

# slikken maar

## Tel je zegeningen

# H

'Het is zoals het is', zegt Bert en ons gesprek valt stil. We zitten aan de lunch in de dagopvang van het revalidatiecentrum. Onze gedachten dwalen af naar het moment waarop ons leven zo onverwacht een andere wending nam. Zonder na te denken noemden we net die dag, waarop onze hoop en dromen voor een onbekommerde toekomst plots werden verstoord en onze carrières abrupt stagneerden. 'Het is zoals het is', aan dat moment is niets meer te veranderen.

Marianne Brackel is jeugdarts. Maart 2008 werd bij haar de ziekte van Wegener geconstateerd.

beeld: De Beeldredactie, Vincent van den Hoogen

Naast me aan tafel zitten Bert en Johann. Ze zijn beiden afatisch en rechtzijdig verlamd door een hersenbloeding. Johann spreekt sindsdien vreemd genoeg alleen nog maar Duits. Bert heeft gelukkig al heel wat van zijn taal en motoriek terug en droomt weer zachtjes over werken. Daarnaast zitten Marjolein, met twee recente, heftige schubs van haar MS, en Mariëtte die veel pijn heeft door een agressieve reumatoïde artritis. Frans moest langdurig worden beademd door een ernstige Guillain Barré en Marc heeft zijn gebarsten aneurysma aortae maar net overleefd. We hebben allen veel ingeleverd.

Met deze mensen ben ik in dit revalidatiecentrum bevriend geraakt. Ik heb hun verhalen gehoord, zoals zij naar mij hebben geluisterd. Het voelt dubbel dat ieder van ons bij het horen van het verhaal van de ander zegt: 'Wat ben ik blij dat ik dát niet heb'. Want wat de ander heeft, is onbekend en lijkt daardoor erger, ook al is de eigen reden dat je hier

bent ronduit rot. Dagelijks zien we om ons heen de revalidanten met nog veel meer pech, zwaardere handicaps, moeizamere levens. Velen zijn nog zo jong, hebben een leeftijd waarop ze midden in het leven zouden moeten staan, lachend richting de toekomst. Velen zijn

hier al zo lang, hebben al jaren geleden het proces doorgemaakt waar wij ons nu in bevinden: het leren omgaan met onze ziekte en het accepteren van een veranderde toekomst.

Elke dag dat ik hier ben, ben ik zo blij dat ik wel weer normaal kan bewegen, niet meer in een rolstoel zit, geen kunstbeen heb, niet hemipareetisch ben, geen pijn heb en vooral dat ik kan communiceren. Afasie, dat lijkt me van alle ellende die je hier ziet, het aller-ellendigst.



De sfeer in het revalidatiecentrum is positief, er wordt zelden gemopperd, in de dagopvang is het altijd gezellig en er wordt hard gewerkt. Ook tijdens de lunch, want ook dan wordt er gerevalideerd. Probeer het maar eens: boter schrapen uit een bijna leeg kuipje, een tomaat in plakjes snijden of een kroket prakken op een boterham met alleen je linkerhand. Elkaar helpen is *not done*. 'Dit moet je thuis ook kunnen', zegt Sylvia, de ziekenverzorger. 'Doe het nu maar gewoon, dan lukt het wel.' En terwijl ons gesprek weer op gang komt, tikt Johann zijn eitje en pelt het, tot bewondering van ons allen.

'Het is zoals het is', dat is een feit. Maar zo blijft het niet! Daarover zijn we het eens. We zijn hier om door revalideren het maximale uit onszelf te halen, geholpen door betrokken therapeuten. Samen met hen werken we aan de hoge doelen die we onszelf hebben gesteld. Zo erg als ik het destijds vond dat ik hier naartoe moest, zo goed weet ik me hier nu op mijn plaats. Nooit van mezelf gedacht dat ik dat ooit zou zeggen. Maar het is wel zo. Ik merk dat ik vooruit ga, dat ik weer een klein beetje mijn oude ik begin te worden. Ik weet dat ik nog veel verder uit dat diepe dal zal klimmen, ook als is de weg naar boven steil. De top is nog lang niet in zicht. Het wordt zoals het wordt!

**We zijn hier  
om het maximale uit  
onzelf te halen**