

Marianne

"Het zijn deze therapeuten die juist in zo'n onzekere periode goede handvaten aanreiken."

Home › Marianne

Op haar 63e kreeg Marianne een Tia. Deze werd op haar 66e gevolgd door een lichte beroerte. Hierdoor raakte Marianne erg vermoeid en werd ze verstrooid. Ook merkte ze dat ze anders op zaken reageerde.

Marianne vertelt: "De Tia was niet zo erg. Ik werd wakker en mijn wang voelde aan als rubber. Ik dacht: 'O, jee. Ik heb een beroerte'. Alles werd na een tijdje weer normaal en ook de dokter zei dat er niets aan de hand was, dus dat geloofde ik. Maar toen ik een keuringsbus zag staan bij mijn sportschool ben ik toch even binnengelopen. Hier merkten ze dat mijn spierkracht verminderd was en hebben ze mij doorgestuurd naar de Tiapoli in het Sint Franciscus Gasthuis.

"Na de Tiapoli ben ik bij mijn herstel geholpen door het behandelteam van Rijndam op deze locatie." Ik ben in deze periode ook gestopt met werken. Ik merkte dat het te vermoeiend werd en dat ik teveel om hulp moest vragen en dat vond ik moeilijk. Ook veranderde er veel in het onderwijs en had ik geen zin meer om me aan te passen."

"Mijn beroerte kreeg ik in de supermarkt. Ik zag ineens een hele scherpe flits. Ik werd zenuwachtig aan de kassa en het lukte mij niet goed de pasjes uit mijn portemonnee te pakken. In eerste instantie dacht ik dat de flits kwam van een fotograaf die vlakbij stond. Thuisgekomen vertelde ik het aan mijn man, die zei: 'Meisje ik weet niet wat je wilt vertellen, maar ik snap niets van wat je zegt.' Samen besloten we naar de huisarts te gaan. Hier bleek dat ik een lichte beroerte had gehad. Ik kreeg medicijnen en mocht weer naar huis."

"In het dagelijks leven merkte ik dat het niet zo goed ging. Ik was erg moe. Ook was ik altijd al verstrooid, maar het was nu veel erger geworden. Niet alleen was ik continu alles kwijt, ik werd er ook erg onrustig van. Als ik in de supermarkt bij de kassa stond, kon ik ineens staan dagdromen en vergeten mijn boodschappen op de band te zetten. Als iemand dan iets zei raakte ik gestrest en lukte het niet meer om mijn portemonnee te vinden en werd ik nog nerveuzer. Ook kon ik ineens heel driftig worden. Mijn man keek me dan aan met zo'n blik van 'Ben je gek geworden?'."

"Ik heb zelf aan mijn neuroloog gevraagd of hij me kon verwijzen naar Rijndam. Omdat er nu ook een polikliniek van Rijndam is in het [Ijsselland Ziekenhuis \(/contact/ijsselland-ziekenhuis\)](/contact/ijsselland-ziekenhuis) kon ik hier terecht. Lekker dichtbij huis."

“Ook kreeg ik praktische tips. Zo heb ik een hoedendoos geplaatst in de gang waar ik alles in gooi wat ik snel kwijtraak, dus sleutels, telefoon, ov-chipkaart enzovoort. Ook heb ik een planbord hangen. Ik heb geleerd om mijn dag vooraf te plannen, inclusief rustmomenten. Ook bereid ik activiteiten eerder voor. Ik merk dat het zo goed werkt, dan ik nu zelfs mijn man herinner aan afspraken en dat lukte me voor mijn Tia niet.”

“Op basis van de therapie heb ik voor mijzelf een moodboard met tien geboden gemaakt. Dagelijks als ik s’ochtends mijn yoga-oefeningen doe, lees ik deze hardop, zodat ik me bewust blijf van de stappen. Enkele voorbeelden zijn: geef je grenzen aan, blijf jezelf, zeg meteen wat je op je hart hebt. Natuurlijk heb ik nog steeds weleens de neiging om meer te doen dan goed voor me is, maar het gaat steeds beter. Ik durf meer aan te geven. Haar man vult met glimlach aan: ‘Ja het is een echte bitch geworden.’”

“Over de revalidatie heb ik alleen maar lof. Het zijn deze therapeuten die juist in zo’n onzekere periode goede handvaten aanreiken. En daar ben ik erg dankbaar voor. Ze doen dat erg goed. Ik heb zo’n geweldig team gehad bij Rijndam, dat ik er gewoon weemoedig van werd toen de revalidatie afgelopen was. Ik heb niet alleen ervaren hoe ze mij geholpen hebben, maar ook gezien hoe ze mensen hielpen die veel meer schade hadden als ik. Ik wil dan ook graag iets terug doen, daarom mijn verhaal”.

Publicatiejaar: 2015

Specialisten in revalidatie

[Volwassenenrevalidatie](#) | [Kinderrevalidatie](#) | [Arbeidsrevalidatie](#) | [Orthopedietechniek](#)

© 2021 Rijndam