

Informatiefolder

**SABA-
Korsakov**

Apathie bij het syndroom van Korsakov

Apathie bij het syndroom van Korsakov

Veel mensen met het syndroom van Korsakov hebben apathie. Je hebt gehoord of vermoedt dat je naaste apathie heeft. Deze folder geeft uitleg over wat apathie is en wat je kunt doen om er zo goed mogelijk mee om te gaan.

Wat is apathie?

Mensen met apathie doen weinig uit zichzelf. Sommigen zijn erg rustig, te rustig eigenlijk. Het kan ook zijn dat mensen met apathie duidelijk zeggen wat ze willen, maar niet in actie komen. Ze blijven zitten in de stoel en tonen weinig interesse in activiteiten. Ze maken minder contact, maar reageren vaak wel als iemand anders contact zoekt. Het is moeilijk om te zien hoe mensen met apathie zich voelen, het lijkt alsof ze minder emoties ervaren.



Waardoor ontstaat apathie?

Apathie is een kenmerk van het syndroom van Korsakov. Sommige medicijnen, ernstige vermoeidheid of pijn kunnen ook tot apathie leiden of de apathie erger maken. Apathie is niet hetzelfde als een depressie. Mensen met een depressie zijn somber en mensen met apathie zijn dat niet.

Apathie, en dan?

Apathie heeft gevolgen voor de kwaliteit van leven, de gezondheid en de zelfstandigheid van mensen met het syndroom van Korsakov. Naast vinden het vaak lastig om met apathie om te gaan. Het kan frustrerend zijn dat iemand minder uit zichzelf doet en minder interesse toont. Apathie bij het syndroom van Korsakov kan niet worden weggenomen. Er zijn ook geen medicijnen die helpen. De beste aanpak is het regelmatig onderbreken van de apathie.

Wat kun jij doen?

Mensen met apathie hebben anderen nodig om activiteiten te ondernemen.

Ze tonen weinig interesse en beginnen vaak niet zelf aan een activiteit. Dat doen ze niet expres, ze kunnen het niet zelf. Jij als naaste bent belangrijk bij het maken van contact en bij het ondernemen van (dagelijkse) activiteiten. Het omgaan met iemand met apathie kan lastig zijn. Je kan het als zwaar ervaren of het idee hebben dat je iets verkeerd doet.

“Met de geheugenproblemen van mijn vader kan ik wel omgaan, maar dat hij geen interesse meer in mij toont vind ik moeilijk”.

Deze tips kunnen je helpen:

- Wees tevreden met kleine en korte reacties. Het is al fijn als degene met apathie in het moment een reactie geeft, interesse toont of in beweging komt. Let op deze kleine reacties, dat kan je helpen vol te houden op moeilijke momenten.
- Doe het samen. Bespreek met zorgmedewerkers wat je naaste fijn lijkt te vinden en wat niet. Anderen kunnen je ook steunen of helpen. Bespreek wat de apathie van je naaste met jou doet.
- Laat de activiteit zien. Soms geven mensen met apathie aan dat ze geen zin hebben in activiteiten die zij misschien toch wel fijn vinden. Het kan helpen om iets te laten zien dat bij die activiteit hoort.



Als je wilt voorstellen om te gaan wandelen, pak dan bijvoorbeeld iemands jas. Als je wilt voorstellen om te puzzelen, leg de puzzel dan op tafel of begin er alvast zelf aan. Zo maak je het voor de persoon met apathie makkelijk om met de activiteit mee te doen.



- Deel iets over jezelf. Iemand met apathie zal weinig initiatief nemen om contact met jou te zoeken en als je een gesprek voert met iemand met apathie zal diegene weinig interesse tonen in jou. Wacht niet tot degene met apathie vragen aan jou stelt maar neem zelf het initiatief om iets over jezelf te delen.
- Verdeel een activiteit in kleinere stapjes. Als het niet lukt om samen met je naaste een activiteit te beginnen, verdeel de activiteit dan in kleinere deel-activiteiten.
- Verwacht niet dat de apathie wegblijft. Als je stopt met een activiteit of contactmoment zal de apathie terugkomen. Een volgende keer moet je de apathie opnieuw onderbreken.
- Genoeg is genoeg. Samen iets ondernemen hoeft niet per se lang te duren om waardevol te zijn. Als je naaste na een contactmoment met rust gelaten wil worden, is het genoeg. Je hebt de apathie onderbroken met een plezierige activiteit!



Tot slot

Als je na deze uitleg nog vragen hebt, stel ze dan aan de zorgmedewerkers. Zij kunnen jou ook steun bieden en jullie kunnen elkaar helpen om de apathie goed te herkennen en te onderbreken.

Samen in Actie bij Apathie bij Korsakov, doe je mee?



www.ukonnetwerk.nl/tools/saba-korsakov