



## HOE DE DEMENTIE VAN MIJN MAN MIJN HUWELIJK VERANDERDE

[HTTPS://MANTELZORGELIJK.NL](https://mantelzorgelijk.nl) JULI 2018

**“Mijn waarde” noemt hij haar. Haar naam is hij vergeten. Zoals zo veel... Anne (65) vertelde ons over de grote veranderingen in haar huwelijk, sinds haar man veel te vroeg de diagnose dementie kreeg. Je las haar verhaal de afgelopen weken iedere zaterdag ochtend, vandaag het derde en laatste deel.**

### **Loslaten moet je leren**

Ik weet dat de ziekte van mijn man in golfbewegingen komt. Ik weet dat hij ook andere omstandigheden dementie had kunnen krijgen. Maar één ding is duidelijk: hij is nog nooit zo snel en zo hard achteruit gegaan als in de afgelopen maanden – eigenlijk sinds hij in het verzorgingshuis woont. Nu praat hij bijna niet meer. Zijn blik staat op oneindig. Hij zit helemaal in zijn eigen wereld.

Een wereld, waar ik hem bijna niet meer uit kan lokken. Opstaan, wassen, aankleden, iedere handeling is moeilijk geworden. Het was thuis voor mij een onhoudbare situatie geworden. Ik heb er met meerdere professionals over gesproken en we moesten deze stap gewoon nemen. Maar ik kan er nog niet goed mee omgaan. Ik ben een paar weken geleden met een vriendin een weekendje weg geweest – voor de eerste keer sinds zes jaar. En ik heb dat weekend een paar keer een momentje gehad dat ik kon genieten. Een paar keer, niet vaker, een ogenblik waarin ik me niet schuldig voelde of constant dacht “hoe zou het nu met hem gaan?”.

En op zich moet dat ook zo zijn. Er moeten weer momenten komen waarop ik vrolijk ben, momenten waarop ik me niet bezwaard voel. Het is hard nodig dat ik zelf weer wat energie krijg – voor mezelf, maar ook voor hem. Want als mantelzorger wil ik er nog steeds elke dag voor hem zijn.

In de praktijk heb ik er heel veel moeite mee om te leren loslaten. Net als ik heel veel moeite had om het heft in handen te nemen toen hij nog thuis woonde. “Kom op, we gaan even naar buiten,” zeg ik dan, als ik op bezoek kom in het verzorgingshuis. Meestal zit hij binnen in de woonkamer voor zich uit te kijken.

Soms geef ik hem een beetje oriëntatie, als we samen buiten zitten op het bankje. "Ik ben je vrouw," vertel ik hem dan. Meestal geeft hij daar geen antwoord op. Maar gisteren was het anders. Opeens keek hij me aan, streelde hij mijn wang, gaf me een kus.

Het was de kus van een kind, niet van mijn man. Als ik weer naar huis ga, heb ook het gevoel dat ik afscheid neem van een kind. Een van de verzorgenden pakt dan zijn hand en loopt met hem door de gang op en neer, tot hij vergeten is dat ik er net (of ooit) ben geweest. En dat is bij al het verdriet dat ik voel ergens ook een troost – dat hij niet hetzelfde heimwee en verlangen heeft als ik. Want dat zijn mijn heftigste emoties geworden. Ik droom bijna iedere nacht over Jeroen. En in mijn dromen heeft hij geen dementie.

### **Wat je elkaar ooit beloofd hebt, vergeet je niet**

Wat een tegenstelling eigenlijk. Hoewel het in veel opzichten steeds moeilijker wordt, ben ik iedere keer weer zo blij om hem te zien. We zullen doorgaan. We hebben voor elkaar gekozen, daar houd ik me aan vast. En voor een deel raak ik eraan gewend, hoe hij nu is. Dat hij eigenlijk alleen nog maar lichamelijk aanwezig is. Dat onze communicatie zo spaarzaam en anders is geworden. Maar ik zal altijd bij hem blijven horen. Hij was de liefde van mijn leven. Was, ja. Dat moet ik wel zo zeggen.

Mijn gevoelens voor hem zijn anders geworden. Mijn liefde voor hem heeft nu vooral te maken met verantwoordelijkheidsgevoel, misschien zelfs wel een soort plichtsgevoel. "In voor en tegenspoed," wat je elkaar ooit beloofd hebt, dat vergeet je niet. En je vergeet ook niet wat je vroeger ooit allemaal met elkaar deelde.

In het nu leven. Dat was altijd al het motto van mijn man en dat lijkt nu meer dan ooit te gelden. De ziekte dementie heeft zijn leven meer dan ooit tot een momentopname gemaakt. Voor mij is het anders: ik leef op de mooie herinneringen. En daarvan heb ik er gelukkig een heleboel.