



# ‘Ik heb heel wat kapotgemaakt door het zuipen’

*Martin vertelt over zijn leven met Korsakov*

**Naar schatting hebben 8.000 tot 10.000 Nederlanders Korsakov, maar slechts 1.500 van hen zijn officieel gediagnosticeerd. Martin is één van hen. Denkbeeld-redacteur Peter Bakens ging bij hem langs in Den Haag.**

**O**vermatig alcoholgebruik zorgt voor een verminderd hongergevoel en leidt daarnaast tot een ernstig verminderde opname van essentiële voedingsstoffen. Eén daarvan is vitamine B1 of thiamine, een essentiële bouwstof voor onze hersenfuncties. Het gevolg van een tekort aan vitamine B1 leidt tot een kritieke toestand in de hersenen. Wanneer die niet op tijd behandeld wordt, ontstaat er onherstelbare schade. Die uit zich in cognitieve problemen, merkbaar in het geheugen en bij het plannen en organiseren. Daarmee lijkt het ziektebeeld op dat van dementie, maar het grootste verschil is dat dementie progressief is en het syndroom van Korsakov niet.

Ik spreek Martin op zijn kamer in *Domus Nostra*, een van de huizen van

zorgorganisatie *Saffier* in Den Haag en het *Regionaal Expertisecentrum Korsakov* voor de regio Haaglanden.

Hij valt meteen met de deur in huis: ‘Je kunt je niet voorstellen hoe lekker die spullen zijn waar ik verslaafd aan was geraakt: alcohol, wiet, cocaïne, pillen, heroïne, etcetera. Het was onweersstaanbaar om daar van af te blijven... Met mijn goede inkomen als afdelingsmanager bij IKEA kon ik me dat gemakkelijk veroorloven. Mijn ex had ook een goed inkomen, dus wij hoefden nergens op te letten.’

## **BRIEFJES**

Martin is geboren en getogen in Den Haag. Vanaf zijn vijftiende is hij stevig aan het drinken en gebruikt hij andere middelen. Over de band met zijn ouders is niet veel bekend, behalve dat die met zijn vader niet goed was. Ook de reden van zijn zevenjarige verblijf in een penitentiaire inrichting is niet bekend. Als ik Martin vertel wat *Denkbeeld* beoogt met haar artikelen, waarin onder andere de mensen om wie het gaat zelf aan het woord komen, komt hij al snel met de waarschuwing

om de groep mensen met Korsakov niet over één kam te scheren. ‘Wij hebben allemaal onze eigen behoeftes en dat maakt het wel ingewikkeld’, zegt hij.

*Hoe oud ben je nu?*  
‘Even nadenken... Ik ben 62.’

*Heb je nog broers of zussen?*  
‘Jazeker, twee broers en een zus. Maar met geen van hen heb ik nog contact. Met mijn ex heb ik twee zoons, maar ik weet niet precies wanneer die jarig zijn. Om m’n geheugen een handje te helpen schrijf ik veel op briefjes, dan weet ik wat ik dagelijks moet doen. Kijk, hier is ook een dagplanning, dat maken ze hier in het huis, met alle activiteiten voor mij. Hier staat bijvoorbeeld dat ik me vandaag moet douchen en scheren, dat mijn voeten worden gecontroleerd door de zorg, dat mijn steunkousen aan moeten, dat de vuile kleren in de was moeten, dat ik aan de beurt ben om de tafels voor het ontbijt te dekken en dat we om kwart voor elf kunstzinnige therapie hebben met de groep. Dan moet ik om drie uur ’s

middags mijn ijzertablet nemen en hier staat ook dat ik tussen twaalf uur en vijf uur 's middags geen melkproducten meer moet nemen want anders werkt dat ijzertablet niet goed. Allemaal tips om niets te vergeten, zie je?’

*Hoe kwam je hier terecht?*

‘Dat is een lang verhaal. Mijn dagelijkse portie drank bestond uit een liter wodka en één of twee flessen port, en 's avonds ging ik nog weleens naar de kroeg. Ja, daar word je wel een beetje toedeledokie van.... Op een gegeven moment ging mijn huwelijk stuk. Je kunt zeggen dat ik in die tijd een beetje door de stad ‘zweefde’. Ik woonde een tijd op een daklozenboot. Daar hebben ze me toen gevonden, in comateuze toestand met ontregelde bloedsuikers. Ik ben ook nog diabeet en spuit 's ochtends en 's avonds insuline – een duidelijk gevolg van dat overmatige alcohol- en drugsgebruik. Opgenomen worden bij *Parnassia* (ggz-instelling, red.) was wel mijn redding. Ik denk dat ik me anders de dood in had gezopen.’

## NIET ACHTERLIJK

Martin werd opgenomen op de afdeling ouderenpsychiatrie voor diagnostiek en acute psychiatrische behandeling. Uiteindelijk werd de diagnose alcohol-dementie gesteld, beter bekend als het Korsakovsyndroom.

*Hoe vond je dat?*

‘Dat er iets mis is met mijn geheugen hoeven ze me niet te vertellen. Ik heb twee kinderen, maar wanneer ze jarig zijn, al sla je me dood.... Je wordt trouwens weleens behandeld alsof je *retarded* bent, dat is niet fijn. Ik ben niet achterlijk. Ik heb niet voor niets hbo bedrijfskunde gedaan, en nog wel meer opleidingen. Het is behoorlijk frustrerend als mensen je behandelen alsof je niet normaal bent. Hier valt het mee hoor, maar af en toe heb je er wel zo eentje tussen. Maar dan zeg ik het ook, dat heb ik wel geleerd toen ik nog werkte. Ik was toen de baas van

veertien mensen op die afdeling bij IKEA. Dan moet je wel af en toe zeggen waar het op staat of waar het om draait.’

Vanuit *Parnassia* wordt Martin opgenomen in het expertisecentrum voor Korsakov, *Domus Nostra*. Hier wonen 84 mensen met het syndroom van Korsakov, variërend in leeftijd tussen de 46 en 85 jaar. Martin: ‘Om van de drank af te blijven kreeg ik diverse medicijnen, waaronder het bekende middel *Campral*. Nou, als je dat neemt en alleen al ruikt aan de drank dan word je direct kotsmisselijk. Dus dan blijf je er wel vanaf.’

*Wat doe je hier zoals in Domus Nostra? Zijn er speciale therapieën waar je aan meedoet?*

‘Ik doe mee met de wandelgroep, al gaat lopen wel steeds moeizamer – ik heb niet voor niets een rolstoel, loop met een rollator en draag steunkousen en speciale schoenen. Tsja, ook dat heb ik aan mezelf te danken. Ik heb heel wat kapotgemaakt door het zuipen, ook mijn lijf en conditie. Ze geven hier ook kunstzinnige therapie, dat varieert van tekenen, kleien en meer van dat soort dingen. Aanstaande vrijdag doe ik weer mee met zo'n doos die je dan met mooie mozaïek versiert. Omdat het binnenkort Sint Maarten is hebben we ook lampionnen gemaakt. Ook heb ik weleens een tafeltje gemaakt, geverfd en gebeitst. Ach, het houdt je bezig....’

*Ik las op de website van Domus Nostra dat er op initiatief van de fysiotherapeute ook gestart is met een voetbalelftal dat traint bij de vereniging hier om de hoek. En een van de activiteitenbegeleiders heeft een bokstraining opgezet. Iets voor jou?*

‘Nee, voetballen is niet mijn ding. Ik kijk er wel naar trouwens. Zoals je ziet staat de tv de hele dag aan. Ik volg ook de politiek en het nieuws van *SBS* en de *NOS*. Er zijn ook bewoners die

fotograferen, maar daar ben ik niet geduldig genoeg voor. Je moet niet met zo'n camera gaan gooien, want daar is ie niet voor. Het kan wel heel goed maar dan blijft er weinig van heel’, grapt Martin. ‘Om in conditie te blijven heb ik wel fysio. Ik ben daar een klein uurtje bezig, dan zit ik op de fiets of op de roeimachine.’

## NIET TE SERIEUS

*Apathie is één van de symptomen van Korsakov. Heb jij daar ook last van?*

‘Kan ik niet zeggen. Dat valt wel mee volgens mij. Iedereen moet hier zelf dingen doen. Die activiteiten waar we het net over hadden. Elke zondag komt mijn ex langs. Ze neemt dan vaak m'n wasgoed weer schoon mee. Soms doen we samen boodschappen, en het fijne is: zij betaalt! Ze is op dit moment even in Portugal om haar zieke zus te helpen, maar ik kan niet vaak genoeg zeggen hoe liefdevol ze met mij omgaat. Ja, zegt ze, je bent toch de vader, die kloothommel van een vader van mijn kinderen. Wij proberen trouwens ons weer herstelde contact ‘licht’ te houden. Af en toe maken we grapjes. Zo van: ja jij met je Korsakov, dat weet je zeker niet meer!’

*Of ik tevreden ben met mijn leven?*

Tsja, je hebt hier goede verzorging. 's Morgens samen ontbijten, 's middags de lunch en dan 's avonds de warme maaltijd. Er wordt hier goed op je gelet, de meeste mensen zijn heel vriendelijk. Er werken hier drie of vier dames die ik heel charmant vind. Neem dat niet te serieus hoor, want ze hadden mijn kleinkinderen kunnen zijn.’

Ik vertel Martin dat we in *Denkbeeld* proberen het taboe over de behoefte aan intimiteit en seksualiteit te doorbreken.

Martin: ‘Ja, dat is heel goed want het is niet makkelijk om dit bespreekbaar te maken. Terwijl het wel een menselijke en heel belangrijke behoefte is. Ik heb me er wel bij neergelegd, die tijd



hebben we gehad. Van mijn bewindvoerder krijg ik zo'n zestig euro per week. Daar kan ik goed van rondkomen, gezien het verdere totaalpakket wat je hier krijgt. Soms houd ik nog weleens wat over.

Ik ben veel buiten, want ik rook graag een sjekkie. Om zeven uur 's morgens ben ik al op het terras. Natuurlijk denk ik weleens: wat zou het fijn zijn als ze een pil uitvinden tegen Korsakov of dementie. Het liefst wil je natuurlijk weer je eigen leventje leiden. Maar ik weet het: dat is leuk gedacht, maar waarschijnlijk nooit mogelijk. Het is wel goed dat ze meer onderzoek doen. Veel mensen weten echt niet wat het is, Korsakov.'

### **NORMAAL MENS**

We besluiten ons gesprek met een gang naar het terras, waar Martin z'n sjekkie rookt. Toevallig komt één van de dames langs, van wie Martin zo gecharmeerd is. We maken even een praatje. Bij het afscheid complimenteer ik hem met de manier waarop hij klaarblijkelijk zijn lot draagt. Hij memoreert nog een keer aan hoe belangrijk hij het vindt om als 'normaal mens, niet als een kind' bejegend te worden. Ik beloof dit in het artikel nog eens extra te onderstrepen.

*Lezers met specifieke vragen over Korsakov kunnen zich richten tot het Regionaal Expertisecentrum Domus Nostra: RECKorsakov@saffiergroep.nl* ♦

---

**TEKST** PETER BAKENS

**BEELD** VINCENT BOON

**Peter Bakens** is redacteur van *Denkbeeld* en was werkzaam als docent en wijkverpleegkundige