

Judy Robert na haar hersenbloeding:

Sterker en pittiger dankzij behandeling Hersenz

Door een hersenbloeding raakt Judy Robert (42) in juni 2014 van het ene op het andere moment halfzijdig verlamd. Ook kan ze nog maar moeizaam praten. Met de grootste inspanning lukt het haar nog net om zelf een ambulance, haar partner en dochter te bellen. In het ziekenhuis heeft ze direct haar doel voor ogen: "Ik wil weer kunnen lopen en spreken, want mijn dochter heeft me nog hard nodig."

Tekst: Willy Janssen

Beeld: Moniek Wegdam

Een week later start Judy's revalidatie bij Adelante in Hoensbroek. Vier maanden lang werkt ze hier keihard aan haar herstel, hoewel dat vaak heel, heel zwaar is: "Ik bad iedere dag tot God om kracht om door te kunnen zetten. En dat lukte: toen ik naar huis mocht, kon ik lopen met behulp van een beugel en een vierpoot. Voor de langere afstanden maak ik gebruik van mijn scootmobiel. Die laat ik meestal buiten staan, zodat ik in een winkel zo gewoon mogelijk met mijn stok kan lopen." Werken als gastvrouw in de catering van een verzorgingshuis was niet meer mogelijk. In plaats daarvan rijdt Judy twee dagen in de week naar de dagbesteding in het Activiteitscentrum van SGL als een zinvol alternatief. "Hier hoorde ik over het behandelprogramma Hersenz voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel na de revalidatie, als men thuis is. Via diverse modules leren ze je om beter om te gaan met alle veranderingen in je leven. Fysiek, maar ook mentaal, praktisch en op sociaal

vlak. Ik kwam in aanmerking voor twee modules van Hersenz en hoewel die heel pittig waren, ben ik zielsblij en dankbaar dat ik deze programma's van elk vier maanden mocht volgen. Het heeft me enorm geholpen."

Omgaan met mijn verandering

"Als je eenmaal thuis bent en redelijk functioneert, denken mensen in je omgeving dat je weer de oude bent, maar dat beeld klopt niet. Naast mijn lichamelijke beperkingen is ook mijn energie beperkt. Bij Hersenz kreeg ik handvatten om aan mensen duidelijk te maken hoe ze met mij moeten omgaan. Ik moet mijn energie goed verdelen, dus ik geef duidelijk aan wat ik wel en niet wil. De mensen van Hersenz hebben de tijd in mij wakker gemaakt. Ik laat niet meer over me heen lopen, want dat is niet goed voor me. Mensen om me heen respecteren me juist daardoor ook om wie ik ben. Hersenz was mijn redding, zowel op lichamelijk als geestelijk en sociaal gebied. Het is echt een

totaalpakket dat mij geleerd heeft hoe ik het beste voor mezelf kan zorgen."

Judy bewijst elke dag dat ze nog altijd prima zelfstandig kan wonen. "Je wordt creatief. Door Hersenz leerde ik beter luisteren naar de beperkingen van mijn lichaam en me daaraan aanpassen. Dat is dus echte

nazorg. Lotgenoten adviseer ik eens te kijken welke Hersenz modules voor hen iets kunnen toevoegen. Zodat ook zij hun veranderde situatie door het ontstaan van hersenletsel beter leren accepteren en meer van het leven kunnen genieten. Dat gun ik iedereen."



Judy Robert