



ARIENA KREEG EEN HERSENONTSTEKING

“Ik was zo
BANG
dat ze
me dom
vonden”

**Leven met een
hersenbeschadiging**

Van 1 t/m 6 februari
is het de Week van
de Hersenstichting en
wordt er gecollecteerd voor
onderzoek, voorlichting en
samenwerkingsprojecten.

Hoe belangrijk dit is,
blijkt uit deze verhalen.

Een virus in haar hersenen bezorgde Ariena Ruwaard (49) acht jaar geleden een heftige ontsteking. Gevolg: ze kon niet meer voor de klas staan en moest accepteren dat haar intelligentie was afgenomen. "Ik dacht: doe ik er nu niet meer toe?"

Ariena: "Door mijn hersenletsel had ik het gevoel dat ik afgeschreven was. Dat deed me verdriet. In het ziekenhuis zijn tests afgenomen en werd tegen me gezegd: 'Je hebt geen hbo-niveau meer.' Alsof je intelligentie zegt wie je bent. Daar heb ik erg mee geworsteld. Wie ben ik dan nu? Ben ik dom geworden? Doe ik er niet meer toe?"

Wartaal

"Acht jaar geleden kreeg ik een hersenbeschadiging door een virus. Als kind heb ik de waterpokken niet gehad, het virus is in mijn hersenen terechtgekomen met als gevolg een ontsteking. Iets wat zelden voorkomt. Ik voelde me al een tijdje niet goed. Ik werkte fulltime en had drie kinderen, dus de mensen om me heen dachten dat ik overwerkt was. Zelf voelde ik dat er iets niet klopte, maar uit bloedonderzoek kwam niets wat daarop wees. Op een dag, de eerste werkdag na de kerstvakantie, voelde ik me niet goed en belde mijn man. Ik zei dat ik in bed ging liggen en vroeg of hij eerder thuis kon komen om de kinderen op te vangen. Tenminste, dat dacht ik. Wat mijn man hoorde, was wartaal. Hij begreep niets van wat ik zei. Toen hij thuiskwam, was ik niet meer aanspreekbaar en heeft hij me meteen naar het ziekenhuis gebracht. Wat ik me kan herinneren is dat ik heel moe was en wilde dat iedereen me met rust liet. Ook weet ik nog dat een verpleegster vroeg hoe ik heette en dat ik het niet meer wist. Dit was fout, ik wist mijn eigen naam niet eens meer. Ik lag drie weken in het ziekenhuis. Na een week wisten de artsen wat er aan de hand was. Dat was fijn, want die onzekerheid was angstig. In eerste instantie dacht de neuro-

loog dat het wel goed zou komen, maar ik bleek toch restverschijnselen te hebben. Bij hersenletsel zijn de gevolgen moeilijk te voorspellen, die zijn bij iedereen anders. Na een jaar zei de neuroloog: 'Dit is het, het zal niet beter of slechter worden, accepteer wat het is.' Het virus heeft mijn brein aangetaast. Ik kan me moeilijk concentreren en het opnemen van informatie kost me moeite. Praten over alledaagse dingen gaat me goed af, maar zodra het dieper gaat, raak ik de draad kwijt."

"Ik heb 23 jaar voor de klas gestaan en hield zielsveel van mijn werk. In het begin dacht ik: als ik heel erg mijn best doe, gaat het lukken. Dan kan ik het weer oppakken. Ik heb het geprobeerd, twee dagen per week met een klein klasje, maar al snel bleek dat ik mezelf daarmee uitputte. Als ik niet werkte, lag ik in bed. Ik was zo vastbesloten mijn leven van voor de ziekte terug te krijgen dat ik mijn kop in het zand stak. Hoe moe ik was, werd duidelijk toen ik tijdens een wandeling met een vriendin het bewustzijn verloor. Weer werd ik naar het ziekenhuis ge-

"Zodra een gesprek wat dieper gaat, raak ik de draad kwijt"

bracht, waar natuurlijk niets nieuws te melden was. Ik had hersenletsel en dit waren de gevolgen. Ik werd volledig en voor de rest van mijn leven afgekeurd. Het was confronterend om te merken dat sommige dingen te ingewikkeld waren geworden voor mij. Er volgde een periode van rouw over wat ik niet meer kon, en daarna een zoektocht hoe ik weer zin aan het leven kon geven. Op dat gebied hebben mijn man en kinderen me een spiegel voorgehouden. Ik was altijd degene die riep dat je vooral moet doen wat je leuk vindt, en nu deed ik zelf niets meer. Ik denk dat ik die periode ook nodig heb gehad. Rouwen mag, ik geloof niet in mensen die altijd vrolijk zijn. Na een jaar ben ik gaan kijken wat ik nog wel kon, en dat was schrijven en kunstwerken maken van drijfhout.

Zo heb ik mijn eigen baan gecreëerd. Ik ben gelukkig met mijn leven nu, maar ik ben niet blij dat dit me is overkomen. Het is gewoon het leven. Dit is gebeurd en er zijn gelukkig ook mooie dingen uit ontstaan. Zolang ik in mijn eigen huis ben kan ik veel, maar de buitenwereld met al zijn prikkels put me uit. Ik moet alles met beleid doen en goed plannen. Doordeweeks ben ik thuis aan het schrijven en kunst aan het maken, in het weekend kan ik dingen buiten de deur doen. Winkelen met mijn dochter bijvoorbeeld, alleen weet ik dat mijn brein daarna rust nodig heeft."

Eind aan hokjesdenken

"Ik denk dat ik wel veranderd ben. Natuurlijk, in de basis ben ik nog hetzelfde, maar ik stop mensen niet meer in hokjes. Testen op basis van intelligentie deed ik zelf ook; in groep één van de basisschool worden kinderen al getoetst. Nu vind ik dat jammer. Ik focus me meer op de talenten en passies van mensen. Wat zegt het als je gymnasium-niveau hebt? Als je iets doet wat je niet leuk vindt, ben je in mijn ogen dom. Wel mis ik bij vlagen het onderwijs. Ik denk vooral doordat mijn leven nu zo anders is. Soms mis ik de drukte en de hectiek van toen. Ik heb wel rust en acceptatie gevonden. Ik kon eerst heel boos worden als iets niet lukte. Ik ging een keer naar een winkel om een telefoonabonnement af te sluiten, en ik snapte niet wat die verkoper zei. Ik ben weggelopen. Ik vond het erg dat ik zijn uitleg niet begreep. Nu zeg ik gewoon: 'Ik snap niet wat je zegt, zou je het op de mail willen zetten zodat ik het thuis rustig kan lezen?' Niemand vindt dat erg. Het was mijn eigen angst om dom gevonden te worden. Dat heb ik moeten accepteren, en dat is gelukt."

PS Ariena heeft een boek geschreven, *Imperfect verklaard*, waarin ze vertelt over de gevolgen van de hersenontsteking en haar zoektocht naar een andere manier van leven. In het voorwoord schrijft ze: 'Het is absoluut geen handboek of zelfhulpboek. Het is bedoeld voor inspiratie, woorden om over na te denken en mooie plaatjes om naar te kijken.'
Kijk voor meer informatie op www.ruwaard.net.