

Veel transplantatiepatiënten zullen het herkennen: een naam van een kennis die je maar niet te binnen schiet, boodschappen vergeten die je uit de supermarkt wilde meenemen, met minder aandacht en concentratie de krant of een boek kunnen lezen, moeite hebben om verschillende dingen tegelijk te doen en om je dag of week goed in te delen. Psychologen noemen dat 'een verminderde cognitieve functie'. Soms, maar vaak ook niet, meld je zulke klachten bij je nefroloog. Want zijn het symptomen van je transplantatie of hoort dit gewoon bij een dagje ouder worden? Lisa Ziengs, psycholoog en onderzoeker bij het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG), maakt daar een studie van. De eerste onderzoeksresultaten presenteerde zij onlangs op de Wetenschapsdag. *Wisselwerking* sprak met haar.

# Brein- onderzoek bij transplantatiepatiënten

**Meer dan de helft heeft last van geheugen- en concentratieproblemen**

TEKST: WIM SIPMA



→ Onder cognitieve functies vallen ons geheugen, ons concentratievermogen en ons vermogen om te plannen en onze aandacht te verdelen over verschillende taken. Uit onderzoek van Lisa Ziengs blijkt dat maar liefst 58,5% van de patiënten die tot nu toe aan haar onderzoek meededen, last heeft van een milde vorm van een cognitieve stoornis. De vraag die daarbij opkomt, is: hoe onderzoek je zo iets? Bij breinonderzoek denk je al gauw aan elektroden die op je hoofd worden geplaatst. Maar in werkelijkheid gaat dit anders en eigenlijk heel eenvoudig. De onderzoeksdeelnemers kregen allerlei tests voorgelegd.

### Niet met vervelend gevoel naar huis

Een test voor het geheugen is bijvoorbeeld: er wordt een reeks getallen genoemd die een patiënt daarna moet proberen te herhalen. Dit doet denken aan de bekende lopende band van vroeger uit *Eén van de acht*, de populaire quiz op televisie van Mies Bouwman. Bij een andere opdracht wordt de patiënt gevraagd een lange rij met woorden te onthouden. Wellicht herkent u dit van het spel *Ik ga op vakantie en ik neem mee...* Een uitdaging die flink wat concentratie vraagt en dat geldt voor alle tests in dit onderzoek. Lisa Ziengs hierover: 'We merkten dat de tests best confronterend konden zijn. Het is natuurlijk frustrerend wanneer je voor je gevoel een test 'slecht' maakt en je het beter had verwacht. En sommige mensen zagen het tóch als een examen waar je voor kunt slagen of zakken. Daarom hebben we veel tijd gestoken in een goede begeleiding en nazorg: na de testen die in totaal 45 minuten duurden, namen we alle tijd om na te praten. Je wilt niet dat iemand met een vervelend gevoel naar huis gaat.'

### Lange termijneffecten

Het breinonderzoek is gestart binnen TransplantLines, het meerjarige onderzoeksprogramma binnen het UMCG naar de effecten van niertrans-



ILLUSTRATIE: BEELDINZICHT

## Met het spel *Ik ga op vakantie en neem mee...* kun je enigszins zelf testen hoe goed je geheugen werkt

plantatie op langere termijn (ga naar [www.umcg.nl](http://www.umcg.nl) en toets bij de zoekfunctie de woorden 'transplantlines' en 'Transplantatiecentrum' en 'onderzoek in'). Artsen kregen namelijk vragen van hun patiënten over problemen die zij met hun geheugen bemerkten, en dat was reden om hier eens goed onderzoek naar te doen. Eerder onderzoek was er wel, maar dat was schaars. De opzet binnen de studie van Lisa Ziengs is gericht op verschillende onderdelen:

- Vaststellen óf en in welke mate cognitieve functies na transplantatie kunnen verminderen, ook op langere termijn.
- De effecten van vermindering in cognitieve functies op onder andere het dagelijks leven, zoals belangrijke

dingen kunnen onthouden, prikkelbaarheid en een intensief gesprek kunnen volgen dat heen en weer gaat.

- Onderzoek naar mogelijke oorzaken en wat daaraan te doen is.

### Trainen helpt niet, wat wél?

Lisa legt uit dat je geheugenfunctie niet terug kan keren door je geheugen te trainen. Geheugencellen die beschadigd zijn, blijven beschadigd en herstellen niet. Daarom is onderzoek naar oorzaken belangrijk, want als je weet waardoor iets komt, kun je wellicht iets doen om dit tegen te gaan: als bijvoorbeeld medicatie ten grondslag ligt aan geheugenproblemen, kan die mogelijk worden aange-

past. Verder kan het preventief werken om herhaaldelijk controles uit te voeren en met enige regelmaat je mentale- en geheugenfuncties te testen. Het vermogen om dagelijkse bezigheden te plannen, is soms wel te trainen bij een psycholoog. Daarnaast kunnen praktische tips helpen. Denk aan een boodschappenlijstje of het bijhouden van een agenda. Wanneer dat digitaal gebeurt, kun je op bepaalde momenten, bijvoorbeeld door het instellen van een specifiek geluidje, worden herinnerd aan een afspraak of het nemen van medicijnen. Lisa Ziengs hierover: 'Praktische tips kunnen in een folder worden opgenomen die de arts meegeeft.

Vaak is het bespreken van de klachten voor patiënten al een hele opluchting. Het besef dat geheugenproblemen of verminderde concentratie het gevolg van de nierziekte of transplantatie kunnen zijn, is op zich al nuttig. Daardoor verminderen angst en onzekerheid. Wanneer je niet begrijpt wat er met je aan de hand is, kun je behoorlijk onzeker worden.'

### **Belangrijkste oorzaak: vaatschade**

Vooralsnog lijkt het erop dat vaatschade de belangrijkste oorzaak van de verminderde cognitieve functies is. Inmiddels is een groep van 118 patiënten onderzocht en zijn de resultaten daarvan geanalyseerd. Van deze mensen dialyseerde ruim 60% gedurende een langere periode (gemiddeld 33 maanden). De gemiddelde leeftijd is 54 jaar en de tijd die na de transplantatie is verstreken, is gemiddeld 11 jaar. Een groep patiënten dus die niet heel recent een transplantatie heeft gehad. De resultaten van deze groep zijn vergeleken met normscores uit andere onderzoeken met 'gezonde' onderzoeksdeelnemers. Daarbij is gekeken naar leeftijd en opleiding: bijvoorbeeld een jonger iemand wordt vergeleken met een leeftijdgenoot en een hoog opgeleide met iemand van hetzelfde opleidingsniveau. Dit om uit te sluiten

dat een verminderde geheugenscore door de leeftijd kan komen. Op deze wijze werd de 58,5% berekend van patiënten bij wie duidelijk meetbaar de cognitieve functie afneemt.

Dat vaatschade mogelijk een belangrijke oorzaak is, is niet onwaarschijnlijk: nier-schade heeft vaak hart- en vaatproblemen, verminderde spierkracht en hoge bloeddruk tot gevolg. Daarnaast kan een heel scala aan lichamelijke problemen door medicijngebruik worden veroorzaakt. Denk alleen al aan een hogere kans op bijvoorbeeld huidkanker. In dit rijtje is het niet onlogisch dat ook je hersenen nadelige gevolgen ondervinden. Je brein staat immers niet op zich en is onderdeel van je lichaam.

### **Controles zijn belangrijk**

Hoewel ons geheugen niet kan verbeteren ('genezen'), kan het wel verslechteren en in het uiterste geval leiden tot dementie. Die kans is nu niet te berekenen, maar wordt geschat op 5 tot 20% van degenen die te maken krijgen met een verminderde breinfunctie. Het onderstreept het belang van regelmatige controles. Elke transplantatiepatiënt laat ook zijn of haar bloed onderzoeken, dus waarom niet ook herhaaldelijk je cognitieve vaardigheden testen?

### **Meer kennis, beter doktersadvies**

De inzichten die het onderzoek van Lisa Ziengs opleveren, werpen ook nieuwe vragen op.

- Is er een verschil te ontdekken tussen mensen die langer, korter of helemaal niet gedialyseerd hebben?
- Welke rol speelt medicatie nou precies?
- Wat is de invloed van leefstijl?
- Kan er sprake zijn van natuurlijke aanleg?
- Waarom hebben sommige patiënten wél en andere géén last van verminderde breinfuncties?
- Is er een verschil tussen korte en lange termijn na transplantatie?

Lisa Ziengs hoopt dat haar onderzoek uiteindelijk zal leiden tot gerichte adviezen aan patiënten om hun hersenfuncties in goede conditie te houden.



Lisa Ziengs is in 2016 afgestudeerd als psycholoog aan de Rijksuniversiteit Groningen met als specialisatie Klinische Neuropsychologie. Ze werkt 3 dagen per week als basispsycholoog bij Zorggroep Noorderboog in Meppel op onder andere de geheugenpolikliniek. Daarnaast werkt ze 2 dagen per week als promovendus in het UMCG op de afdeling Neuropsychologie.

## Het besef dat je haperende geheugen het gevolg van de transplantatie kan zijn, is vaak al een hele opluchting