

Van trillende telefoons tot kamelen in huis: vrijwel iedereen hallucineert weleens

Vrijwel iedereen hallucineert weleens. Uit het onderzoek *Zie ik spoken?* van het UMC Utrecht Hersencentrum, onder leiding van hoogleraar Psychiatrie Iris Sommer (inmiddels verbonden aan het UMCG), blijkt dat 80% van de deelnemers in meer of mindere mate hallucineert. Dat wil zeggen: iets hoort, voelt, ruikt of ziet wat er niet is. Je voelt je telefoon trillen in je broekzak terwijl die niet afgaat. Of je weet zeker dat iemand je naam riep, terwijl er op dat moment niemand in de buurt was. Sommige mensen hebben dat vaak, anderen nooit. Wat maakt sommige mensen nou gevoeliger voor hallucinaties dan anderen? Nemen mensen met hallucinaties de wereld om zich heen bijvoorbeeld anders waar? Deze vragen stelden de onderzoekers bij het opzetten van een grootschalig publieksonderzoek naar hallucinaties in samenwerking met het Weekend van de Wetenschap. In totaal hebben 10.867 mensen in de leeftijd van 5 tot 93 jaar de online test over hallucinaties ingevuld op zieikspoken.nl. De eerste resultaten van het onderzoek zijn nu bekend, en bevestigen de vermoedens van de onderzoekers.

Minder nauwkeurig in de waarneming

Een veelbelovende nieuwe ontdekking uit het onderzoek laat zien dat mensen met hallucinaties slordiger zijn in het waarnemen van de wereld om hen heen. In een speciaal voor deze studie ontwikkelde game werden de reactiesnelheid en nauwkeurigheid van het waarnemen getest. Deelnemers moesten zo snel mogelijk reageren als ze het woord *ijsje* hoorden, en juist **niet** reageren bij het horen van afleidende woorden, zoals *meisje*. Mensen die recent nog een gehoorshallucinatie hadden gehad, bleken duidelijk vaker te reageren op een afleidend woord, dan mensen zonder gehoorshallucinaties. Sterker nog: hoe korter de laatste hallucinatie geleden was, hoe meer fouten door afleidende woorden. Dit verband bleef ook bestaan als werd gecorrigeerd voor geslacht, leeftijd en opleidingsniveau. Het is de eerste keer dat dit verband zo duidelijk is aangetoond – al helemaal in zo'n grote groep mensen! De resultaten leveren belangrijke informatie over het mechanisme waardoor hallucinaties kunnen ontstaan. Als je aanleg hebt voor hallucinaties, dan bestempelen je hersenen een waarneming mogelijk sneller als 'juist' en dus als 'afkomstig van buitenaf', terwijl de waarneming in werkelijkheid uit de hersenen zelf afkomstig is. Met deze bevinding is een belangrijke eerste stap gezet in het beter leren begrijpen van hallucinaties. Hier kan in vervolgonderzoek op worden voortgebouwd, bijvoorbeeld door te kijken of mensen die slordiger waarnemen ook sneller op hun omgeving reageren. Een volgende vraag dient zich al meteen aan: kun je die neiging tot slordig waarnemen ook afleren? Ook daarmee gaan de onderzoekers verder aan de slag.

Zie ik spoken?

Het jaarlijks terugkerende publieksonderzoek, georganiseerd door het Weekend van de Wetenschap, stelt heel Nederland in de gelegenheid om kennis te maken met wetenschappelijk onderzoek. Ook dit jaar trok het online publieksonderzoek *Zie ik Spoken?* met meer dan 10.000 deelnemers veel belangstelling. Deelnemers vulden een online test over hallucinaties in op zieikspoken.nl. Veel van hen bleken inderdaad te hallucineren: 80% gaf aan weleens iets gehoord, gezien, gevoeld of geroken te hebben zonder bron van buitenaf. 52% had zo'n ervaring de afgelopen maand nog meegemaakt; 33% zelfs nog in de afgelopen week. Hallucinaties van het gehoor kwamen het meest voor: 53% van de

deelnemers beschreef ooit iets te hebben gehoord dat niemand anders kon horen. Bij de andere zintuigen bleek dit het geval bij 43% van deelnemers voor het zien, 39% voor het voelen en 35% voor het ruiken. Sommige voorbeelden waren alledaagse waarnemingen: het horen van de deurbel, het voelen van een kriebelend insect op de huid, of het ruiken van een etenslucht, maar mensen noemden ook vaak het horen van stemmen of muziek, of het zien van menselijke schimmen in huis. Een enkele ervaring was echt bijzonder: dan werden kamelen in huis gezien, of zingende koren gehoord.

Opvallend genoeg bleken hallucinaties in de onderzochte groep samen te hangen met leeftijd en geslacht. Jonge mensen en vrouwen hadden vaker nog kortgeleden een hallucinatie gehad dan ouderen en mannen. Aan het onderzoek deden echter meer vrouwen mee

(69%) dan mannen. Ook is er een duidelijke piek van deelnemers in de leeftijdscategorie 20 tot 30 jaar. Mogelijk zijn dit dus juist de groepen die sneller op dit onderzoek zijn afgekomen. We kunnen daarom nog niet met zekerheid zeggen dat hallucinaties in Nederland ook echt vaker bij vrouwen en jongvolwassenen voorkomen, maar het onderzoek laat wel duidelijk zien hoezeer het onderwerp in deze bevolkingsgroepen leeft.

Toekomstig onderzoek

Een andere volgende stap van de onderzoekers is om specifieke oorzaken van hallucinaties beter in kaart te brengen. Voorbeelden hiervan zijn slaapgebrek, eenzaamheid, middelengebruik en slechthorendheid. De onderzoekers kunnen hiervoor gebruik maken van de vragen en testen die de ziekspoken-deelnemers hierover hebben ingevuld. Want hoewel het merendeel van de deelnemers gelukkig niet of nauwelijks ongemak ervaart van hun hallucinaties, geeft 15% van de deelnemers aan dat ze zich regelmatig angstig of somber voelen door wat zij, als enige, kunnen horen of zien. Het vervolgonderzoek levert niet alleen meer kennis op over onze (on)waarnemingen, maar kan ook helpen om mensen die last hebben van hun hallucinaties in de toekomst beter te kunnen behandelen.

Het Weekend van de Wetenschap

Jaarlijks organiseert NEMO met steun van het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap het Weekend van de Wetenschap. Dit grootste landelijke technologie- en wetenschapsevenement van Nederland wordt gerealiseerd dankzij de vele organisaties die tijdens het weekend voor het publiek hun deuren openen. Het doel hiervan is om Nederland te laten ervaren hoe belangrijk en interessant wetenschap zijn.

Bijlage foto Iris Sommer

Noot voor de redactie (niet voor publicatie)

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met BAAS Amsterdam:

mirjam@baasamsterdam.com of via 020 -2237490

Wil je geen persberichten meer ontvangen, reply dan op deze mail met "afmelden".