

# Hersenletsel krijg je niet alleen

Vandaag verschijnt het boek "De dag dat de wereld op z'n kop stond, een rollercoaster" bij uitgeverij Buro Mension. Het werd geschreven door Linda Struijlaard uit Rijen. Haar man liep op jonge leeftijd een herseninfarct op en in haar boek beschrijft Linda hoe hij tevergeefs probeert zijn oude leven op te pakken en wat de impact hiervan is op het jonge gezin dat uiteindelijk uiteen valt. Ze koos ervoor om de namen in het boek te fingieren en in overleg hebben we besloten om voor de kinderen en haar ex-man in dit interview dezelfde namen te gebruiken als in het boek. Aan het woord is een vrouw die alle ballen probeerde hoog te houden, totdat zijzelf heel hard op de grond kletterde.

DOOR: WERNER VAN LOOY

Linda heet in haar boek Monique. Ze is moeder van de vier jaar oude Bas als ze in 2011 een telefoontje krijgt van het werk van haar man



Omslag van het boek (Foto: Uitgeverij Buro Mension)

Frank: "We werden gebeld dat het niet goed ging met hem. Uit voorzorg moest hij met de ambulance mee. Halverwege de rit stooft de ambulance er vandoor." In het ziekenhuis blijkt dat Frank een gescheurde aorta heeft. Linda en Bas moeten op dat moment afscheid nemen, omdat het niet zeker is of hij de operatie wel zal overleven. "Terugdenken aan het moment waarop ik daar stond met dat kinderhandje in mijn hand en we niet wisten of Frank de operatie zou overleven, is nog steeds pijnlijk."

## Revalidatie

De operatie lukte, maar Frank bleek een herseninfarct te hebben gehad. Nadat hij twee weken in het ziekenhuis had gelegen begon de revalidatie. "Hij was rechtszijdig verlamd en moest weer leren lopen. Dat ging met

de dag beter." Linda kwam er in die tijd ook achter dat ze zwanger was. Na twee weken revalideren in de kliniek ging Frank daarvoor nog maandenlang twee keer in de week naar Breda en toen stopte het. Hij had het overleefd en moest zijn nieuwe leven accepteren. Hij was toen 34 jaar oud en er was een kleintje op komst. Hij had het gevoel weer aan het werk te moeten, want hij had een gezin te onderhouden. Maar dan blijkt dat je tegen problemen aan kunt lopen.

## Tandvlees

Tijdens etentjes zagen vrienden de oude Frank, maar de dagen daarna had hij nodig om bij te komen. Het fulltime werken brak hem ook op. De batterij was bij Frank maximaal 80% gevuld. Linda: "Na een slechte nacht kon hij een week lang vermoeid zijn. Als Bas wilde stoeien ging dat soms, maar Frank kon ook boos worden als het even op was. Dat is heel verwarrend voor een kind." Jaren liep Frank op zijn tandvlees en Linda hield de boel draaiende. Maar na vijf jaar was het ook bij haar op. "Het hele gebeuren zorgde ervoor dat de relatie niet meer kon. We waren allebei te veel veranderd en onze relatie was eerder een soort vriendschap geworden."



Schrijfster Linda Struijlaard

## Scheiding

Nadat Linda een stap terug zette viel Frank om. Hij belandde in de ziekteketen en werd uiteindelijk afgekeurd. Omdat er bij het stel al lang geen sprake meer was van een gelijkwaardige relatie besloten ze uit elkaar te gaan. Linda gelooft dat het wel zijn redding is geweest. "Als dat niet was gebeurd was hij altijd op mij blijven leunen. Omdat dat niet meer ging is hij een hulptraject in gegaan. Hij heeft zijn leven opnieuw moeten leren opbouwen." In die moeilijke tijd is Linda er wel altijd voor hem geweest. "Als je ons zou zien zou je denken dat we nog steeds getrouwd zijn, zo goed zijn we op elkaar ingespeeld. Ik heb veel respect voor hem en wat hij heeft meegemaakt. Het is echt niet niks."

## Terugval

Frank had goede hulp. Linda had een eigen huisje en alles leek op de rit, toen bleek dat ze zichzelf al die jaren voorbij had gelopen. "Ik was heel gestrest en kon weinig prikkels hebben. Huilbuien kwamen om de haverklap. Ik ben doorverwezen naar een psycholoog en heb iemand gekozen die kennis had van niet-aangeboren hersenletsel, zodat ik iemand had die mijn situatie snapt." Ze kreeg de diagnose post traumatische stress stoornis (PTSS). "De psycholoog heeft mij supergoed geholpen. Daarna kon ik het weer aan."

## Vangnetten

Linda weet nu dat er vangnetten zijn voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel. Zo is er Siza, het Regionaal Expertisecentrum NAH (niet-aangeboren hersenletsel) in Tilburg welke ondersteuning en zorg biedt aan mensen met een lichamelijke, verstandelijke of meervoudige beperking en aan mensen met autisme of NAH. Linda: "Het is een proces van accepteren dat je bent veranderd. Het vertrouwen in het lichaam is kwijt, soms kun je je werk niet meer doen. Je karakter kan ook veranderen. Je werk en gezinsle-

ven komen daardoor onder druk te staan, want hersenletsel krijg je niet alleen, zoiets heeft impact op een heel gezin. Het is nodig dat je begeleiding krijgt van specialisten die verstand hebben van de problematiek rondom niet-aangeboren hersenletsel."

## Boek

Met haar boek hoopt ze lezers te informeren over wat er aan hulp mogelijk is voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel en hun gezinnen. "Het is een heel persoonlijk en open boek. Ik heb Frank meerdere keren geïnterviewd en hij heeft me goed geholpen. De eerste 160 bladzijden is ons verhaal, daarna komen er zeven deskundigen aan het woord. Beurteilungen geven ze toelichting over hun stukje van het traject dat wordt doorlopen door iemand met hersenletsel." Het boek is een hulplijn voor de lezer; voor Frank en de kinderen een naslagwerk en Linda bracht het een stukje verwerking. "De dag dat de wereld op z'n kop stond, een rollercoaster" komt uit op de dag van overprikkeling bij hersenletsel: 23 juni. Op 26 juni is er een boekpresentatie en signeersessie van 11.00 tot 12.30 uur bij de Bruna in Rijen.