



## Parkinson(isme) en vermoeidheid



Sharon Theune - Ter Schorre Terneuzen  
Carmen Fenijn - Warmande Oostburg  
Jozanne Verdonk - Ergotherapie Terneuzen  
Chantal Uijdehaag - Ergotherapie Terneuzen

## Inhoud

- Verschillende "soorten" vermoeidheid
- Oorzaak, gevolg en wisselwerking
- Ergotherapie en vermoeidheid
- Stellingen

## Verschillende "soorten" vermoeidheid

- Normale vermoeidheid
- Pathologische vermoeidheid
- Lichamelijke vermoeidheid
- Mentale vermoeidheid
- Centrale vermoeidheid



## Oorzaak en gevolg

- Vaak een wisselwerking tussen oorzaken en gevolgen
- Ziekte van Parkinson als directe oorzaak
- Slaap



## Oorzaak en gevolg 2

- Aandachtsproblemen
- Vertraagde informatieverwerking
- Emotie en vermoeidheid



## Herkenning

- Lichamelijk
- Cognitief
- Emotioneel
- Gedragmatig







WAAR

NIET WAAR

**Stelling 1:**

Deze middag kost mij extra energie, ik heb daar rekening mee gehouden door mijn dag daarop aan te passen.

**Stelling 2:**

Ik plan bewust meerdere rustmomenten per dag in.

**Stelling 3:**

Als ik veel activiteiten op een dag heb, doe ik ze allemaal achter elkaar, want dan ben ik er vanaf.

**Stelling 4:**

Ik weet wat voor mij zware activiteiten zijn, dus ik verdeel die over de week.

**Stelling 5:**

Ik wil heel graag een dagje weg gaan, maar dit kost mij teveel energie, dus daarom ga ik niet meer.

**Stelling 6:**

Ik weet nu wat het verschil is tussen belasting en belastbaarheid.

Bedankt voor uw aandacht, zijn er nog vragen?