

# Weer thuis en begin revalidatie

In overleg met de chirurg en longarts moest ik langzaam weer wat energie opbouwen. Op advies van de doktoren werd aangeraden, de eerste twee tot drie weken, geen bezoek te ontvangen, in het belang van het herstel. Ik ben 10 kilo afgevallen. Thuiszorg IJmond bracht een rolstoel en een rollator. Een week later zijn we voor wondcontrole naar het AMC geweest bij Dr. Kloek. Hij was zeer tevreden. Ik hoef bij hem niet meer terug te komen. Ik had veel last van mijn been. De fysiotherapeut kwam twee keer in de week aan huis. Ik kreeg steeds zwaardere pijnstillers, zelfs morfine. Doordat ik zo slecht at, kreeg ik allerlei bijwerkingen, dus snel gestopt met die shit. Heel langzaam ging het steeds een beetje beter. Ontzettend blij met alle kaarten, mailtjes, bloemen enz.... Echt ongelooflijk. Ik heb ±300 kaarten en 250 mails ontvangen. Een stukje gewandeld in de rolstoel. Heerlijk was het om weer buiten te zijn. Vanaf nu kreeg ik elke week 3 uur thuiszorg. De trombosedienst kwam ook aan huis. Doordat ik nog steeds zuurstofondersteuning had, mocht ik nog niet koken. Dit werd weer opgevangen, door familie en vrienden. Af en toe kwam er bezoek, maar dat kostte nog veel energie.

## **Maandag, 14 april 2003.**

Op deze dag moest ik terugkomen bij Dr. Bresser in het AMC. Bij binnenkomst zei hij direct: "Doe dat zuurstof maar af". We hadden wat vragen over en weer. Na zo'n 10 minuten werd het zuurstof in mijn bloed gemeten en dat was 97, ongelooflijk. Hij was zeer tevreden. "Ik moest af en toe maar een stukje gaan lopen of fietsen", zei hij. Wat waren we blij. Dit hadden we wel gehoopt, maar ja, je moest toch maar afwachten!! Thuisgekomen hebben we de vlag uitgehangen en iedereen gebeld. De kwaliteit van leven, kwam nu weer een beetje terug. De rolstoel en de rollator werden opgehaald. Die had ik niet meer nodig. Op advies van Dr. Bresser hebben we nog twee weken gewacht met het laten ophalen van de zuurstofapparaten. De man die de apparaten ophaalde, feliciteerde me. Dit kwam niet zo veel voor. Ik dacht, nu kan ik alles weer zelf doen enz.... Nou, niet dus, na een week aanmodderen, heb ik Cocky weer gebeld en gezegd, dat ik het nog niet trok. Voor haar was het geen probleem en zij kwam weer opdraven. Ook de rest van de familie was weer van de partij. Af en toe had ik nog een gesprek met de psycholoog. Echt, fantastisch, deze man. Hij hielp mij bij het verwerken van alle ellende. Mijn revalidatie rondje breidde ik langzaam aan uit. Als ik langs de haven liep, kon ik soms niet bevatten, wat me allemaal was overkomen en leek het net een droom. Een ritje achter op de motor behoorde ook weer tot de mogelijkheden. Met zuurstoftanks zou dat onmogelijk zijn geweest.

## **Maandag, 16 juni 2003.**

Weer een dagje AMC. Een echo van het hart werd gemaakt. Het hart was zijn normale vorm weer aan het aannemen. Els van de longafdeling stelde voor om een kijkje te nemen op de IC. Misschien zou dit bijdragen tot de verwerking. Een verpleegkundige zei, dat niet vaak mensen naar deze afdeling terugkwamen. Zij liet me zien waar ik had gelegen. Ontzettend emotioneel. De operatie die ik had ondergaan was de zwaarste, zoniet één van de zwaarste operaties, die in het AMC werd uitgevoerd. Ik had geen spijt van dit bezoek. Na dit bezoek werden nog een CT Scan en een PerfusieScan gemaakt. Alle uitslagen waren positief. Ik vertelde Dr. Bresser, dat het lopen steeds beter ging en ik weer wat kracht in mijn benen terug kreeg. Wat een geluk had ik gehad!! Dr. Bresser zei, dat ik wat hem betreft genezen was, of zoals hij het uitdrukte "Het belangrijkste is dat de druk in het hart op een aanvaardbaar en veilig niveau is gekomen. Of je nu de trap op kunt rennen of lopen maakt mij niets uit. Je moet gewoon naar je lichaam luisteren."

### **Woensdag, 16 juli 2003.**

Op onze trouwdag, (32 jaar) zijn we op de fiets naar het strand gegaan. Heerlijk met mijn voeten in het water. Ongelooflijk, dat ik dat nog mocht meemaken. Het was maar een uurtje, want 's middags was ik "Total Loss"

### **Maandag, 6 oktober 2003.**

Bezoek Dr. Bresser. Deze dag werden geen onderzoeken gedaan, we konden alleen onze vragen kwijt. Alles was in orde en in februari 2004 moest ik terugkomen. Ik had een brief van de fysiotherapeut mee, omdat ik nog steeds last had van mijn been. Er zou een afspraak bij de neuroloog worden geregeld.

### **Donderdag, 20 november 2003.**

Bezoek neuroloog. Na een uur onderzocht te zijn, kwam hij tot de conclusie, dat ik tijdens de operatie waarschijnlijk zo rot had gelegen, dat hierdoor een oude hernia groter was geworden, of een nieuwe hernia erbij was gekomen. Opereren was geen optie. Dat zou pas gaan gebeuren, als ik uitval zou krijgen. Met deze kleine handicap viel nu wel te leven.

### **Kerstmis 2003.**

Deze kerst verliep aangenamer dan verleden jaar. We vierden kerstavond weer bij onze zoon, maar nu liep ik zelf de trap op.

### **Dinsdag, 17 februari 2004.**

Op deze dag, precies 1 jaar na de operatie, moet ik weer voor controle naar het AMC. Kijken wat er uit de bus komt.