

'Het was alsof er iets kapot sprong in mijn hoofd'

SGL



Maries kreeg een beroerte, maar komt steeds een stukje verder

Boeken vormen de rode draad door het leven van Maries Krekelberg. Ze leest graag en ze verzamelt romans en kinderboeken. Ook haar werk bestond uit boeken. Ze werkte in een bibliotheek en verzorgde onder andere de tijdschriftenadministratie. Nadat ze daar helaas haar baan kwijtraakte, werkte ze als vrijwilliger in een tweedehands boekhandel. Hoe ironisch is het dat zij bij een bezoek aan een boekhandel in juni 2014 een beroerte krijgt.*

Opname in het ziekenhuis

"Ik voelde twee keer een kloppend gevoel in mijn hoofd en daarna was het alsof er iets kapot sprong. Ik was misselijk en de winkelmedewerkers belden 112. Ik werd naar het ziekenhuis in Maastricht gebracht waar ik uiteindelijk drie weken ben gebleven. Van de ziekenhuisopname kan ik me niets meer herinneren. Gelukkig heeft mijn familie wel een boekje bijgehouden met informatie over wat ik deed en wat zij voelden. Ze schreven dat ik zo diep sliep, dat ik niet wakker te krijgen was. En mijn moeder schreef dat ze mijn dagelijkse telefoontjes zo miste. Ook staat erin dat de oudste zoon van mijn zus, Mats, het voor elkaar kreeg om me het woord 'cola' te laten uitspreken. Met deze informatie ben ik heel blij."

Praten gedeeltelijk teruggekomen

"Na mijn beroerte had ik verlamingsverschijnselen aan mijn rechterzijde en praten ging erg moeilijk. Tijdens de revalidatie van viereneenhalve maand heb ik daar hard aan gewerkt. Nu zit ik gelukkig niet meer in de rolstoel, maar vooral van mijn rechterarm heb ik nog last. In het activiteitencentrum bij SGL train ik deze arm nu met tafeltennis. Het praten is gedeeltelijk teruggekomen, maar ik stotter bijvoorbeeld nog meer dan voorheen, vooral als ik nerveus ben. Daarvoor ga ik binnenkort aan de slag met een logopediste. Sinds de beroerte kan ik me niet meer zo lang concentreren en werkt mijn kortetermijngeheugen niet meer goed; ik vergeet veel. Daarnaast heb ik nog steeds moeite met slapen."

Ik kan zelfstandig wonen

Voor mensen die een beroerte hebben gehad of op een andere wijze hersenletsel hebben opgelopen verandert het leven drastisch. Dingen die voorheen vanzelfsprekend waren, gaan niet meer zo gemakkelijk. Maries: "Ik woon zelfstandig, maar ik heb wel begeleiding thuis nodig. Sinds mijn beroerte heb ik het overzicht niet meer, bijvoorbeeld in het huishouden of de administratie. Met de begeleidster van SGL maak ik bijvoorbeeld overzichten. Zo heb ik een poetsschema. Als ik dat niet had, zou ik tot veel minder komen in het huishouden. Een aantal jaren geleden hielp mijn moeder nog mee, maar die is inmiddels ook 82 en dat kan ik van haar niet meer vragen. Met mijn begeleidster behandel ik ook de post en zorgen we ervoor dat alles overzichtelijk is opgeborgen, zodat ik het goed kan terugvinden. Ook legt ze dingen uit die ik eventueel niet begrijp. Samen trainen we de dingen die ik lastig vind en daardoor kan ik zelfstandig wonen."

Angst nieuwe beroerte

"Ik zou graag in de toekomst weer vrijwilligerswerk gaan doen. Dat lukt me nu niet. Ook de uitstapjes die ik voorheen regelmatig maakte, zouden nu te veel van me vergen. Daarnaast vind ik het altijd nog wel moeilijk om bijvoorbeeld met de trein op stap te gaan, wat ik in het verleden veel deed. Dan bezocht ik steden, musea, enzovoorts. Nu speelt de angst op een nieuwe beroerte toch wel een rol."

Ik wil iets kunnen betekenen

"Maar het is voor mij wel belangrijk om iets te kunnen betekenen en samen te zijn met mensen. In het activiteitencentrum van SGL kan ik werken aan mijn vaardigheden en geheugen en heb ik tevens contact met lotgenoten. Het is fijn om een paar keren per week naar het activiteitencentrum te gaan. Het geeft me structuur, ik kan uiteenlopende dingen doen, en daardoor ook mijn vaardigheden trainen. Zo doe ik aan yoga, tafeltennis voor mijn arm, zing ik in een muziekkorps en doe ik mee aan de actualiteitenactiviteit. En, als ik even rust nodig heb, dan ga ik lekker een quizpuzzel maken om tot rust te komen. Ook dat kan. Inspanning en ontspanning. De contacten hier zijn belangrijk voor mij. Een groep mensen die hier komt heeft ook een beroerte gehad. Iedereen weet waar je het over hebt. En wat er speelt als je een beroerte hebt gehad. Je ervaart steun van elkaar. En, daardoor kom ik steeds een stukje verder."

En boeken, die blijft ze verzamelen. Vooral kinderboeken. Daaraan beleeft Maries nog steeds veel plezier. En, wie weet wat boeken in de toekomst nog meer voor haar kunnen betekenen...

**Bij een beroerte gaat iets mis met de bloedcirculatie in de hersenen. Een beroerte kan een hersenbloeding of een herseninfarct betreffen.*

Herkenbaar? Samen met SGL kunnen mensen met een lichamelijke handicap of hersenletsel het maximale uit het leven halen. We bieden behandeling, trainingen, individuele of groepsbegeleiding, wonen en logeren.