

Jan Delcour, echtgenoot en verpleger: 'Kruip niet in je schulp, maar blijf bezig'

PIJNACKER - "Nou, ik word dement", zei de Pijnackerse Tiny Delcour monter tegen een medewerker van het CIZ. Ruim vijf jaar geleden was dat. Maar dat besef viel snel weg.

Haar toenemende geheugenverlies hield haar echtgenoot Jan Delcour vanaf het begin bezig. "Je past je beetje bij beetje aan." Thuis moet hij de hele dag op haar letten. Ze legt spullen op onlogische plekken en heeft hulp nodig als ze naar het toilet gaat. "Dan loopt ze weer naar de keuken en roept ze me, maar waarom weet ze dan niet meer. Thuis heeft ze niks te doen, haar wereldje is klein. Ze kijkt naar de tv en pakt de krant, maar het dringt niet tot haar door." Jan kan niet weg voor een boodschap, omdat ze dan onrustig wordt. Iets anders oppakken is ook lastig. "Ze gaat 's avonds vroeg naar bed en dat laatste uurtje van de dag is dan wel weer even voor mij."

■ Inmiddels is Jan er aan gewend dat hij van partner verpleger werd. "Je schikt je eraan. Gelukkig is mijn vrouw altijd opgewekt. Fijn is ook dat ze hulp accepteert." Toch kwam hij een jaar terug op het punt dat hij het niet meer volhield. Hij hoorde over het Ontmoetingscentrum Mozartlaan, wat een schot in de roos bleek. Na langzaam wennen, 'we gaan daar eens koffie drinken', komt Tiny er nu vier dagen per week. Ze vindt het erg fijn. "Dat zie je aan haar hele uitstraling, ze lacht veel, luistert aandachtig en doet mee". In een gezellige huiskamer praten begeleiders met ouderen over vroe-



■ Jan Delcour is dagelijks druk met het bijstaan van zijn vrouw Tiny. (foto: Iris Rethy)

ger. Tiny veert op als het gaat over gymles op school. In haar fotoboekje staan foto's van haar sport, korfbal, waar ze Jan ook ontmoette. Jan knikt. "Ik werkte bij TNO, mijn vrouw leidde een actief leven en zorgde voor onze zoon. We reisden veel, gingen naar theater- en dansvoorstellingen. De laatste keer dat we een reis zouden maken, pakte ze steeds de kof-

fer vlak voor ons vertrek uit. Na drie dagen dacht ik: dit redden we niet meer. Dat is slikken, hoor. Maar het ergste is dat je je gemeenschappelijke verleden kwijt bent."

Drempel over

Erover praten deed hij eerst niet. "Het duurde lang tot ik die drempel over was. Je kunt er pas over praten

als je het hebt verwerkt. Als ik een advies mag geven aan andere mantelzorgers? Kruip niet in je schulp, maar blijf bezig. Zelf ben ik lid van een club waar iedereen per toerbeurt een 'spreekbeurt' heeft. Ik maak daar echt werk van en diep een onderwerp helemaal uit." Het Ontmoetingscentrum aan de Mozartlaan is belangrijk voor Jan. "Nu

Dementie, wat komt er bij kijken?

Dit is het derde artikel in een reeks verhalen over dementie. Dementie treft niet alleen degene die de ziekte heeft, maar ook de omgeving. Dementie is een verzamelnaam van aandoeningen. In alle gevallen gaat het geestelijk functioneren geleidelijk achteruit. Het bekendste kenmerk is dat het geheugen minder wordt. Maar ook het taalvermogen of het besef van tijd en andere vermogens worden minder. Volgens schattingen hebben in Nederland op dit moment zo'n 220.000 mensen dementie; 12.000 van hen zijn jonger dan 65. Meer informatie: www.alzheimer-delft.nl. Heeft u ook een verhaal over dementie te vertellen en wilt u geïnterviewd worden? Bel dan naar telefoonnummer 015 - 285 04 97 of stuur een e-mail naar alzheimer-delft@zonnet.nl.

houd ik het vol, anders moest Tiny misschien vorig jaar naar een verpleeghuis. Fijn is ook dat het centrum de partners betreft. Eens per maand praten we met z'n allen bij, dan voel je je echt gesteund. Op maandagochtend, na een zwaar weekend van volledige zorg voor mijn vrouw, wordt Tiny er enthousiast welkom geheten. Ik krijg daar energie van." (Met dank aan Edith Vos)