

1 Wat is er aan de hand?

Typerend beeld van een psychose

Ik had de televisie keihard aangezet en de gaspitten van het fornuis aangestoken. De andere bewoners kwamen naar beneden. We kregen ruzie. Ik liep weg en ging zwerven over het industrieterrein. Ik zag flitsen en kreeg last van stemmen in mijn hoofd. Ik zag treinen rijden en dacht dat ze mijn treinbaan van vroeger in het groot hadden nagebouwd. Ik volgde signalen in de lucht omdat ik zeker wist dat ze een speciale betekenis hadden. Ik zag roze en lichtblauwe poppetjes. Ik keek in de zon en als beloning vervormde deze zich tot een medaille. Ik volgde een donkere rookpluim uit een fabriekspijp. Ik dwaalde lang door een dorpje en bekeek huizen. Er lag overal sneeuw van de winter. Tegen de middag wilde ik terug, maar ik verdwaalde.

Ik zag die avond, terwijl ik verdwaalde, twee categorieën gebouwen: de perfecte zonder ziel en de gebouwen met een ziel en zonder perfectie. Uit de lucht zag ik dat ik een opdracht kreeg. Ik sneed een weg af door het boerenland, waarbij ik twee keer door het ijs zakte. Toen kwam ik bij een rij huizen aan. Ik ging een schuur binnen en zag daar een hoop sinaasappelschillen liggen. Ik had de laatste tijd veel sinaasappels gegeten en voelde me herkend. Ik wilde om een beker warme chocolademelk vragen. Ik vroeg dit een beetje raar, want onderweg was ik beetje bij beetje in een gorilla veranderd. Ik werd het

**huis uitgeduwd en tegen een auto aangezet. Ik liet het allemaal toe.
De politie kwam me afhalen ...**

(Eduard)

Ik gedroeg me vreemd. Ik liep het huis uit, ging in het gras zitten en trok mijn klomp en sok uit. Met een blote voet stond ik zo in het gras om contact te krijgen met moeder aarde. Ook had ik het idee dat ik nader tot God was gekomen. De aarde bevond zich in een ruimte in het hart van God. Alles was ontstaan uit één punt, het middelpunt van de aarde of van het heelal. Alles wat je moest doen was voor en achter het alfabet een punt zetten. Alles kwam terug in die ene punt. Ik drukte mijn sigaret op de grond uit om contact te krijgen met moeder aarde.

(Peter)

Vreemde waarnemingen die veel indruk maken en vaak angst oproepen. De overtuiging dat er allerlei bijzondere dingen aan de hand zijn. Erover praten en merken dat bijna niemand je begrijpt of gelijk geeft. Gedrag vertonen dat voor jezelf zo logisch is maar waarop de omgeving afkeurend reageert. Stemmen, geluiden, beelden, chaos in je hoofd, controleverlies, overprikkeling, nieuwe ideeën, zeker weten dat er iets aan de hand is, paniek. Dát is typerend voor een psychose. Er is sprake van ‘anoiksis’¹, een open geest. Alles lijkt binnen te komen en moet tegelijk verwerkt worden. Het is te veel. Er is kortsluiting ...

Tijdens een psychose lig ik helemaal open, alles komt binnen, alle kanalen staan open. Het lijkt misschien alsof ik gesloten en afwezig ben, maar dat is niet zo, dat is een houding om overprikkeling te voorkomen.

¹ Anoiksis is de naam van de vereniging voor mensen met een psychotische stoornis (zie hoofdstuk 7).

Maar ook de omgeving weet zich vaak geen raad: meemaken hoe een ander plotseling of geleidelijk verandert van een lieveling in een vreemde, onbegrijpelijke en soms gevaarlijke ander. Iemand die dichtbij was, lijkt nu niet meer te bereiken. Je bent nog wel bij elkaar, maar er is een niet te overbruggen afstand omdat je elkaar niet meer begrijpt. Praten, je geduld bewaren, elkaar ontzien, volhouden, hopen dat het overgaat. Totdat het te veel wordt ...

Zijn gedrag werd steeds vreemder. Ik begreep er helemaal niets meer van. Hij werd snel boos, en wilde steeds zijn zin hebben. Eerder konden we daar dan een grapje over maken. Nu begon hij te dreigen als ik hem zijn zin niet gaf. We kregen veel ruzie. Hij werd steeds achterdochtiger en zag en hoorde dingen die er volgens mij niet waren. Hij zei dat er dingen op tv waren die over hem gingen. Dat was helemaal niet zo. Hij zat urenlang met zijn vader te praten. Maar die is al jaren dood. Toen hij flessen chemicaliën uit zijn donkere kamer leegdrank, was voor mij de maat vol en heb ik de politie gebeld ...

We hadden vaak discussies over werken en drugs. Ik vind dat je hard moet werken voor je geld en gezond moet leven. Dus geen drugs. 'Pap, de tijden zijn veranderd,' zei hij dan, 'we leven in een rijke wereld en zijn vrij om te doen en laten wat we willen. Laat mij nou maar m'n gang gaan.' De discussies werden ruzies. En dat wilde ik niet. Dus liet ik hem met rust. Bovendien, zijn meeste vrienden woonden op kamers. Die hadden ook niet veel contact met hun ouders. Op het laatst zagen we elkaar bijna niet meer. Ik was aan het werk. En als ik thuis was, zat hij op z'n kamer. Hij zag er slecht uit. Toen ik hoorde dat hij helemaal niet meer naar college ging, besloot ik met hem te gaan praten. De deur zat op slot. Hij reageerde niet. Samen met m'n andere zoon heb ik de deur geforceerd. Daar hing hij aan z'n riem. Als ik nu denk aan alles wat we vanaf dat moment hebben meegemaakt,

vraag ik me wel eens af: was het nou wel of niet goed dat we hem hebben losgemaakt, dat hij het heeft overleefd? Die jongen heeft toch geen leven. Hij zit, hij ligt, hij rookt en drinkt koffie ...

Een psychose is een stoornis die vooral contact kapotmaakt. Als het je overkomt, verlies je vaak het contact met je normale belevingswereld, je gedachten en je zelfvertrouwen. Ook het contact met familie, geliefden en vrienden raakt verstoord. Het vanzelfsprekend bij elkaar horen is veranderd in een vaak moeizaam manoeuvreren om niet nog meer schade op te lopen en overeind te blijven. Bovendien heeft het gevolgen voor het contact tussen de niet-psychotische gezins- en familieleden, omdat niet iedereen even goed met een stoornis kan omgaan, omdat niet iedereen het volhoudt om 'er te zijn' voor de ander.

Gelukkig is het niet altijd even erg en gaat het in een redelijk aantal gevallen ook weer over. Gelukkig blijft er, wanneer het niet overgaat, naast de psychose meestal ook nog een deel van het contact onaangetaast en is er bijna altijd gezondheid naast de stoornis. Maar een psychotische stoornis is een balans verstorende aandoening, en ermee omgaan is leven als een koorddanser, zowel voor de persoon die psychotisch wordt als voor de mensen in zijn omgeving.

Ze viel naast mij in slaap. Ik kon de slaap echter niet vatten. Ik had het idee dat ik allerlei geheimen over de aarde en het leven van God ingefluisterd kreeg. Dit fluisterde ik haar toe in haar slaap ...

(Peter)

Psychotische symptomen

Hallucinaties, wanen en desorganisatie zijn de belangrijkste psychotische symptomen. Bij hallucinaties en wanen zijn er vreemde belevin-

gen die op een bijzondere manier worden verklaard. Wanneer iemand erover vertelt, is het verhaal op zich wel te volgen, maar de inhoud is erg ongebruikelijk en wekt bij de omstanders op z'n minst verbazing. Bij desorganisatie is er chaos in denken en doen. De persoon vertelt wel, maar er is geen touw aan vast te knopen. Hij praat onsamenhangend, springt van de hak op de tak, en doet dingen die ongepast lijken. Het verhaal is niet te volgen zodat onduidelijk blijft wat nou eigenlijk de inhoud is.

Hallucinaties

Een psychose gaat gepaard met ontregelde hersenfuncties. In het kort komt het erop neer dat een deel van het brein ontregeld raakt, waardoor er allerlei onnodige signalen worden gegeven en er allerlei gebieden in de hersenen actief worden terwijl dat op zich niet nodig of logisch is.

Bij hallucinaties gaat het om ontregelde waarneming in combinatie met het ervaren van angst of opwinding. Iemand hoort dan stemmen of geluiden die er in het echt niet zijn. Tenminste, een ander kan ze niet horen. De persoon zelf hoort ze wel degelijk echt. Het geluid komt echter niet van een tastbare of zichtbare bron.

Toen ik voor het eerst stemmen hoorde, ging ik controleren of ik de radio wel had uitgedaan. Of ik keek uit het raam om te zien wie er op straat stond te praten. Maar de radio was uit. Of ik zag niemand op straat. Zo ontdekte ik dat die stemmen in mijn hoofd zitten.

Stemmen horen komt het meest voor. De stemmen kunnen tegen je praten, ze kunnen je opdrachten geven, maar ze kunnen het ook met elkaar over je hebben. Daarnaast kan het gaan om beelden zien, geuren ruiken, bepaalde gevoelens ervaren of smaken proeven. Op zich

hoeft zo'n ervaring geen probleem te zijn. Er zijn heel veel mensen die stemmen horen of andere ongewone waarnemingen hebben, maar daar geen probleem mee hebben en er ook geen problemen door veroorzaken. Uit onderzoek blijkt steeds weer dat tussen tien en vijftien procent van de mensen wel eens stemmen hoort of andere bijzondere waarnemingen heeft. Dat is veel meer dan het aantal mensen dat klaagt over hallucinaties. Daarvan is pas sprake als de persoon last heeft van de gewaarwording of er zodanig mee omgaat dat anderen er last van hebben. De inhoud van de waarneming speelt daar een rol bij. Bij stemmenhoorders die geen last hebben, is de inhoud meestal neutraal of juist vriendelijk en positief. Bij hallucinaties is de inhoud meestal negatief. De stemmen schelden je dan uit, maken je belachelijk of geven vervelende opdrachten. Om te kunnen spreken van een hallucinatie moet de waarneming dus samengaan met bijvoorbeeld angst of sterke, als negatief ervaren opwindning.

Mensen die stemmen horen, vertellen overigens vaak dat de stemmen in eerste instantie aardig en stimulerend zijn, en later negatief en agressief worden. De eerste tijd is er dus geen reden om hulp te zoeken, maar later wel.

Ik hoorde al jaren stemmen en had er goed contact mee. Ze hielpen me en gaven me raad. Pas veel later werden ze agressief en gingen ze me beheersen. Ze zeiden dingen waarvan ik dacht: 'Als anderen dit horen, dan word ik opgenomen.' Toen ben ik er toch maar eens mee naar de dokter gegaan.

Wanen

Als mensen dingen meemaken, proberen ze hiervoor een verklaring te vinden. Meestal ligt deze voor de hand en begrijpt iedereen wat de bedoeling is. Bijvoorbeeld: iemand neemt in het verkeer bij het nade-

ren van een druk kruispunt een rood licht waar. De verklaring is ‘gevaar’, waarop de reactie ‘stoppen’ volgt.

Wanneer er sprake is van een bijzondere waarneming, is de verklaring meestal ook bijzonder. Zo komt het vaak voor dat iemand na het overlijden van een geliefde op een of andere manier nog iets van die persoon verneemt. Het kan zijn dat je de stem van de overledene hoort, of plotseling het gezicht ziet. Iemand kan op basis van zo’n bijzondere waarneming concluderen dat hij contact met de doden heeft en misschien wel een medium is geworden.

Een waan is een verklaring voor een hallucinatie. Het is een poging de vreemde, beangstigende waarneming te begrijpen.

Ik merkte het vooral als ik bij mensen op bezoek was. Mijn hoofd sloeg op hol, ik begon dingen te zien, voelde me vreemd en werd ontzettend achterdochtig. Eerst begreep ik het niet, maar toen drong het tot me door dat ze vergif in mijn koffie deden. Ze wilden me vernietigen!

Een waanverklaring verschilt van andere verklaringen. In een waan vormt de persoon zelf het middelpunt van die verklaring, in negatieve of in positieve zin. Bovendien zijn andere mensen het in principe nooit met de waanverklaring eens omdat ze het absurd, vergezocht of onmogelijk vinden. Het probleem is dat de reactie van anderen de waan niet wegneemt, maar juist versterkt ...

**Ik vroeg mijn familie waarom ze mij wilden vergiftigen. Maar ze ontken-
den dat ze het deden! Dat was voor mij het bewijs dat ik op mijn
hoede moest zijn en zelfs mijn familie niet meer kon vertrouwen. Ze
wilden me vergiftigen en hadden met elkaar afgesproken om te doen
alsof er niets aan de hand was. Ik had het idee dat ik hun list doorzag.
Sterker nog, ik concludeerde uit dit alles dat ik bovennatuurlijke
krachten had gekregen. Ik doorzag niet alleen hun list, ik bleef ook**

leven ondanks het vergif in mijn koffie. Daarom moest ik volgens mij wel supersterk zijn. Zo kwam ik op het idee dat ik uitverkoren was ...

Een waan is dus eigenlijk een zichzelf versterkende overtuiging die aan de ene kant rust geeft omdat hij de hallucinatie verklaart. Maar aan de andere kant geeft een waan eenzaamheid en nieuwe angst. De persoon in het voorbeeld concludeert dat hij uitverkoren is. In deze groothedenwaan staat hij alleen. Wanneer hij op basis van dit idee ook nog eens op straat zou gaan prediken over het eind der tijden en het feit dat hij de mensheid kan redden, zou hij ook niet bepaald meer vrienden krijgen. Hij kan ook concluderen dat er een wereldwijd complot tegen hem is omdat hij bijvoorbeeld een duivel is. Er is dan sprake van een paranoïde waan omdat achterdocht op de voorgrond staat. De kans is dan groot dat hij alle situaties gaat vermijden waarin hij koffie kan krijgen. Vervolgens is de kans groot dat hij op het idee komt dat gif ook in water en frisdrank gedaan kan worden. Net als bij een fobie kan de angst zo groot worden dat hij alles gaat vermijden: eerst alle mensen die hem drinken kunnen aanbieden, dan alle gelegenheden waar gedronken wordt en ten slotte kan hij zelfs water uit de kraan gaan vermijden. Met alle gevolgen van dien ...

Mijn zoon heeft het idee dat overal gif in zit. Hij mag niets meer doorslikken. Zelfs zijn eigen speeksel niet. Hij ligt nu in het ziekenhuis met sterke ondervoedings- en uitdrogingsverschijnselen ...

Ik werd steeds achterdochtiger. Ik kon nergens meer heen, want overal hadden ze het over mij en konden ze mijn gedachten lezen ...

Desorganisatie

Wanneer de ontregelde hersenfuncties tot desorganisatie leiden, is er nog minder contact mogelijk dan bij hallucinaties en wanen. In dat

laatste geval is er nog een gesprek mogelijk. De partijen zijn het niet met elkaar eens, maar praten nog wel. Bij desorganisatie is er in feite geen normaal gesprek meer mogelijk. Voor de omgeving lijkt het of de persoon doofstom is geworden of wartaal uitslaat. Het verhaal is onsaamenhangend, van de hak op de tak, vol vreemde woorden en herhalingen of continu onderbroken door stopwoordjes.

Ik word er zelf gek van! Het is bijna niet te volgen wat hij zegt. Ik heb meestal geen idee waar het over gaat. Ik gok maar een beetje of ik ja of nee moet zeggen. En om de drie of vier woorden zegt hij heel hard 'Hai!!!' Het gaat maar door ...

Soms praat iemand met desorganisatie heel uitgebreid zonder dat er iets duidelijk gezegd wordt. Soms zegt iemand juist bijna niets; ook dit kan de omgeving tot wanhoop brengen.

Vriend: Jan, hoe voel je je?
Jan: (geen reactie)
Vriend: Jan, voel je je rot, of ben je blij?
Jan: Blij.
Vriend: Gelukkig dat je blij bent.
Jan: Rot.
Vriend: Wat is het nou, voel je je rot of blij?
Jan: Ik weet niet ...

Het drukke of juist heel passieve kan ook in het gedrag tot uiting komen. Bij desorganisatie kan het zijn dat iemand niet of nauwelijks beweegt en langdurig in een vreemde houding staat, zit of ligt. Ook kan het zijn dat iemand letterlijk en figuurlijk in zeven sloten tegelijk loopt.

Het is gebeurd dat hij sigaretten wilde halen en pas vier dagen later werd teruggebracht. Hij was meer dan honderd kilometer verderop teruggevonden onder een viaduct. Z'n portemonnee, z'n horloge, z'n schoenen, alles weg. Hij was vies en had honger. En volgens mij had hij ook al die tijd nog niet gerookt ...

Diagnostiek

Verskillende psychotische stoornissen

Net als alle andere psychische stoornissen staan de psychotische stoornissen vermeld in een internationaal door artsen, psychologen en psychiaters gebruikte handleiding, de *Diagnostic Statistical Manual* (afgekort DSM) van de American Psychiatric Association. Dit is een soort catalogus voor psychische stoornissen die ervoor zorgt dat hulpverleners dezelfde taal kunnen spreken. Volgens de vierde editie van deze handleiding (DSM-IV) zijn er acht psychotische stoornissen, waarvan schizofrenie de bekendste is. Voordat deze stoornissen worden beschreven, moet echter met nadruk worden gesteld dat er zowel bij patiënten als bij behandelaren en wetenschappelijk onderzoekers steeds meer weerstand ontstaat tegen de huidige indeling. In de praktijk zijn de verschillen tussen de hierna beschreven stoornissen namelijk helemaal niet zo duidelijk. Verder heeft de term 'schizofrenie' een erg negatieve lading en is het nog steeds een soort verzamelterm. Wanneer je tien mensen met een schizofrenie naast elkaar zet, zie je meestal tien sterk verschillende beelden. Het zou daarom veel beter zijn om de diagnostiek drastisch te wijzigen en voortaan te spreken over een meer of minder ernstige psychotische stoornis of psychotische kwetsbaarheid. Per patiënt kan dan worden aangegeven hoe ernstig de stoornis of kwetsbaarheid ongeveer is en met welke symptomen die gepaard gaat.

Schizofrenie

Bij schizofrenie worden psychotische perioden afgewisseld met tijden waarin psychomotore armoede op de voorgrond staat. Tijdens de psychotische periode heeft iemand positieve symptomen: er treden verschijnselen op die er anders niet zijn (positief betekent hier dus: 'er komt iets bij'). Tijdens perioden van psychomotore armoede zijn er negatieve symptomen: verschijnselen die er normaal wel zijn, ontbreken nu (negatief betekent hier dus: 'er gaat iets af').

Psychomotore armoede betekent dat iemand geen of slechts heel weinig energie heeft, daarom niet tot activiteiten komt en dus heel passief is en zichzelf en zijn omgeving verwaarloost. Verder heeft iemand met psychomotore armoede veel moeite om emoties te voelen en te uiten. Veel mensen klagen erover dat ze zich leeg voelen.

Ik ben dit weekend naar mijn dochter geweest. Ze is vorige week bevallen van een meisje. Ik stond bij het wiegje, kreeg de baby in mijn armen en voelde niets ... Ik weet dat het me blij zou moeten maken en dat ik me ontroerd zou moeten voelen. Maar ik voel niets. Het is leeg vanbinnen. Zo is het bij alles. Bij negatieve en bij positieve dingen ...

Laatst was ik met iemand in gesprek. Het ging over de zelfmoord van een kennis. Op een gegeven moment voelde ik tranen langs mijn wangen stromen. Ik dacht: 'Dit doet me verdriet, want ik huil,' maar ik voelde niets ...

Mijn ouders staan altijd voor me klaar. Dag en nacht. Andere mensen redden zichzelf of doen een beroep op hun partner. Ik ben nog steeds afhankelijk van mijn ouders. Ik zou hier dankbaar voor moeten zijn. Ik ben dat ook wel, maar voel het niet. Daar moet ik me dan eigenlijk weer voor schamen. Maar ook dat voel ik niet. Het speelt zich allemaal

in mijn gedachten af. Niet in mijn gevoel. Misschien dat ik daarom nooit bloemen voor mijn moeder koop. Ik laat eigenlijk nooit merken dat ik dankbaar ben ...

Een psychose wordt wel vergeleken met een ontregelde computer. Er worden functies geactiveerd terwijl iemand niet op de toetsen drukt (hallucinaties), of verschillende functies worden tegelijk gestart, blijven actief en lopen door elkaar heen (desorganisatie). Psychomotore armoede wordt vergeleken met uitgevallen stroomtoevoer. Er is geen stroom, dus de computer kan het ook niet meer doen. Op het eerste gezicht lijkt iemand met psychomotore armoede dan ook ontzettend lui. Hij komt immers tot bijna niets. Maar het is wel degelijk een onderdeel van de stoornis. Volgens veel wetenschappers is niet de psychose, maar de psychomotore armoede de kern van schizofrenie. Het is belangrijk om dit te beseffen, omdat psychomotore armoede tot veel onbegrip kan leiden.

Hij doet niets. Op bed liggen. Roken, koffiedrinken en tv-kijken. Alles wat ik voorstel, wijst hij af. Het enige wat hij wil is blowen. Ik erger me eraan. Zo'n jongen moet toch aan het werk. Iets doen ... Stilzitten kan toch niet goed voor hem zijn ... Daar wisten ze in mijn tijd wel raad mee ...

Volgens de DSM-IV lijdt iemand aan schizofrenie wanneer hij langer dan zes maanden last heeft van hallucinaties en wanen, desorganisatie of psychomotore armoede. Er moeten twee van deze drie symptoomgroepen aanwezig zijn. Daarnaast moet er duidelijk sprake zijn van minder goed functioneren.

Wanneer de hallucinaties en wanen op de voorgrond staan, spreekt men van het 'paranoïde type'. Bij het 'gedesorganiseerde type' staat de desorganisatie op de voorgrond. Is de psychomotore armoede het

opvallendst, dan spreekt men van het 'resttype'. Daarnaast is er nog het 'ongedifferentieerde type': er zijn wel duidelijk symptomen, maar het is niet duidelijk welke op de voorgrond staan. Ten slotte wordt gesproken van het 'katatone type' wanneer niet bewegen of juist heel veel maar doelloos bewegen het meest opvalt.

Schizofreniforme stoornis

Wanneer iemand alle symptomen van schizofrenie heeft maar de stoornis duurt nog geen halfjaar, gaat het officieel om een schizofreniforme stoornis. In de praktijk wordt deze diagnose echter niet of nauwelijks gesteld. En voor de behandeling maakt het niet uit.

Schizo-affectieve stoornis

Soms gaat schizofrenie gepaard met manische of depressieve symptomen. Het lijkt er dan dus op dat er twee stoornissen door elkaar heenlopen, de schizofrenie en de manisch-depressieve stoornis. Omdat deze laatste ook wel een 'affectieve stoornis' (affect = gevoel) wordt genoemd, spreekt men hier van een schizo-affectieve stoornis.

In de praktijk valt vooral de combinatie van psychose en manie op. Aan de psychotische kant heeft de persoon dan vaak grootheidswaarden. Hij denkt dat hij heel bijzonder, uitverkoren, groots of voorbestemd is. Aan de manische kant is er enorm veel energie, een opvallend (en voor de omgeving vaak irritant) opgewekte stemming, slapeloosheid, druk (vaak gevaarlijk of risicovol) gedrag en veel en gehaast praten.

Kortdurende psychotische stoornis

Psychotische verschijnselen kunnen soms zonder duidelijke aanleiding ontstaan en weer verdwijnen. Wanneer iemand minimaal een dag en maximaal een maand last heeft van een psychose, gaat het om een kortdurende psychotische stoornis. Wanneer er wel een duidelijke aanleiding is voor een kortdurende psychose, heet het een 'reactieve psy-

chose'. De psychose is dan een reactie op een vaak indrukwekkende en zeer stressvolle gebeurtenis.

Na het plotseling overlijden van onze zoon is onze dochter een tijdje psychotisch geweest. Ze werd gek van alle geluiden die ze hoorde. Ze kon zich er niet meer voor afsluiten. Wanneer zij boven op zolder in bed lag, met een kussen over haar hoofd, kon ze ons gefluister beneden nog verstaan. Het klonk haar als geschreeuw in de oren. Het maakte haar woedend. Als we dan zwijgend een wandeling gingen maken, hoorde ze koeien met elkaar praten en probeerde de hond aan te sporen die beesten iets aan te doen. Ze was ervan overtuigd dat ze haar broer vermoord had en dat ze moest branden in de hel. Ze kreeg kalmerende medicatie. We hielden haar thuis. En na een week of twee was het over. Dat is nu meer dan tien jaar geleden. Daarna heeft ze de draad gewoon weer opgepakt en nooit meer zoiets meegemaakt ...

Waanstoornis

Een bijzondere psychotische stoornis is de waanstoornis. Er is dan in feite alleen maar sprake van een waan en niet van duidelijke hallucinaties. Er liggen wel bijzondere waarnemingen aan de overtuiging ten grondslag. Deze waarnemingen kunnen in theorie de inhoud van de waan verklaren, maar in de praktijk is dat hoogst onwaarschijnlijk.

Ik heb een keer gezegd dat ik mijn baas een ontzettend aardige man vind. Mijn man is er vanaf dat moment van overtuigd dat ik vreemdga en een verhouding met mijn baas heb. Alles wat ik doe en laat, lijkt hem in dat idee te bevestigen. Als ik later dan normaal thuiskom, denkt hij dat ik na mijn werk met mijn baas ben gaan borrelen of ergens heb liggen vrijen. Als ik mijn best doe om op tijd thuis te zijn, denkt hij dat ik expres de indruk probeer te wekken dat er niets aan de hand is terwijl er wel wat aan de hand is. Als ik niet opbel om te

zeggen waar ik ben, denkt hij dat ik bij mijn baas in bed lig. Als ik wel opbel, denkt hij ook dat ik bij mijn baas in bed lig maar bel om de indruk te wekken dat dat niet zo is. Als ik geen zin heb om met hem te vrijen, dan komt dat omdat ik aan mijn baas denk. Wil ik eens een keer wel met hem vrijen, dan komt dat ook omdat ik aan mijn baas denk maar me daar schuldig over voel. Ik vind mijn baas aardig, maar heb echt geen relatie met hem. Ik val niet eens op hem. Maar af en toe ga ik er zelf aan twifelen ...

In dit voorbeeld is er sprake van een jaloersheidswaan. De opmerking over de aardige baas is voor de man een bijzondere waarneming die tot de waanovertuiging inzake het vreemdgaan van zijn vrouw leidt.

Ook kan er sprake zijn van bijvoorbeeld een achtervolgingswaan, de overtuiging dat je een ziekte hebt (somatische waan), zwanger bent (zwangerschapswaan) of dat er iemand smoorverliefd op je is en dat je daarom extreem veel aandacht aan die persoon moet besteden (erotomanie of Clérambault's syndrome). In alle gevallen kán het waar zijn, maar blijkt het na controle niet zo te zijn. De persoon in kwestie blijft er ondanks dat toch van overtuigd.

Gedeelde psychotische stoornis

Het komt soms voor dat verwanten van iemand met een waan de waan overnemen. Er is dan sprake van een 'gedeelde psychotische stoornis' (ook wel inductiepsychose of folie à deux genoemd). In de literatuur over dit onderwerp worden ook meldingen gemaakt van door meer dan twee mensen gedeelde waanovertuigingen (folie à trois en folie à famille). Waarschijnlijk nemen de familieleden de waanovertuiging over uit angst voor de patiënt. Deze dreigt dan met extreem geweld wanneer anderen hem geen gelijk geven. Bijvoorbeeld een oorlogsveteraan die ervan overtuigd is dat de oorlog nog niet voorbij is en dreigt zijn familieleden te doden wanneer deze het erf verlaten ('ik schiet jul-

lie liever zelf dood dan dat de vijand jullie gevangenneemt, verkracht en martelt’).

Organische psychosen

Dit zijn psychotische toestanden die duidelijk het gevolg zijn van een somatische ziekte (zoals kanker, dementie of epilepsie) of middelengebruik (alcohol en/of drugs). Ze kunnen ook optreden in het kader van ontwenning van alcohol en/of drugs.

Psychotische stoornissen niet anderszins omschreven

Wanneer een psychose niet bij de vorige zeven categorieën is in te delen, spreekt men van een ‘niet anderszins omschreven’ psychotische stoornis. De postpartum psychose is het bekendste voorbeeld. Dat is een psychose die bij de moeder optreedt na de bevalling. Het zou daarom een reactieve psychose kunnen heten, maar deze psychose blijkt vooral voor te komen bij vrouwen die al eerder met de psychiatrie in aanraking zijn geweest. Er is dus kennelijk sprake van een blijvend probleem, maar het is niet bekend wat dat probleem is. En zolang dat niet bekend is, wordt deze psychose dus bij deze ‘restgroep’ ingedeeld.

Kun je het zien aankomen?

Mensen met een psychotische stoornis, maar vooral de mensen in hun naaste omgeving, verwijten zichzelf soms dat ze niet eerder hebben ingegrepen. Dit zelfverwijt, en het schuldgevoel dat daarmee samen gaat, is onterecht. Een psychose kun je niet zien aankomen, tenzij je al eerder psychotisch bent geweest!

Toch komt een psychose meestal niet uit de lucht vallen, zeker niet als het een psychose is die bij schizofrenie of een schizo-affectieve stoornis hoort. Dan gaan er meestal allerlei klachten, problemen of gedragsveranderingen aan vooraf. Van belang is echter dat deze zaken ook kun-

nen optreden zonder dat er een psychose op volgt. Het zijn dus geen eenduidige voortekenen! Bovendien kan een psychose ook uitbreken zonder dat dergelijke toestanden eraan voorafgaan. Het zijn dus ook geen noodzakelijke voortekenen!

Hij werd steeds vlakker. Zat stil voor zich uit te staren. Ook praatte hij monotoon. Op een dag kwam hij bij me en zei dat hij niet lekker in z'n vel zat en het gevoel had dat hij iemand anders was. Ik dacht dat het met de pubertijd te maken had.

In dit voorbeeld merkt zowel de zoon als de vader dat er iets is. Maar ze weten niet wat het is. Korte tijd na dit gesprek werd de zoon paranoïde psychotisch. Hij was ervan overtuigd dat er een complot tegen hem was en moest worden opgenomen omdat hij zich begon te verdedigen tegen aanvallers die er helemaal niet waren.

Een psychotische stoornis kent soms een zogenaamd 'sluipend begin'. Al op de basisschool is er dan geregeld sprake van een vrij plotseling IQ-verval. Het kind gaat tussen zijn vierde en zevende levensjaar ineens minder presteren. Later, tijdens de pubertijd of de vroege volwassenheid, wordt de persoon stiller, minder actief, hij krijgt problemen op school, wordt angstig, gaat zichzelf verwaarlozen, maakt een puinhoop van z'n financiën, gebruikt vaak alcohol of drugs om zich weer beter te voelen, wordt chaotisch, achterdochtig en druk, gaat vreemd gedrag vertonen en wordt uiteindelijk psychotisch. Vooral onzekerheid in sociale contacten en overgevoeligheid voor afwijzing worden genoemd als problemen die al lang voor de eerste psychose bestaan.

Mijn hele leven voelde ik me al anders dan anderen. Soms heel minderwaardig met last van sociale druk. Eigenlijk leefde ik met het idee dat mijn gevoelens nooit goed zijn. Ik ben heel gevoelig voor afkeu-

ring en leef vaak in de veronderstelling dat mijn innerlijke leven zichtbaar is voor anderen.

(Hans)

Dit is een vrij vaak voorkomend patroon. Echter, ook hier moet weer benadrukt worden dat dit patroon ook te zien is bij mensen die geen psychose krijgen. Het is dus niet een patroon dat typisch is voor een beginnende psychotische stoornis.

Overigens is zo'n sluipend begin gemakkelijk opgeschreven, maar in de praktijk kan het jaren duren en met zeer veel problemen, wanhoop, onbegrip en intens verdriet gepaard gaan.

Vijftien jaar zijn we aan het zwoegen geweest voordat we wisten dat het om schizofrenie ging. Wat we allemaal in die tijd hebben meegeemaakt, is met geen pen te beschrijven. Maar volgens mij is er geen probleem te bedenken waar wij geen ervaring mee hebben ... In elk geval is m'n huwelijk erdoor op de klippen gelopen, ben ik veel van mijn vrienden kwijtgeraakt en ben ik een expert in overleven geworden. Gelukkig heb ik nu Ypsilon.²

Ik leefde al jaren in een fantasiewereld. Voor mij was het gewoon. Ik heb nooit een moment bedacht dat mijn opvattingen niet klopten. Dat komt ook doordat ik me terugtrok. Ik maakte nauwelijks contact, dus ik werd ook niet gecorrigeerd. Ik zou me overigens ook niet hebben laten corrigeren. Ik vond mezelf een einzelgänger en was daar ook tevreden mee. Pas toen ik echt raar ging doen en verplicht medicatie kreeg, begon ik me na een week of zes te realiseren dat ik het al die tijd fout had gezien!

² Ypsilon is de vereniging voor familieleden van mensen met een psychotische stoornis (zie hoofdstuk 7).

Als iemand eenmaal psychotisch is geweest, is duidelijk waar bepaalde veranderingen toe kunnen leiden. Deze veranderingen blijken dan te werken als waarschuwingssignalen voor een naderende psychose. Vanaf dat moment is het dus beter mogelijk om een psychose te zien aankomen. Meestal gaan er aan een nieuwe psychose wat stappen vooraf; angst, onrust, depressie, wantrouwen, toenemend controleverlies en vreemd gedrag horen daar bijna altijd bij.

Als ik niet psychotisch ben, dan kan ik mezelf observeren zoals jij mij observeert. Ik heb afstand van mijn doen en laten zodat ik het kan beoordelen. Als ik psychotisch word, dan vloeit alles langzaam maar zeker in elkaar over. Dan kan ik steeds minder goed afstand nemen van mezelf. Dan word jij ik en ik word jij. Dan verlies ik de controle en gaat alles mis. Alleen met extra medicatie en heel veel rust kan het dan weer goed komen.

Bijna altijd zeggen patiënten dat ze tijdens een psychose de controle over hun gedachtewereld kwijt zijn. Het langzaam maar zeker verliezen van die controle is daarom meestal een teken dat er een nieuwe psychose aankomt.

Zijn er goede tests?

Het is niet bekend wat een psychose precies is. Er bestaat daarom ook geen test waarmee kan worden vastgesteld of iemand aan een psychotische stoornis lijdt. Het is dus niet zo dat iemand bij twijfel een paar vragenlijsten kan invullen of urine en bloed kan laten onderzoeken en daarna zeker weet of hij wel of niet een psychotische stoornis heeft. Er zijn wel heel veel lijsten en tests waar mensen met een psychotische stoornis opvallend slecht of juist opvallend goed op presteren, maar

net als bij de voortekenen geldt ook hier: die afwijkende prestaties zijn niet specifiek voor psychotische stoornissen.

De beste manier om erachter te komen is door met elkaar in gesprek te gaan. Natuurlijk kan dat een gesprek met een professionele hulpverlener zijn, zeker wanneer je totaal niet weet wat er aan de hand is. Heb je het idee dat er mogelijk sprake is van een psychose, dan kan contact zoeken met de patiënten- (Anoiksis) of familievereniging (Ypsilon) ook een heel goede eerste stap zijn.

Een probleem is dat jonge mensen met een psychose vaak helemaal niet vinden dat er iets met hen aan de hand is, terwijl de omgeving met de handen in het haar zit. Deze mensen willen daarom helemaal niet praten. Volgens hen heeft vooral de omgeving een probleem! Hoe normaal deze ontkennende reactie eigenlijk is en hoe ermee kan worden omgegaan, komt in de hoofdstukken 3 en 5 aan de orde.

Hulpverleners hebben meestal een aantal interviews ter beschikking om de psychotische symptomen systematisch op te sporen. Het is van groot belang dat de hulpverlener niet alleen met de 'patiënt' praat, maar ook met de familieleden. Uit hun verhaal wordt vaak duidelijk hoe lang de problematiek duurt, waarmee en hoe een psychose zich bij deze patiënt aankondigt en hoeveel psychische en vaak ook materiële schade er is berokkend voordat de patiënt, al of niet gedwongen, met de hulpverlening in contact kwam. Ook het belang van het gezamenlijk optrekken tijdens de behandeling komt in hoofdstuk 5 aan de orde.

Wat speelt er nog meer ...

Een psychotische stoornis komt nooit alleen. Als je eraan lijdt, is er altijd sprake van meerdere problemen – voor een deel vanwege de gevolgen van de psychose, maar voor een deel ook omdat een psychotische stoornis altijd meerdere stoornissen in z'n kielzog heeft.

Verslavingsproblemen

Verslavingsproblematiek komt heel veel voor bij psychotische stoornissen. Er bestaat een ingewikkelde relatie tussen alcohol- en drugsgebruik en psychosen. Aan de ene kant is het een feit dat overmatig alcoholgebruik en drugs een psychose kunnen uitlokken en de duur ervan kunnen verlengen. Aan de andere kant kunnen alcohol en drugs juist helpen om het lijden ten gevolge van een psychose te verlichten. Vooral depressieve gevoelens en de psychomotore armoede worden er soms minder door.

Ik weet dat blowen niet goed voor me is. Ik kan erdoor in een nieuwe psychose komen. Maar het helpt me om weer iets te voelen. Als ik blow, dan word ik minder depressief en kan ik weer een heel klein beetje genieten.

Depressie

Tijdens een psychose zijn veel mensen met een psychose ook depressief. Ga maar na: als je het idee hebt dat de hele wereld tegen je is en dat je geen controle meer over jezelf hebt, als je constant op de vlucht bent en je nergens rustig voelt, komt dat je stemming niet bepaald ten goede.

Ook na de psychose is er heel vaak sprake van depressie. Mensen kijken dan terug op wat er allemaal gebeurd is, ze realiseren zich wat ze zijn kwijtgeraakt en ze hebben vaak een somber beeld van de toekomst. Depressie komt trouwens ook opvallend veel voor bij familieleden van mensen met een psychose. Voor een deel komt dat door alles wat ze meemaken en kwijtraken, voor een ander deel komt het omdat ze hun geliefde vaak langer dan ze eigenlijk aankunnen blijven helpen.

Sinds ons kind is opgenomen, hebben we geen weekend meer voor onszelf gehad. Hij komt elk weekend thuis. Nu al zes jaar lang. We halen hem op, brengen hem weg. En zitten het hele weekend met hem

op de bank. Ik zou er wel weer eens uit willen. Maar ja, dan moet hij in het gesticht blijven, en dat wil hij niet. Hij heeft het al zo moeilijk ...

Familieleden cijferen zichzelf soms letterlijk en figuurlijk weg zodat er 'niets' van hen overblijft. Dat is begrijpelijk en ook bewonderenswaardig, maar toch niet altijd verstandig. Een mens kan nu eenmaal niet meer geven dan hij heeft en moet af en toe ook bijtanken.

Angst

Angstig zijn hoort eigenlijk per definitie bij psychotisch zijn. Je begrijpt in eerste instantie immers niet wat er aan de hand is. De ontredde die zich in je hoofd afspeelt, veroorzaakt paniekgevoelens. Heel veel mensen met een psychose lijden daarom ook aan een angststoornis. Deze stoornis kan de kenmerken van een fobie krijgen. Ze gaan dan allerlei situaties vermijden omdat ze al bang zijn als ze er alleen maar aan denken. Bij een psychose spreken we wel van een psychosefobie of een inspanningsfobie.

Psychose- of inspanningsfobie

Psychotisch zijn gaat heel vaak gepaard met een gevoel van overprikkeling. Daarom proberen mensen die de psychose als een hel hebben beleefd, te voorkomen dat ze er weer in terechtkomen. Dus gaan ze prikkels vermijden. Met andere woorden: het is goed mogelijk dat erg passief gedrag en teruggetrokken zijn niet veroorzaakt worden door de psychomotorische armoede, maar door de angst dat te veel prikkels tot een nieuwe psychose zullen leiden. Het passieve is dan dus geen stoornis maar een reactie op de stoornis. Veel mensen met een psychose blijken zich overdreven passief op te stellen en kunnen eigenlijk meer dan ze denken. Het is de angst voor overprikkeling die hen passief houdt. 'Zie je wel,' zullen nu veel vaders denken, 'hij kan het wel, het is toch gewoon luiheid.' Dat klopt gedeeltelijk, al is het meestal geen luiheid maar angst.

Maar de persoon zal zelf moeten uitzoeken hoever hij kan gaan. Druk uitoefenen werkt alleen maar angstverhogend en dus averechts.

Posttraumatische stress

Psychotisch zijn kan dezelfde uitwerking hebben als gegijzeld of ontvoerd worden. Het kan dezelfde schade veroorzaken als slachtoffer zijn van een geweldsmisdrijf. Een psychose doormaken is een traumatische ervaring waar mensen dan ook nog vaak heel lang last van houden. Bovendien geldt dat wanneer iemand door een psychose tegen zijn zin moet worden opgenomen of behandeld, er nog trauma's bij kunnen komen. Een spuit krijgen die je niet wilt, kan een traumatische ervaring zijn. Denk maar aan kleine kinderen die geen inenting willen, of stel je eens voor dat er iemand een spuit in je arm zet zonder dat je erom hebt gevraagd, zonder dat je weet wat erin zit en zonder dat je begrijpt waar het goed voor is. Het komt ook voor dat iemand met een psychose alleen in een isoleer- of separeercel wordt opgesloten. Dit roept vaak enorme angsten op waardoor de psychose juist erger wordt. Vaak houdt de patiënt er een posttraumatische stressstoornis aan over.

Na het gesprek kreeg ik een spuitje en werd in de separeercel gestopt. Dit was een beangstigende ervaring. Er waren twee separeercellen. Een met alleen maar een bruine, met plastic beklede matras en een met een houten bed. In beide separeercellen had ik twee dikke witte katoenen dekens. Ik werd steeds van de ene cel naar de andere gebracht zodat ze de verlaten cel schoon konden maken. Ik werd door een aantal verpleegkundigen onder de douche gesleept, waar ik mijn plas liet lopen. Ook kreeg ik een soort kartonnen zomerhoeden waarin ik mijn ontlasting en urine kon doen. Als ik even uit de separeercel mocht, ging ik naar de wc en probeerde dan of ik ontlasting kwijt kon. Dit probeerde ik ook in de separeercel in de kartonnen bakjes. Op een gegeven moment ging het er dus om of ik obstinaat of obstipaat was.

Verder had ik twee of drie plastic bekertjes en een melkpak gevuld met melk of met water. Ook was er in beide separeercellen aan de rechterwand een schoolbord. Daar tekende ik een Karel Appel-schilderij op of ik schreef er allerlei informatie op, onder de namen van de artsen en verpleegkundigen die mij daar kwamen bezoeken. In de achtermuur was een groot raam dat uitkeek op een grasveldje waar ook een basketbalnet en een bord aan een paal opgesteld stonden. Daar liepen wel eens konijnen of fazanten. Aan de bovenkant van het raam hing achter het glas een klok. Deze klok liep nooit gelijk met de klok die op de gang hing. Er werd met de tijd gesjoemeld, alsof het iets met de relativiteitstheorie had te maken. De deur ging dicht en ik wist nooit wanneer hij weer open zou gaan.

In de separeercel kreeg ik allerlei angstaanvallen. Ik deed beide handen in mijn mond en duwde ze zover mogelijk achter in mijn keel. Dit om te voorkomen dat ik zou doorslaan. Ook propte ik een stukje van een piepschuimen drinkbekertje achter in mijn keel. Ik moest mezelf van hogerhand alle hoeken van de separeercel laten zien. Ik zette me steeds uit één hoek van de kamer af om met een flinke vaart in een andere hoek uit te komen. Dit ging met harde bonzen gepaard zodat ik onder de blauwe plekken kwam te zitten.

(Peter)

Dwang

Een veelgebruikte manier om angst kwijt te raken of te verminderen is het uitvoeren van een ritueel. Kleine kinderen pakken hun knuffelbeest wanneer ze bang zijn. Rokers steken een sigaret op. Het luiden van de kerkklokken is van oorsprong bedoeld om boze geesten weg te jagen. Kortom, rituele handelingen geven vaak een zekere rust. Wanneer iemand ondanks het ritueel toch angstig blijft, gaat hij dat ritueel soms eindeloos herhalen. Dan spreken we van een dwanghandeling. Iemand voert het ritueel dan vaak uit, maar de angst verdwijnt

er niet echt door of komt snel terug. Mensen met een psychose kunnen vanwege de angsten die ze tijdens de psychose meemaken ook tot dwanghandelingen komen.

Slaapproblemen

Inslapen is problematisch voor veel mensen met psychische problemen en ook voor mensen met een psychose. Tijdens de psychose houden vooral de angst en de opwinding mensen uit de slaap. Daarna zorgen piekeren en depressie vaak voor slapeloosheid. Er wordt daarom heel veel slaapmedicatie gebruikt. Ook komt het vaak voor dat de antipsychotische medicatie als slaapmiddel wordt gebruikt. Iemand neemt z'n pillen dan niet op de voorgeschreven tijden, maar vlak voor het slapengaan. Dat kan weer een negatief effect op de psychose en het overige functioneren hebben.

Relatieproblemen

Zonder mijn partner woonde ik nu in een beschermde woonvorm. Zij is mijn lijntje met de gewone wereld. Ik sta met haar beide benen op de grond.

Dit citaat is van iemand die samen met zijn partner een manier heeft gevonden om de psychotische perioden te hanteren. Zo is het echter lang niet altijd. De psychose kan mensen ook uit elkaar drijven of kan tot ernstige relatieproblemen leiden. Vaak gaat het er daarbij om dat de niet-psychotische partner gebukt gaat onder alle verantwoordelijkheden die hij erbij krijgt omdat de psychotische partner niet meer kan functioneren zoals vroeger. De een is belast met een psychotische kwetsbaarheid, de ander met onevenredig veel taken. Uiteindelijk kan de relatie hieronder bezwijken.

Sinds hij ziek is, heb ik er heel veel zorg bij gekregen. We hebben twee kinderen, en voordat hij ziek werd, deden we heel veel samen in de opvoeding en verzorging. Dat moet ik nu bijna allemaal alleen doen. Maar ik moet ook op hem letten. Het lijkt wel of ik nu drie kinderen heb, waarvan er een dan ook nog eens heel kwaad kan worden en zich niet naar z'n kamer laat sturen.

Soms is er bij de niet-psychotische partner en de kinderen sprake van grote angst voor het gedrag dat de psychotische partner in tijden van crisis vertoont. Die angst kan zo blokkerend werken, dat een normale relatie of een normaal gezinsleven niet langer mogelijk is, ondanks het feit dat beide partijen dit wel willen.

Ook goedbedoelde overbezorgdheid kan tot veel ergernissen leiden. De niet-psychotische partner is dan continu aan het opletten of het wel goed gaat met de patiënt. Deze voelt zich daardoor achtervolgd, waardoor de stress toeneemt en er uiteindelijk, door overprikkeling, een nieuwe psychose kan ontstaan.

Seksuele problemen

Seks kan voor iemand met een psychose en zijn partner om allerlei redenen een probleem worden. Antipsychotische medicijnen kunnen gepaard gaan met bijwerkingen waardoor iemand geen zin meer in seks heeft, moeilijk tot seksuele opwinding kan komen, geen erectie krijgt of een droge vagina heeft, of te snel of juist helemaal niet klaar komt. De seksuele problemen kunnen echter ook gerelateerd zijn aan de inhoud van de waan, de psychomotore armoede of de overige hiervoor beschreven klachten zoals angst en depressie.

Psychosen als onderdeel van een andere stoornis

Een psychose is in het algemeen erg opvallend. Het komt echter ook voor dat de diagnose wordt gemist omdat er bij de patiënt kenmerken

van een andere stoornis op de voorgrond staan. Dit kan bijvoorbeeld het geval zijn bij autisme, zwakbegaafdheid of dementie.

Onterechte vooroordelen

Over psychotische stoornissen en zeker over schizofrenie bestaan heel wat onterechte vooroordelen. Net zoals bij de meeste vooroordelen zit er altijd wel een kern van waarheid in, maar het is goed om het onjuiste deel ervan te weerleggen.

Vooroordeel 1: tijdens een psychose heeft iemand geen contact met de werkelijkheid of leeft hij in een andere werkelijkheid.

Deze opvatting is wijdverbreid. Er zijn zelfs handboeken en hulpverleners die deze opvatting propageren. Toch is het niet waar. Wanneer iemand psychotisch is, neemt hij de werkelijkheid anders waar en interpreteert hij dingen anders, maar hij krijgt meestal wel mee wat er om hem heen gebeurt. Het is veel beter om te stellen dat tijdens een psychose verschillende werkelijkheden door elkaar heen lopen: de normale gedeelde werkelijkheid en de eenzame psychotische werkelijkheid. Hierdoor ontstaat er een ernstig contactprobleem voor zowel de patiënt als zijn omgeving.

Vooroordeel 2: iemand met schizofrenie heeft twee persoonlijkheden.

Dit is een klassieke opvatting over schizofrenie. Het woord schizofrenie betekent (vrij vertaald uit het Grieks) ook ‘gespleten geest’. Dit wordt vaak opgevat alsof iemand het ene moment Jan Jansen zou zijn en het andere moment Napoleon. In feite wordt schizofrenie hier verward met de dissociatieve identiteitsstoornis. Bij deze stoornis kan er bij een persoon sprake zijn van meerdere persoonlijkheden die niet of nauwelijks weet van elkaar hebben. Iemand kan dan vrij abrupt van persoon-

lijkheid en gedrag wisselen. Mensen met schizofrenie kunnen ook wel de overtuiging hebben dat ze iemand anders zijn, maar het onderscheid is niet zo absoluut. Het is niet of-of, maar en-en. Iemand met een psychose kan door zijn veranderde interpretaties bijvoorbeeld denken dat hij Jezus is, maar daar tegelijk toch ook aan twifelen. De kracht van de overtuiging wisselt per moment. Bovendien weet hij wanneer hij niet psychotisch is heel goed dat hij in een psychose denkt dat hij Jezus is.

Vooroordeel 3: na elke psychose gaat het minder, de psychose vreet steeds een deel van je persoonlijkheid weg.

Het is waar dat een psychotische stoornis gepaard gaat met een verslechtering van het functioneren, het gevoelsleven en de energie. Het is niet waar dat deze neergaande lijn per psychose verder blijft dalen. Uit grote beloopstudies blijkt dat de neergaande lijn ongeveer tien jaar na de eerste psychose stabiliseert.

Vooroordeel 4: psychotische mensen zijn gevaarlijk.

Mijn zoon heeft TBS omdat hij in zijn waan denkt dat andere mensen duivels zijn. Dit maakt hem angstig en dan gaat hij drinken of andere middelen gebruiken. Dat kan helemaal verkeerd uitpakken. Zo heeft hij een keer iemand met een mes gestoken.

Het is een feit dat mensen met psychotische problematiek vaker geweld gebruiken dan mensen zonder psychische problemen. Vergeleken met patiënten met persoonlijkheidsstoornissen of met verslavingsproblematiek gebruiken ze echter minder geweld. Binnen de terbeschikkingstellingsklinieken (TBS-klinieken) verblijven veel psychotische patiënten, maar hun delicten zijn minder ernstig dan die van TBS-gestelden met persoonlijkheidsstoornissen of zonder diagnose.

Gewelddadig gedrag door psychotische patiënten is niet gerelateerd aan de psychotische symptomen, maar aan het gebruik van alcohol en drugs en aan de manier waarop er met hen wordt omgegaan. Voelt de patiënt zich door zijn omgeving beperkt, bedreigd, gekleineerd of betutteld, dan zal er eerder sprake zijn van agressie. Maar dat geldt ook voor mensen die geen psychose doormaken!

Samenvatting

Een psychose gaat gepaard met ontregelde hersenfuncties en vreemde waarnemingen (hallucinaties), angst en eenzame overtuigingen (wanen). Ook kan een psychose zich uiten door extreem onsamenhangende spraak en gedragingen (desorganisatie). Centraal bij een psychose staat een ernstige verstoring van het contact dat iemand met zichzelf en met zijn omgeving heeft.

Officieel worden er nog steeds verschillende psychotische stoornissen onderscheiden. Hier is echter in toenemende mate weerstand tegen. Het is beter om te spreken van een psychotische kwetsbaarheid die meer of minder ernstig is en gepaard gaat met hallucinaties en wanen, desorganisatie en/of energiegebrek, passiviteit en terugtrekgedrag (psychomotore armoede).

Wanneer iemand aan een psychotische stoornis lijdt, is er ook altijd sprake van andere (psychische) problematiek. Een psychotische stoornis doordrenkt het bestaan van de patiënt en vaak ook voor een groot deel dat van diens omgeving. Daarom is het een enorme opgave om desondanks een evenwichtig leven te leiden.