

Inleiding

Vroeger dachten we bij autisme alleen aan kinderen, de laatste tijd beseffen we dat deze kinderen volwassen worden. Pas heel recentelijk wordt ook aandacht besteed aan autisme bij ouderen. Dit is van belang, omdat veroudering mogelijk een andere invloed heeft op mensen met autisme dan bij andere mensen het geval is. We weten dit nog niet zeker, omdat hier nog erg weinig onderzoek naar is gedaan. Onderzoek is dus hard nodig. In deze module zal worden besproken wat de huidige inzichten zijn.

Invloed van veroudering op autisme

Ouder worden gaat vaak samen met veranderingen op verschillende gebieden. Dit is vaak lastig voor mensen met autisme, door hun moeite met veranderingen. Sommige veranderingen die voor andere mensen weinig betekenis hebben, kunnen mensen met autisme erg ontregelen. Enkele voorbeelden:

☐ Verandering in gezondheid

Vaak verandert de gezondheid met het ouder worden. Dit heeft meteen gevolgen voor wat iemand wel en niet kan. Voor mensen met autisme kan dit extra lastig zijn, omdat zij deze grenzen vaak niet goed kunnen aanvoelen. Daarnaast kunnen gezondheidsproblemen een doorbreking van het vaste dagritme veroorzaken, wat eveneens moeilijk kan zijn. Ook de gezondheid van de partner kan natuurlijk veranderen. Hierdoor moet bijvoorbeeld de taakverdeling in huis worden aangepast. Het kan ook zo zijn dat hierdoor de partner anders reageert dan de persoon met autisme gewend is, hetgeen lastig voor hem of haar kan zijn. Het is dan goed om samen naar een nieuw evenwicht te zoeken, bijvoorbeeld door de taken op papier te zetten en opnieuw te verdelen.

☐ Verandering in dagbesteding

Pensionering kan een moeilijke fase zijn voor mensen met autisme. Dit betekent namelijk dat de dagen er heel anders uit gaan zien. Het kan lang duren voordat iemand met autisme na pensionering weer een nieuwe dag invulling en een nieuw ritme heeft gevonden. Wanneer er een partner is dan kan ook het evenwicht in de relatie verstoord raken. De persoon met autisme is bijvoorbeeld meer thuis en wil, vanuit een behoefte aan structuur, overzicht en dag invulling, in huis meer bepalen dan voorheen. Als dit veel problemen geeft dan kan het goed zijn om hierover te praten met een professional op het gebied van autisme.

☐ Verandering van woonsituatie

Met het ouder worden kan het gebeuren dat het goed is om te verhuizen. Naar een kleinere woning bijvoorbeeld, of naar een verpleeg- of verzorgingshuis. Een dergelijke verhuizing kan enorm veel spanning geven, omdat dan alle details van de thuissituatie ineens anders worden. Het is belangrijk om dit goed voor te bereiden. Bij de verhuizing zelf kan het goed zijn als de

persoon met autisme niet aanwezig is, om extra spanning te voorkomen. Ook is het belangrijk dat in het verpleeg- of verzorgingshuis voldoende kennis is op het gebied van autisme.

Zo is er het risico dat de persoon overprikkeld raakt (door het gemeenschappelijk eten), dat voorspelbaarheid ontbreekt (niet weten wanneer de verzorgende of verplegende langs komt) en dat iemand sociaal overvraagd wordt (verplicht aanwezig bij verjaardagen). Het kan helpen om kritisch te zijn bij de zoektocht naar een geschikte plek. Soms is het ook mogelijk dat iemand (bijvoorbeeld van de NVA) meer uitleg komt geven over autisme.

Autisme, ouder worden en het brein

Met het ouder worden verandert ook het brein en de informatieverwerking. Dit geldt voor iedereen, met en zonder autisme. Vaak worden mensen met het ouder worden minder snel en efficiënt in hun manier van denken en reageren. Ook het snel wisselen van de aandacht wordt lastiger. Verder is er vaak sprake van een verminderde werking van het geheugen, vooral voor nieuwe informatie of gebeurtenissen. Er zijn ook cognitieve gebieden waarop mensen met het ouder worden juist verbeteren, vooral waar het gaat om algemene kennis en taalvaardigheid. Zo neemt de woordenschat juist toe naarmate men ouder wordt. Dit hoort dus allemaal bij normale veroudering. Bij mensen met autisme zou dit op verschillende manieren een rol kunnen spelen:

1. Sommige mensen met autisme zullen wellicht minder last hebben van veroudering, omdat zij gedurende hun leven al veel strategieën hebben aangeleerd om minder last te hebben van veranderingen, sensorische gevoeligheid of van hun tragere informatieverwerking.
2. Andere mensen met autisme hebben juist wel last van cognitieve veroudering. Zij hebben altijd al moeite gehad met veranderingen en zijn altijd al traag en sensorisch gevoelig geweest, hetgeen alleen maar is toegenomen.

We weten (nog) niet welke van deze twee mogelijkheden klopt, of dat dit per persoon verschillend is. Het kan ook nog zijn dat dit wisselt per gebied, bijvoorbeeld dat omgaan met veranderingen steeds lastiger wordt terwijl de traagheid niet toeneemt.

Overigens zien we vaak dat mensen met autisme moeite hebben met de normale vermindering van de geheugencapaciteit. Dit komt waarschijnlijk omdat zij gewend zijn voor hun beperkingen te compenseren met hun geheugen. Het lukt hen bijvoorbeeld om sociaal gezien redelijk te functioneren door te onthouden met wie ze het over welk onderwerp kunnen hebben. Of het lukt om enigszins overzicht te houden op de details door deze te onthouden en hierin naar patronen te zoeken. Als dit niet meer lukt door een normale afname van het geheugen, dan kan dit voor veel spanning zorgen. Doordat hun gebruikelijke compensatiemechanismen niet zo goed meer werken, geeft dit paniek. Sommigen zijn zelfs bang om dement te worden, omdat ze details niet meer goed opslaan en (nog meer dan vroeger) het overzicht verliezen. Het kan hierbij helpen om te bedenken dat het waarschijnlijk gaat om een normale teruggang in

geheugencapaciteit. Het kan ook goed zijn om te onthouden dat het bij dementie niet gaat om het vergeten van wat men precies wil kopen in de supermarkt, maar dat men überhaupt niet bij de supermarkt aankomt omdat men niet meer weet waar die zich bevindt. Het kan natuurlijk ook zijn dat iemand met autisme toch ook een dementieel syndroom ontwikkelt. In dat geval is specialistisch diagnostisch onderzoek van cruciaal belang, het liefst door iemand met kennis van en ervaring met zowel dementiële syndromen als autisme.

Kan ouder worden ook voordelen hebben voor mensen met ASS?

Ja, in sommige opzichten is het ouder worden juist prettig. Als mensen met autisme kinderen hebben dan is de periode waarin de kinderen thuis wonen vaak zwaar. Dit door de veelheid aan prikkels en het beroep wat kinderen op hun ouders doen. Als de kinderen eenmaal uit huis gaan, dan breekt er vaak een rustiger periode aan. Dit kan voor mensen met autisme erg prettig zijn. Het is dan gemakkelijker om niet overprikkeld te raken in de thuissituatie. Een ander voordeel is dat mensen met autisme met het ouder worden vaak een beter (cognitief) sociaal inzicht krijgen. Ze leren steeds beter voorspellen en beredeneren hoe sociale situaties werken, waardoor deze minder spanning geven. Het kan ook een voordeel zijn dat de woordenschat toeneemt, waardoor mensen met autisme wellicht nog wat beter onder woorden kunnen brengen wat ze denken, vinden en voelen. Verder zijn mensen in de omgeving vaak wat beter op de hoogte van de kwaliteiten en beperkingen van de persoon met autisme, waardoor hiermee rekening kan worden gehouden.

Deze voordelen gaan waarschijnlijk vooral op als de situatie niet verandert. Bij veranderingen zoals in de vorige paragraaf genoemd worden, kan het zijn dat juist de nadelen van het ouder worden zwaarder gaan wegen voor mensen met autisme.

Diagnostiek van autisme bij ouderen

Als mensen wat ouder zijn dan is het vaak niet meer mogelijk om de ouders te spreken in het kader van een diagnostisch onderzoek. Het lukt dus vaak niet meer om goed duidelijk te krijgen hoe de kindertijd is verlopen. Toch kunnen mensen met autisme zelf vaak wel goed vertellen waar zij vroeger last van hadden. Dit, aangevuld met informatie van de afgelopen (tientallen) jaren, bijvoorbeeld van een partner of broer of zus, kan toch voldoende zijn om een diagnose te stellen of uit te sluiten.

Verder lezen

Boeken:

- Spek, A.A. (2013). Autismespectrumstoornissen bij volwassenen. *Hoofdstuk 19: autisme in de verschillende levensfasen*. Hogrefe: Amsterdam.

Artikelen:

- Niekerk, W. van e.a. (2010) Diagnosing autism spectrum disorders in elderly people. *International*

psychogeriatrics association, 1-11. Link via internet: [Klik Hier](#)

- ☐ Spek, AA., & Geven, F.E.M. (2013). Autismespectrumstoornissen bij ouderen. De Psycholoog, 48, [Klik Hier](#)

Internet overig:

- ☐ Column over autisme en ouder worden, gepubliceerd in Engagement (2012). Link: [Klik Hier](#)

Verder kijken

YouTube:

- ☐ Interview met Hilde Geurts, bijzonder hoogleraar autisme.
<https://www.youtube.com/watch?v=Ox6sgSLR4rQ>
- ☐ 'Autism and Ageing', lezing door Carol Povey. Deel 1:
<https://www.youtube.com/watch?v=7Ani5lhF1TM>
- ☐ 'What about old age?' lezing door Michael Baron. Deel 1:
<https://www.youtube.com/watch?v=h9sGuzWwOk0>
- ☐ 'Autism in adulthood and old age', lezing door Patricia Howling.

Deel 1: <https://www.youtube.com/watch?v=iG89fft6-HA>

deel 2: <https://www.youtube.com/watch?v=7puN9Sr0j4g> en

deel 3: <https://www.youtube.com/watch?v=IBnU6wp62Qg>

Hoe helpt dit hoofdstuk mij verder?

De volgende vragen kunnen helpen om de informatie uit dit hoofdstuk toe te passen op je eigen situatie.

- ☐ Is er bij jou sprake van veranderingen in jouw eigen gezondheid of die van je partner? Zo ja, hoe gaan jullie hiermee om en wat of wie helpt hierbij?
- ☐ Is er bij jou sprake van veranderingen in de dagbesteding, bijvoorbeeld doordat je bent gestopt met werken of maak je je druk om een dergelijke verandering in de toekomst? Zo ja, heb je al een plan voor hoe je dan de dagen gaat indelen?
- ☐ Merk je zelf veranderingen in je brein/informatieverwerking nu je ouder wordt? Zo ja, welke en zijn deze positief of negatief? Kun je de positieve veranderingen benutten en lukt het je om met de negatieve veranderingen om te gaan?
- ☐ Heb je een partner en/of kinderen? Zo ja, hoe is het ouder worden bij jou van invloed op je rol in het gezin of de relatie? Zijn jouw verwachtingen of die van je partner anders geworden?