

# ‘Zie de ziekte niet als middelpunt in je leven’

*Janneke Bresser-Keijzers heeft nefrotisch syndroom/ focale sclerose. Verkoudheden en virussen krijgen haar geregeld ongenadig te pakken. Dan kan ze alleen nog maar op bed liggen en uitzieken en staat ze aan de zijlijn van het leven. Hoe zij hier mee omgaat, vertelt ze aan de lezers van WISSELWERKING.*

52

**Z**iek zijn, je ziek voelen en gezond zijn liggen dicht bij elkaar. Als nierpatiënt kun je behoorlijk last hebben van je ziekte: moeheid, dieet, krampen, bijwerkingen van medicijnen (en voor velen van u, helaas, dialyse). Bij een chronische ziekte kun je vaak het gevoel hebben dat je lichaam je af en toe flink in de steek laat, en dat is geen prettig besef. Maar het blijft belangrijk om de ziekte niet als hét middelpunt in je leven te zien, tenminste, ik probeer het zo weinig mogelijk invloed op mijn normale functioneren te laten hebben, maar soms is dat best lastig.

Twee weken terug zat ik opnieuw thuis, deze keer met een fikse voorhoofdsholteontsteking. Het duurt altijd een paar weken voordat ik een beetje opgeknapt ben. Het gevoel om weer bij je lurven gepakt te worden en aan de zijlijn van het leven gezet te worden terwijl het allemaal net weer een beetje liep, is zo ontzettend vervelend. Na een keertje traplopen, een wasje draaien of boodschappen doen, moet ik terug naar bed of op de bank om bij te komen.

## Je ziet niets aan mij

De reactie van de bedrijfsarts (waar ik helaas kind aan huis ben) was kenmerkend: ‘Maar je blijft zo stralen en er goed uitzien.’ Ja, dat zal best, maar ik blijf me belabberd voelen, al maanden lang!

En zolang ik nog met de medicijnkuren bezig ben - het eind komt in zicht, joepie! - zal dit ook zo blijven, ben ik bang. Inderdaad, je ziet niets aan mij, ik probeer mezelf zo goed mogelijk te ‘presenteren’. Van mijn gezondheidsproblemen hoeft een ander geen last te heb-

ben. Voor Jeroen (en mezelf) probeer ik het thuis zo gezellig mogelijk te houden: lekker koken, een dvd'tje huren. We verwennen ons zelf regelmatig met een ‘relaxweekend’ in een hotel of - zoals binnenkort - een weekje vakantie. En dat is wat ik bedoel met ‘ziekte en gezondheid liggen dicht bij elkaar’. Ondanks een ziek lijf kun je met een gezonde geest en instelling veel bereiken en genieten van het leven.

## Bemoedigend en mooi

WISSELWERKING staat gelukkig altijd vol met verhalen van mensen die het uiterste uit hen zelf kunnen halen, dat is zo bemoedigend en mooi om te lezen! Natuurlijk heb ik af en toe mijn sombere buien, zeker in deze periode van onzekerheid waarin we, naast mijn gezondheid die me in de steek laat, ook nog wachten op ons adoptiekindje. Enerzijds hopen we dat het nog een paar maanden gaat duren in verband met mijn herstel, anderzijds kan het ons niet snel genoeg gaan. Wat is er mooier dan op een warme voorjaarsdag in Philadelphia (USA) je langverwachte kindje in de armen te mogen sluiten en vervolgens een kraamborrel in eigen tuin te geven? Die mooie dagen kunnen niet snel genoeg komen!

Janneke Bresser-Keijzers



Janneke en Jeroen: ‘Lekker koken, een dvd'tje huren...’

*Foto uit privébezit*