

Persoonlijk. Ontroerend. Herkenbaar.

ECHT.
Zoals jij

Vriendin

Geadopteerde Jaqueline vond haar biologische moeder terug
'Het was één grote teleurstelling'



Een DROOM die uitkwam!

Deze stellen begonnen hun eigen camping

Herrie in de tent

Waarom ruzie op vakantie zo vaak voorkomt

+ SURVIVALTIPS

— Gezondheid —

Elisheva overleefde een herseninfarct
'Ik kijk vooral naar wat ik nog wél kan'



Het lekkerste fruitijs maak je zelf

Lust: *'We werden betrappt onder de campingdouche'*

DOEN: de 30-dagen-happiness-challenge



Voor maar
€ 2,85



Nr. 31 30 juli t/m 5 augustus 2019
Spanje € 4,-

Betrouwen

Elisheva overleefde een herseninfarct

'Hersenletsel hoeft niet het einde van je leven te betekenen'

Als Elisheva (52) zeven jaar geleden een herseninfarct krijgt, staat haar leven op z'n kop. Ze is haar spraak kwijt, gedeeltelijk verlamd en moet alles opnieuw leren. Inmiddels gaat het goed met haar. "Ik kan niet alles meer, maar kijk vooral naar wat ik wél kan en heb."

Buiten is het warm en zonnig. Binnen zijn de vitrages dicht en komt het geluid van de straat gedempt binnen. Het is even na drieën, Elisheva heeft net anderhalf uur gerust. Die dagelijkse time-out heeft ze nodig, haar energieniveau is laag, te veel prikkels op een dag kan ze niet aan. Elisheva vertelt nuchter en openhartig hoe bloedstolsels in haar hersenen haar leven volledig op z'n kop zetten.

Op vrijdag 14 oktober 2011 heeft ze met een twintigtal collega's - ze is jurist - een interessante en gezellige bijeenkomst. Als ze na de lunch terugkomt van de wc, zegt ze tegen haar collega dat ze zich niet lekker voelt. "Hij weet dat ik geen aansteller ben en zag aan me dat het echt niet goed ging. Ik had last van mijn rechterarm en reageerde niet meer op vragen. Hij heeft meteen 112 gebeld. Ik werd in een ambulance gehesen en met gillende sirenes naar het ziekenhuis gebracht. Daar weet ik niets meer van. Intussen was mijn vriend Mark gewaarschuwd. Ik schijn hem te hebben herkend, maar ook dat kan ik me niet herinneren." Een scan van Elisheva's hoofd wijst uit dat ze een ernstige sinustrombose heeft, een zeldzame vorm van een herseninfarct. "De grote afvoerende ader in mijn hoofd

was totaal verstopt. Iets wat normaal niet snel zo gebeurt. De meeste verstoppingen zijn in de toevoerende aders, maar bij mij dus in een afvoerende. Hij zat zo erg verstopt, dat ik rechts een kleine en links een grote hersenbloeding heb gehad. Daarbij kreeg ik ook nog een zware epileptische aanval, dat gebeurt vaker in zo'n situatie."

Geen klachten

Elisheva voelde het herseninfarct totaal niet aankomen. Waarom zou ze ook, ze was altijd supergezond. "Ik was enorm sportief, deed aan wielrennen, tennissen en hardlopen. Ik sportte drie, vier keer per week en heb nooit gerookt. De weken ervoor had ik geen enkele klacht. Geen hoofdpijn ofzo, wat je bij een sinustrombose heel vaak hebt. De avond ervoor heb ik nog een glas wijn gedronken, dat zou ik nooit doen als ik hoofdpijn had of me niet lekker voelde. Ook 's ochtends was er voor mijn gevoel niets aan de hand." Of ze weet wat de oorzaak is? Haar ogen lichten even op en fel zegt ze: "Ja! Met een aan zekerheid grenzende waarschijnlijkheid: de Diane-35-pil. Deze pil is in Frankrijk inmiddels verboden, in Nederland niet. Ondanks het feit dat er vrouwen aan zijn overleden. Het is een derdegeneratiepil

met een grotere kans op trombose. Ik slikte hem al een jaar of twintig vanwege ernstige acné. In september was ik nog naar de huisarts gegaan voor een nieuw recept. De apotheker waarschuwde me voor de bijwerkingen, waarop ik zei dat ik het na mijn vakantie zou overleggen met mijn huisarts. Ik had de bijsluiter wel gelezen, maar de bijwerkingen waren destijds summier beschreven. Bovendien: ik slikte deze pil al zo lang en het risico op trombose is in het eerste jaar van gebruik het grootst."

Paniek

Die eerste avond in het ziekenhuis ontstaat er paniek als Elisheva niet meer kan ademen. "Uiteindelijk is een gaatje in mijn luchtpijp gemaakt. Mijn toestand was zo slecht, dat Mark werd voorbereid dat ik zou kunnen overlijden. Het AMC heeft fantastisch gehandeld, ook Mark hebben ze goed opgevangen. Hij is die nacht rond één uur naar huis gegaan. Na verwijdering van de stolsels ben ik op de intensive care gebleven en daar de volgende dag rond een uur of vijf wakker geworden. Ik wist wel waar ik was, maar had totaal geen besef van tijd. Het licht was heel fel en al die apparaten maakten veel lawaai. Het zijn vage herinneringen, hoor. >



WIST JE DAT?

- ... elk jaar zo'n 43.000 mensen worden getroffen door een herseninfectie of een hersenbloeding en 55.000 Nederlanders door een TIA?
- ... er elke dag bijna 270 Nederlanders een beroerte krijgen?
- ... er jaarlijks 2.855 vrouwen een hersenbloeding krijgen en 2.645 mannen?
- ... bijna driekwart van de mensen die een beroerte krijgt ouder is dan 65 jaar?
- ... een hoge bloeddruk, een hoog cholesterolgehalte, roken, diabetes en overgewicht risicofactoren zijn voor een beroerte?
- ... een scheve mond, warrig spreken en denken, verlamming in een arm of been, plotselinge hoofdpijn, duizeligheid en wazig of dubbel zien de meest voorkomende symptomen van een beroerte zijn?
- ... in sommige gevallen erfelijkheid een rol speelt?

