



HERSENINFARCT OP JE ZESTIENDE

‘BEWEGEN, ETEN, DRINKEN:
IK KON HET GEWOON NIET MEER’

Danique (30) was zestien toen haar leven compleet op z'n kop werd gezet. Ze kreeg meerdere herseninfarcten waardoor ze een hersenbeschadiging kreeg en de linkerkant van haar lichaam verlamd raakte. ‘Was dit dan mijn toekomst: voor altijd afhankelijk zijn van hulp?’

TEKST RENÉE BROUWER

Danique: “Ik merkte het al een week. Ik voelde me niet helemaal lekker. Zo was ik veel moe, moest ik overgeven en had ik steeds gekke tintelingen in mijn armen. Zelf dacht ik aan een griepje dat vast vanzelf weer zou overgaan. Toevallig werd precies in die week mijn opa 80 jaar en daar wilde ik per se bij zijn. Ondanks mijn ‘grieperige’ gevoel ging ik naar zijn feest. Na het feest brachten mijn ouders en ik mijn grootouders naar huis. We waren nog wat aan het praten, toen ik opeens een raar gevoel door mijn lichaam voelde gaan. Voor dat ik het wist, zag ik mijn linkerarm heel erg trillen en gekke bewegingen maken. Daarna begon ook de rest van mijn lichaam te trillen. Het gebeurde zo onverwachts, ik schrok me kapot. Het bizarre was dat ik alles heel bewust meemaakte, maar dat ik geen controle

meer had over mijn lichaam. Schokkend viel ik op de grond en ging ik out. Toen ik bijkwam, zag ik twee ambulancebroeders. Ze vertelden dat het leek alsof ik een epileptische aanval had gehad en vroegen hoe ik heette. Ook vroegen ze of ik mijn armen en benen kon bewegen. Verward keek ik naar mijn ouders en opa en oma die om de mannen heen stonden. Ze zagen er erg geschrokken uit. Het liefst wilde ik ze vragen wat er gebeurd was, maar ik kon de woorden niet uitspreken. Datzelfde gold voor mijn naam. Ik wist wel hoe ik heette, maar ik kon het niet vertellen. Daarnaast kon ik de linkerkant van mijn lichaam niet bewegen. Ik was compleet in shock en had geen idee wat me overkwam. Later hoorde ik van mijn ouders dat op dat moment mijn mondhoek en oog scheef hingen.”

GROTE CHAOS

“Met spoed werd ik naar het ziekenhuis gebracht. Toevallig was dit een gespecialiseerd ziekenhuis waar ik direct de juiste hulp kreeg. Het eerste wat de artsen deden, was mij medicijnen tegen epilepsie geven. Hiermee voorkwamen ze dat ik een nieuwe aanval kreeg. Ondertussen gingen ze verder op onderzoek uit. Zo kreeg ik een CT-scan en werd er wat hersenvloeistof uit het beenmerg van mijn rug afgenomen. Omdat ik door de heftige epilepsieaanval erg vermoeid was geraakt, weet ik niet meer precies wat er allemaal gebeurde, maar ik herinner me nog wel de grote chaos die zich om mijn bed afspeelde. De artsen maakten zich duidelijk zorgen, niemand wist wat er aan de hand was. Zelf merkte ik dat alles heel moeizaam ging. Bewegen, eten, drinken: ik kon het

‘IK MAAKTE ALLES BEWUST MEE, MAAR HAD GEEN CONTROLE OVER MIJN LICHAAM’

gewoon niet meer. Alsof ik op slot zat in mijn eigen lichaam. Bezorgd vroeg ik naar de oorzaak – mijn spraak was een paar uur na de aanval gelukkig weer redelijk teruggekomen – maar helaas wist niemand het antwoord. Het enige wat ik steeds te horen kreeg, was dat ze het aan onderzoeken waren.”

ANGSTAANVALLEN

“De diagnose volgde een paar dagen later. De epi-

leptische aanval bleek het gevolg te zijn geweest van meerdere herseninfarcten. Hierdoor had ik hersenbeschadiging opgelopen in mijn geheugen- en concentratiegebied en was ik aan de linkerkant van mijn lichaam verlamd. Vol ongeloof hoorde ik het aan. Volgens mijn artsen kwam het bijna niet voor dat iemand van mijn leeftijd meerdere herseninfarcten kreeg. Meestal zagen ze dit bij tachtigjarigen, niet bij iemand van zestien. Het feit dat ik me een week daarvoor al niet lekker voelde, was blijkbaar een teken geweest. De artsen legden uit dat het waarschijnlijk allemaal begonnen was met bloedpropjes in mijn hoofd. Doordat kleine stolsels een aantal bloedvaten in mijn hersenen langzaam afsloten, voelde ik steeds die tintelingen. En was ik ook zo moe. De verwachting was dat ik kon revalideren, maar hoelang dat zou duren, kon niemand zeggen. Wel gaven mijn artsen aan dat ik veel dingen opnieuw zou moeten leren. Van lopen tot lezen: ik moest er keihard aan gaan werken om weer op het niveau te komen waar ik voor de herseninfarcten was. Ik dacht echt: komt dit ooit wel weer goed? Omdat ik zelf bijna niks meer kon, werd ik opeens van iedereen afhankelijk. Zelfs als ik naar de wc moest, had ik hulp nodig. Daarbij kwam dat ik de eerste weken na de infarcten heel erg moe bleef. Zo sliep ik twintig uur per dag en had ik veel nachtmerries. Dan was ik in mijn dromen opeens weer op het

feestje van mijn opa en viel ik plotseling neer. Dit leidde ook tot veel angstaanvallen overdag. Ik vertrouwde mijn lichaam helemaal niet meer. Continu was ik bang dat ik opnieuw een herseninfarct zou krijgen. Een kriebeltje in mijn arm zorgde al voor grote paniek. Want wat als mijn arm daarna weer begon te trillen en ik opnieuw geen idee had wat me overkwam?”

ROLSTOEL

“Uiteindelijk mocht ik na twee weken ziekenhuis weer naar huis. In een rolstoel weliswaar, maar ik was allang blij dat ik in elk geval terug mocht naar mijn eigen vertrouwde omgeving. Mijn ouders, broers en vriendinnen waren voor mij een grote steun. In de eerste weken probeerde mijn moeder de zorg over mij en haar werk op een peuterspeelzaal nog te combineren, maar al snel zag ze in dat dat niet werkte. Voor alles was ik afhankelijk. Daarom zegde mijn moeder haar baan op en was ze 24/7 bij mij, zodat ze me zoveel mogelijk kon helpen met revalideren. Ook mijn vader deed wat hij kon. Zodra hij thuiskwam van werk, nam hij me vaak in mijn rolstoel mee naar buiten om te wandelen. Halverwege probeerde ik met zijn hulp dan zelf een paar stappen te zetten. Er waren regelmatig dagen

waarop ik er simpelweg geen zin meer in had. Dan zat ik er echt doorheen en was ik chagrijnig, verdrietig en moe. Gelukkig wisten mijn broers me thuis vaak op te vrolijken. Ze geinden met mijn rolstoel of duwden mij razendsnel door de woonkamer, waardoor ik altijd weer moest lachen. Ook mijn vriendinnen kwamen meerdere keren per week langs. We zaten in het examenjaar van de havo en ik baalde enorm dat ik voorlopig niet meer naar school kon. Door mijn concentratieproblemen was het trouwens de vraag of ik überhaupt ooit nog terug kon naar de havo. Mijn artsen spraken hun serieuze twijfels daarover uit. Zo dachten ze dat mijn hersenen waarschijnlijk te beschadigd waren om mijn leven zoals ik dat kende weer volledig op te pakken. De havo was volgens hen daarom niet meer haalbaar. Ook later op mezelf gaan wonen, zou een uitdaging worden. Toen ik dat hoorde, stortte mijn wereld in. Was dit dan mijn toekomst: niet meer voor mezelf kunnen zorgen en voor altijd afhankelijk zijn van hulp? En mijn dromen dan? Kon ik alles dan maar beter vergeten?" Het was een moeilijke tijd. Achteraf vraag ik mezelf weleens af hoe ik het volhield, maar ergens vond ik toch de kracht om positief te blijven. Hoe zwaar het ook was. Wellicht dat het ook door mijn karakter kwam. Ik geef niet zo snel op, zelfs niet als alles verloren lijkt te zijn. Vandaar

dat ik mezelf enkele weken na mijn herseninfarcten een belangrijk doel stelde: ik zou de havo halen en lopend mijn diploma in ontvangst nemen. Als een mantra bleef ik dit tegen mezelf herhalen. Telkens als ik de woorden uitsprak, zag ik het voor me. Het gaf me hoop. Helaas was niet iedereen enthousiast. Hoewel mijn familie me steunde, reageerde mijn school kritisch. Zo was er een docent die absoluut niet begreep waarom ik in datzelfde jaar nog examens wilde doen. Ik was sinds mijn herseninfarcten in december niet meer op school geweest en kon het na de gebeurtenissen ook nog steeds niet aan, dus ik miste volgens hem te veel. Daarnaast moest ik opnieuw leren lezen en alle gemiste tentamens voor de examens inhalen. Dit alleen al zou mij veel tijd kosten, dus de docent zei botweg dat het me nooit zou lukken. Dit kwam hard aan, maar ik wist mezelf te herpakken. Ik zou die docent eens laten zien wat ik kon..."

WONDER

"Maandenlang werkte ik keihard aan mezelf. Met de hulp van mijn ouders en broers leerde ik weer lezen en lopen. Ook oefende ik veel met opdrachten en toetsen maken. Iemand die mij hier erg bij geholpen

heeft, is de lerares die mij al voor de herseninfarcten wiskundebijles gaf. Door MS zat ze zelf in een rolstoel, maar ze was altijd positief ingesteld. Vastberaden liet zij mij inzien dat ik moest blijven kijken naar de dingen die ik wel kon. Ik was dan rolstoelafhankelijk, maar mijn leven was nog niet voorbij. En als ik mijn diploma wilde halen, dan zou dat me lukken. Dat wist ze zeker, ze geloofde in mij. Uiteindelijk bleek ze gelijk te hebben. Het lukte me inderdaad. Na maanden zwoeven, slaagde ik in één keer voor mijn examens. Ik kon het zelf amper geloven. Om eerlijk te zijn, had ik het hele leerproces meer als een goede oefening gezien. Dan was ik alvast voorbereid op het schooljaar daarna, maar tegen alle verwachtingen in was het me toch gelukt. Wat voelde het goed toen ik mijn diploma in mijn handen hield. Inmiddels ben ik dertien jaar verder en het gaat heel erg goed met mij. Ik ben helemaal hersteld van mijn

herseinfarcten en ben net zo gezond als elke andere dertigjarige vrouw die geen hersenbeschadiging heeft opgelopen. Mijn artsen vinden het een wonder. Meer kans dan ieder ander op een nieuw herseninfarct heb ik overigens niet. Tenminste, zolang ik geen last heb van hormoonwisselingen, want dat kan wel een factor voor herhaling zijn. Voorlopig heb ik nog geen kinderwens, maar als ik later zwanger wil worden, dan zal ik dat eerst met mijn artsen moeten bespreken. Er zullen vast medicijnen zijn die ik tijdens een zwangerschap kan nemen om bloedstolsels en dus mogelijk een herseninfarct te voorkomen, maar dat is voor latere zorg. Nu geniet ik vooral van mijn leven."

Meer weten over Danique? Check haar op Instagram via @danique.melsen. ■

WAT IS EEN HERSEINFARCT?

Een herseninfarct ontstaat plotseling. Doordat een stolsel een bloedvat in de hersenen afsluit, krijgt een deel van de hersenen geen zuurstof meer. Hierdoor het lichaam uitvallen, vaak aan één kant. De meest voorkomende signalen van een herseninfarct zijn een scheve mond, verwarde spraak en een verlamde arm. Snel handelen vergroot de kans op goed herstel, dus bel altijd 112 als je bij iemand één van deze symptomen herkent.

Bron: www.hartstichting.nl