

IN HET NIEUWS  
Silvan Licher

## Dementie en wat nog meer?



**Arts-onderzoeker Silvan Licher onderzoekt het voorstadium van dementie. Niet alleen professioneel, maar ook in zijn privéleven speelt dementie een grote rol. Zijn vriendin Marieke is psycholoog en werkt met dementerende ouderen. Zij heeft juist te maken met het eindstadium van de ziekte. 'Dat zijn heel andere werelden', vertelt Silvan.**

### Volop in het nieuws

Op dit moment krijgt het onderzoek waar hij mee bezig is geweest veel aandacht in de media met koppen als: 'Wie gezond leeft, verlengt het leven met zes jaren.' In 2016 studeerde Silvan af als arts aan de Erasmus Universiteit Rotterdam, waarna hij zijn promotieonderzoek ging doen bij hoogleraar Epidemiologie Arfan Ikram, tevens hoofdonderzoeker van ERGO. Silvan is lid van het ERGO-managementteam en vertegenwoordigt daarin de stem en oren van de promotieonderzoekers.

### Start van zijn onderzoek

'Eerst was mijn focus het onderzoeken van mensen die nog niet dement zijn, maar wel een verhoogd risico hebben.

Deze mensen heb ik geprobeerd te identificeren aan de hand van deze factoren:

- erfelijke componenten
- levensstijl (roken, bewegen, voeding)
- lichte geheugenklachten

Later ben ik dit gaan uitbreiden met nieuwe onderzoeken naar de risicofactoren en de samenhang van chronische ziekten die vaak tegelijk voorkomen bij mensen in de bevolking. Denk hierbij aan kanker en longziekten, maar ook suikerziekten, hart-en vaatziekten en dementie.'

### Internationale belangstelling

Er verschenen al honderden wetenschappelijke publicaties over diverse ziekten en hun risicofactoren, maar deze werden vaak afzonderlijk bekeken. Voor het eerst kan er nu binnen ERGO worden gekeken naar combinaties tussen ziekten dankzij onze eerste deelnemers die al dertig jaar meedoen. (Lees ook pagina 2 en 3.) Silvan zegt met trots: 'Er is hier veel internationale belangstelling voor, want het is uniek in de wereld dat er voor de 7e keer deelnemers van het eerste uur terugkomen voor onderzoek.'

### Vroeger en nu

'Mensen werden vroeger minder oud, de gemiddelde levensverwachting lag ergens tussen de 60 en 70 jaar. En mensen stierven bijvoorbeeld aan een hartziekte of een beroerte. Tegenwoordig kunnen we deze ziekten beter behandelen en overleef je deze vaker. Doordat we tegenwoordig gemiddeld ouder (80-85 jaar) worden, neemt het aantal mensen met chronische ziekten toe, waaronder dementie. Dit treedt met name op aan het eind van het leven. Veel mensen hebben dan al een andere chronische ziekte onder de leden, die in het algemeen de kans verhoogt op dementie.'

### Zoveel vragen

'Over mensen die leven met meerdere chronische ziekten tegelijk, weten we eigenlijk nog niet zoveel. Hoe vaak komt het bijvoorbeeld voor dat mensen meerdere ziekten krijgen, is één van mijn onderzoeksvragen. En welke combinaties komen er voor? Hoe vaak krijgen mensen 'slechts' 1 ziekte en waarom? Waarom wordt de ander helemaal niet ziek? Wat maakt dat het ene individu lang kan leven met meerdere van deze ziekten en de ander snel overlijdt? In hoeverre hangt dat samen met genen of levensstijl?' Als onderzoeker kan Silvan nog een heel leven vullen met het zoeken naar antwoorden op deze vele interessante vragen.

## 'Dat we nu voor de 7e keer deelnemers terugzien op het ERGO-centrum is uniek'

### Blijf volop in het leven staan

De aanloop naar het ontstaan van dementie is complex, omdat het vaak als laatste van alle chronische ziekten toeslaat en er helaas nog geen behandeling voor is. Dementie vormt een enorme belasting voor patiënten, hun mantelzorgers, hulpverleners en de maatschappij.

Silvan geeft de lezers mee dat actief blijven in je sociale omgeving enorm helpt. 'Van bridges, lezen tot buurtbezoekjes. Volop in het leven blijven staan verlaagt de risico's. Dementie begint heel langzaam en kan je steeds inactiever maken. Landelijk is hier nu gelukkig veel aandacht voor, want je komt er vaak niet uit in je eentje. Het brengt ook eenzaamheid met zich mee onder ouderen. Je kunt best een steuntje in de rug gebruiken.'

### Dankbaarheid

'Ik ben dankbaar voor de toewijding van onze deelnemers! Een mooi recent voorbeeld hiervan zijn de deelnemers van het eerste uur, dat zijn de mensen die in 1989 zijn gestart. Ze doen nu voor de 7e keer mee aan het onderzoek, inmiddels op hoge leeftijd maar nog steeds enthousiast. Daar neem ik mijn petje voor af!'

## Blijf volop in het leven staan



### LIFEstyle

#### Voorjaar

Groen gras, lentegeur en met mijn 2 jongens Daniël (1) & Elias (2) lekker buiten voetballen

#### Ontspanning

Indie muziek luisteren & hardlopen

#### Ommoord

Banketbakkerij Van de Vrande, die levert al 30 jaar de croissantjes aan het ERGO-centrum en maakt heerlijke slagroomtaarten