

Suppletierichtlijn **Ziekte van Parkinson**

De ziekte van Parkinson is een aandoening waarbij zenuwen in de hersenen langzaam afsterven. Met name de Substantia Nigra (het middendeel van de hersenen) is aangedaan. Doordat mitochondriën in de hersencellen niet goed functioneren ontstaat oxidatieve stress, met schade aan mitochondriaal DNA en uiteindelijk aantasting en het afsterven van zenuwweefsel tot gevolg. De aandoening kan erfelijk zijn, maar kan ook worden veroorzaakt door onder andere vergiftiging, veroudering of infecties. Eén van de karakteristieke kenmerken van de ziekte van Parkinson is tremor. De tremor is het ergst als het aangetaste lichaamsdeel niet bewust in gebruik is. Ook spierstijfheid, stroef bewegen en houdingsafwijkingen zijn bekende symptomen van Parkinson. Tevens kan er sprake zijn van slaapstoornissen.

Nutriënten	Richtlijn voor dagdosering
<p>Creatine Verbetert de stemming van patiënten en kan progressie van de ziekte remmen Werkt als anti-oxidant Kan de werking van mitochondriën verbeteren</p>	2 x daags 5 g
<p>Co-enzym Q10 Anti-oxidant, beschermt tegen zenuwschade Kan functionele achteruitgang bij beginnende Parkinson vertragen</p>	3 x daags 400 mg
<p>Octacosanol* Kan symptomen van Parkinson verminderen</p>	1-2 x daags 5 mg
<p>L-carnosine Beschermt zenuwweefsel tegen oxidatieschade Verbetert behandeling met levodopa</p>	2 x daags 250 mg op een lege maag
<p>Vitamine D Verbetert houdingsafwijkingen</p>	15 mcg (600 IE)
<p>Ginkgo biloba Kan bescherming bieden tegen zenuwschade</p>	1-2 x daags 120 mg

* Pas op met het gebruik van octacosanol indien tevens levodopa/carbidopa wordt voorgeschreven. Octacosanol zou dyskinesieën (onwillekeurige bewegingen) die het gevolg zijn van levodopa/carbidopa-behandeling kunnen verergeren

Aandachtspunten

- Voorkom ondergewicht, dit komt vaak voor bij Parkinson-patiënten
- Bij Parkinson wordt vaak een vitamine D-deficiëntie gezien