Het Charles Bonnet syndroom, dingen zien die er niet zijn

Krista van Ochten – Akkermans, Koninklijke Visio



Veel ouderen die slechtziend of blind zijn zien wel eens dingen zien die er in werkelijkheid niet zijn. Zij hebben visuele hallucinaties. Als iemand hallucinaties heeft, kan dat betekenen dat hij een psychiatrisch probleem heeft. Bij de meesten is dat echter juist niet het geval. Zij functioneren geestelijk normaal en zij weten ook heel goed dat het niet echt is wat ze zien. Wat is er dan aan de hand? Hoogstwaarschijnlijk hebben zij het syndroom van Charles Bonnet, afgekort CBS.

**Tip:** Bekijk of beluister ook het [Webinar over het Charles Bonnet syndroom](https://youtu.be/UqfLfVTxYZI).

# Wat is het syndroom van Charles Bonnet?

Mensen die lijden aan het CBS hebben complexe visuele hallucinaties, dat wil zeggen: gedetailleerde, bijna levensechte waarnemingen. Dat zijn dus heel andere hallucinaties dan de zogenoemde ‘elementaire hallucinaties’, die bestaan uit waar- nemingen van bijvoorbeeld sterretjes, driehoekjes, ruitjes of strepen. Hiervan weten we dat maar liefst veertig procent van de mensen met een visuele beperking ze wel eens zien.

# CBS, zijn dat illusies?

Een ander verschijnsel dan het CBS die je met CBS zou kunnen verwarren zijn de zogeheten illusies. Mensen zien dingen die er in het echt wél zijn, per vergissing voor iets anders aan. Ze zien bijvoorbeeld een vaas aan voor een gezicht, of een hond voor een spelend kind. Het gaat dus niet om hallucinaties, want daar gaat het om dingen die er in het echt helemaal niet zijn. die zijn er in het echt helemaal niet. Bij illusies zijn de dingen er wel, maar ziet iemand ze voor iets anders aan.

# Is CBS normaal?

Iemand die aan het CBS lijdt, wéét dat de visuele hallucinaties niet echt zijn. Hij kan goed onderscheid maken tussen echt en onecht. Ook gaan de hallucinaties niet gepaard met bijvoorbeeld horen van dingen die niet echt zijn. Daarnaast is het denken van de betreffende persoon normaal: hij of zij houdt er geen onrealistische fantasieën op na.

# Hoe weet je of je CBS hebt?

Hoe weet je of iemand daadwerkelijk het CBS heeft, of dat er toch iets anders aan de hand is? Bij twijfel zal grondig onderzoek moeten uitwijzen of iemand het CBS heeft, of andere soorten hallucinaties. Zo zien mensen die rouwen om het verlies van een dierbare, de overledene nog wel eens terug in een hallucinatie. Ook in dit geval weten mensen dat hun hallucinatie niet echt kan zijn. Mensen die dit overkomt, zijn – evenals bij het CBS – niet geestesziek en ontlenen vaak zelfs enige steun aan deze ervaringen. Zo zijn er nog enkele andere vormen die door onderzoek moeten worden uitgesloten, voordat men kan besluiten dat er sprake is van het CBS.

# Hoe vaak komt het Charles Bonnet Syndroom voor?

Uit onderzoek van de Nederlandse ouderenpsychiater dr. Teunisse blijkt dat het CBS vooral voorkomt bij oudere mensen met een visuele beperking. Naar schatting gaat het dan om ongeveer vijftien procent. Buitenlands onderzoek noemt soms nog hogere percentages. Dit betekent voor Nederland dat zeker 5.000 tot misschien wel 15.000 mensen ervaringen hebben met dit syndroom. Soms komt CBS ook op jongere leeftijd voor.

# Hoe lang en hoe vaak hallucineer je bij CBS?

De duur van CBS-hallucinaties varieert van enkele seconden tot vele uren. Ook zijn er grote verschillen in hoe vaak de hallucinaties voorkomen. Sommigen maken zoiets maar twee keer in een halfjaar mee, terwijl anderen dat veel vaker - soms wel dagelijks - meemaken. De meeste mensen hebben tijdens de hallucinaties hun ogen open. Zij zien beelden die meestal even duidelijk of nog duidelijker zijn dan normaal en die doorgaans normaal van kleur zijn. De dingen die men ziet zijn meestal tamelijk gewoon: personen, dieren, planten of bomen, gebouwen of landschappen. Soms zijn de voorstellingen heel bizar, maar dat is eerder uitzondering dan regel.

# Welke beelden zie je bij CBS?

Soms passen de hallucinaties in de omgeving. Iemand ziet bijvoorbeeld een gehallucineerde man in een echte stoel. Maar soms hebben ze daar helemaal niets mee te maken, bijvoorbeeld als iemand kinderen ziet touwtje springen in de woonkamer. Meestal bewegen die beelden niet mee met de oogbewegingen. Het kan wel zijn dat iemand dingen ziet die als het ware uit zichzelf bewegen, zoals een stoet marcherende soldaten. Hallucinaties kunnen echter ook min of meer stilstaande beelden zijn. Het komt niet vaak voor dat iemand de beelden ook werkelijk herkent. Meestal gaat het om dingen die onbekend zijn en waarbij men geen concrete herinnering heeft.

# Zijn er factoren die CBS bevorderen?

Bij CBS doen de hallucinaties zich meestal voor in de avond of nacht, maar sommige mensen hebben ze ook op klaarlichte dag. Toch blijkt bij velen een verminderde hoeveelheid licht mee te spelen: in de schemer doen de hallucinaties zich vaker voor. Ook treden ze vaker op als mensen alleen zijn en in hun eigen vertrouwde huiselijke omgeving vertoeven. Verder kunnen vermoeidheid en stress het optreden van de CBS-hallucinaties bevorderen. Ook mensen die minder energie hebben en meerdere lichamelijke klachten, hebben vaker last van hallucinaties. Het gebruik van bètablokkers vergroot eveneens de kans op hallucineren. Bètablokkers zijn medicijnen die onder andere vaak door hartpatiënten gebruikt worden en die de prikkeloverdracht afremmen. Tot slot doen de hallucinaties zich vaker voor bij mensen die eenzaam zijn en mensen die meer verlegen en wat in zichzelf gekeerd zijn. Voor al deze factoren geldt dat ze vaker in samenhang met het optreden van CBS-hallucinaties gezien worden. Maar het zijn geen wetten. CBS-hallucinaties kunnen zich evengoed in tegenovergestelde situaties voordoen.

# Hoeveel last heb je bij het Charles Bonnet Syndroom?

Lang niet iedereen heeft echt last van de hallucinaties. Bijna driekwart van de mensen reageert tamelijk neutraal: ze weten dat het niet echt is, beschouwen het als een bijeffect van hun visuele beperking en kunnen daar goed mee leven. Een enkeling vindt de hallucinaties zelfs zeer amusant. De rest van de mensen heeft er echter wel last van en ongeveer tien procent ervaart zelfs ernstige lijdensdruk. Als iemand er last van heeft, komt dat bijvoorbeeld omdat hij heel veel hallucinaties heeft – sommige mensen hebben ze de hele dag door – omdat het erg lang duurt voordat ze weer weggaan of omdat de inhoud van de hallucinaties naar is.

# Angst en zorgen

Veel mensen praten liever niet over hun hallucinaties, uit angst voor gek versleten te worden. Ook zelf maken zij zich soms ernstige zorgen over de eigen geestesgesteldheid.

Als ze horen dat ze het CBS hebben, is dat voor de meeste mensen een hele geruststelling. De hallucinaties die ze hebben, blijken dan immers onderdeel van een ‘erkend’ syndroom te zijn dat regelmatig voorkomt en géén teken van een geestesziekte. De angst hiervoor is soms erg groot.

# Charles Bonnet Syndroom, is er iets aan te doen?

Een echte behandeling bestaat nog niet voor het CBS, maar er zijn wel enkele suggesties die het vóórkomen van hallucinaties kunnen verminderen. Zo kunnen sommige mensen na een oogoperatie niet alleen beter zien, maar verdwijnen ook hun hallucinaties. Bij anderen kan het verbeteren van de lichamelijke conditie succes hebben en weer anderen zouden in overleg met hun arts vervanging van medicatie kunnen overwegen.

Bij mensen die vooral hallucinaties krijgen tijdens stressvolle situaties kunnen ontspanningsoefeningen effectief zijn. We vermoeden dat het doorbreken van het sociale isolement waarin sommigen verkeren, een positieve uitwerking kan hebben. Daarnaast kunnen mensen leren om gemakkelijker met hun hallucinaties om te gaan. Een echt medicijn is er nog niet voor CMS, al zijn er wel experimenten gaande. Wel weten we in ieder geval zeker dat medicijnen die gebruikt worden bij mensen met psychiatrische ziekten niet helpen tegen dit CBS.

Wilt u meer informatie over bovenstaande suggesties of wilt u ermee aan de slag, neem dan contact op met Koninklijke Visio. Onze contactgegevens vindt u aan het einde van dit artikel.

# Kun je zelf iets doen om minder last van CBS te hebben?

Mensen die het CBS hebben, vonden zelf technieken om hallucinaties te laten verdwijnen. Veel van die technieken hebben met de ogen te maken, zoals: de ogen sluiten of juist openen, weg kijken, met de ogen knipperen, de ogen snel heen en weer bewegen of juist heel geconcentreerd naar het gehallucineerde beeld kijken. Andere manieren zijn: het benaderen van de gehallucineerde objecten, of juist ervan weglopen, ernaar slaan of soms zelfs ernaar roepen. Bij sommige mensen helpt het om het licht aan te doen of om afleiding te zoeken.

# Visio helpt

Het is belangrijk goed na te gaan of iemand werkelijk het CBS heeft. Als dat inderdaad zo is, zorgt dat vaak voor flink wat geruststelling. Anderzijds is het belangrijk een foutieve diagnose te voorkomen. Er is niemand gebaat bij een onterechte CBS-diagnose, terwijl er wat anders aan de hand is. Voor een juiste diagnose is het daarom raadzaam een beroep te doen op de psychologen die werkzaam zijn bij Visio. Als het nodig is, kunnen zij altijd nog verwijzen naar een psychiater of klinisch geriater.

# Heb je nog vragen?

Mail naar kennisportaal@visio.org, of bel 088 585 56 66

Meer artikelen, video’s en podcasts vind je op [kennisportaal.visio.org](https://kennisportaal.visio.org/)

**Koninklijke Visio**

expertisecentrum voor slechtziende en blinde mensen

[www.visio.org](http://www.visio.org)