

Een beroerte is niet het einde van je leven

Jennette (56) kreeg 12 jaar geleden een hersenbloeding. Sindsdien leeft ze met beperkingen van niet-aangeboren hersenletsel (NAH). Toch is ze gelukkig. "Als je achterom kijkt, sta je met je rug naar de toekomst."

Geschreven door Petra Lageman



Jennette Moolbroek

Jennette lag die avond in bed en zocht iets in haar nachtkastje. Ineens kon ze haar rechterarm niet meer bewegen. "Ik had direct het vermoeden 'ik heb een beroerte', al had ik geen idee wat daarvan de precieze signalen waren." Het lukte haar om 112 en de buurvrouw te bellen. Ze had zelfs nog de kracht om naar beneden te strompelen om de deur open te doen voor de ambulance.

Bang voor de dood

Eenmaal in het ziekenhuis kon ze niet meer praten en was ze rechtszijdig verlamd. "Op zo'n moment gaat er van alles door je hoofd. Ik was heel bang om dood te gaan." Drie weken na die nacht was Jennette voldoende hersteld om naar het revalidatiecentrum te gaan. Na twee maanden intensieve therapie mocht ze uiteindelijk naar huis. Het is nu twaalf jaar later. "Aan de buitenkant zie je niets, maar aan de binnenkant mankeert er nog best veel." Door haar hersenbloeding heeft Jennette NAH, niet-aangeboren hersenletsel.

Voorgoed veranderd

Haar baan als accountmanager van een farmaceutisch bedrijf vond ze altijd prachtig.

Ze was succesvol en altijd bezig. Dat leven beviel haar toen uitstekend. Nu zou ze niet meer die Jennette willen zijn. Zelfs niet als ze met een toverstokje de tijd zou kunnen terugdraaien. "Doordat ik alles opnieuw heb moeten leren, heb ik ook leren genieten van het leven. Daar had ik vroeger niet eens tijd voor. Ik ben, denk ik, vriendelijker, heb meer geduld en kijk meer naar mensen om dan voorheen."

Positief blijven

Voor betaald werk is Jennette volledig afgekeurd maar thuiszitten is echt niet haar ding. Ze wilde iets positiefs doen met haar hersenletsel. Vandaar dat ze vrijwilliger is geworden bij een patiëntenvereniging. Door haar ervaringen te delen kan ze mensen helpen. Ze weet hoe moeilijk het is om je erbij neer te leggen dat je sommige dingen niet meer kunt. Toch is dat nodig om weer vooruit te komen. "Als je in het verleden blijft hangen, zie je niet dat er ondanks alles nog best een mooie toekomst is", geeft ze haar lotgenoten mee. Voor die toekomst moet je wel werken. Als dingen soms niet gaan zoals je wilt, moet je zoeken naar oplossingen. "Mijn fijne motoriek is niet om over naar huis te schrijven", legt ze uit. "Dat is jammer en vervelend, maar

“

De toekomst is vast nog mooier dan vandaag en absoluut beter dan gisteren.”

ik kan dan wel weer prima omgaan met de computer.”

Stapje voor stapje

Dat je sommige dingen moet accepteren, wil natuurlijk niet zeggen dat je niet moet blijven werken aan verbetering. Jennette heeft zich altijd voorgehouden dat ze zichzelf moet blijven prikkelen om steeds een stapje verder te komen. "Die stapjes gaan langzaam maar het moment dat iets je uiteindelijk wel lukt, geeft je enorm veel voldoening. Vandaar dat ik nog altijd naar fysiotherapie ga. De toekomst is vast nog mooier dan vandaag en absoluut beter dan gisteren." ■

Lees online verder op www.planethealth.nl

patiëntenvereniging hersenletsel.nl

- ▶ Dé patiëntenvereniging van en voor mensen met NAH
- ▶ Lotgenotencontact
- ▶ Voorlichting (door ervaringsdeskundigen zoals Jennette)
- ▶ Patiëntenperspectief
- ▶ Betrouwbare informatie
- ▶ Ervaringsdeskundigheid

Meer informatie?
Kijk op: www.hersenletsel.nl

Doe mee en word lid/donateur!