

# De impact van een beroerte

door Martha Aalbers

**E**en beroerte komt meestal als een donderslag bij heldere hemel. Het leven van de betrokkene verandert radicaal. Ook van familie en vrienden wordt veel gevergd. Christine Kliphuis legde vast wat er gebeurde nadat haar moeder door een beroerte werd getroffen.



„Ik was totaal onvoorbereid op de heftige, ingrijpende periode die volgde op mijn moeders beroerte. Als je bedenkt dat 41.000 mensen per jaar getroffen worden door een beroerte, dan kun je je voorstellen hoeveel ontredering dat van de ene op de andere dag in families veroorzaakt. Ik besloot een boek te gaan schrijven om te laten zien wat een impact een beroerte heeft, voor zowel de patiënt als de familie”, vertelt Christine Kliphuis (1957). Dit resulteerde in *Mijn hoofd is hol*, dat 30 september jl. uitkwam.

Haar moeder was 75 toen ze een beroerte kreeg. Ze was al 25 jaar weduwe, woonde in een appartement in Groningen en had een druk sociaal leven, hield van schilderen, muziek en culturele uitstapjes. Op een maandagmorgen werd ze door de hulp in haar appartement gevonden. De hersenbloeding bleek ze de zaterdagmiddag daarvoor al gekregen te hebben. Ze werd overgebracht naar het ziekenhuis, waar ze een maand zou blijven. Ze bleek verlamd aan haar rechterkant en bovendien had ze afasie: spreken ging bijna niet meer. Terugkeer naar haar eigen huis was onmogelijk. Restte opname in verpleeghuis Maartenshof te Groningen.

## Inzet en liefde

„Ik wil met mijn boek ook laten zien met hoeveel inzet en liefde mijn moeder verzorgd werd in het verpleeghuis”, zegt Kliphuis. „Zoveel nare verhalen doen hierover de ronde; gebrek aan personeel, onverschilligheid, pyjamadagen, ongelukkige bewoners. Mensen in een verpleeghuis zijn niet vooral ongelukkig door de verpleging, maar door de ziekte en pijn die ze hebben.”

Als dochter had de auteur heel veel steun aan de mensen die

## Christine Kliphuis: 'Op een beroerte kun je je niet voorbereiden'

voor haar moeder zorgden. „Hun inzet was voor mij erg troostvol, want je moeder in een verpleeghuis achterlaten is heel moeilijk. Mijn boek is een pleidooi voor nuancering van het beeld dat er over verpleeghuizen heerst. Natuurlijk gebeuren er verkeerde dingen. Die mag je benoemen, maar daar ligt helaas vaak de nadruk op. Heel veel mensen weten niet dat een multidisciplinair team van verpleging, arts, fysiotherapeut, ergotherapeut, creatief therapeut, diëtiste en noem maar op zich buigen over de best mogelijke zorg voor de individuele patiënt. Mijn moeder had ook zo'n team om haar heen staan en via een schrift naast mijn moeders bed hielden ze elkaar en mij op de hoogte van moeders leven en vorderingen. In mijn boek heb ik het verpleeghuis een stem gegeven door uit dat communicatieschrift te citeren.”

## Van moeder naar kind

Christine had een heel goede relatie met haar moeder. „Zij was de eerste aan wie ik zou willen

vertellen hoe mijn leven op de kop kwam te staan door haar beroerte, bij wijze van spreken. Nu kon ze mij niet meer geruststellen. Dat was in het begin heel moeilijk, ook omdat je nog niet precies weet wat haar beperkingen zijn. Zo nam ik in het begin een keer een radio met een koptelefoon voor haar mee, zodat ze naar klassieke muziek kon luisteren. Ze wist niet wat ze met de radio aanmoest en de koptelefoon kreeg ze door haar verlamming al helemaal niet op. Gelukkig had ik anderen om bij uit te huielen. Toch was het ook mooi dat ik voor haar kon zorgen toen onze rollen wisselden en ze eigenlijk mijn kind werd.”

## Zo moe

Kliphuis woont in Voorburg, waar ze een baan heeft als communicatieadviseur en klachtenbemiddelares in de gezondheidszorg. Praktisch elk weekend en soms vaker reisde ze naar Groningen. „Er zijn momenten dat je zo moe bent, dat je de zorg even niet meer kunt opbrengen.

Je voelt je zo triest omdat ze niet meer goed kan spreken, en over de incontinentie, het verlies van decorum, het moeten afvegen van haar mond na elke hap – mijn moeder die zo op tafelmanieren was gesteld. En je weet dat wát je ook doet, het te weinig is. Maar dat is het lot van iedere mantelzorg. Veel mensen met oudere ouders krijgen vroeger of later ermee te maken.”

Ze heeft een broer in Zeeland en een zus in Groningen. De zus had drie jaar voor de beroerte met haar moeder gebroken. Veel van de zorg kwam dus op het bordje van Kliphuis terecht. „Mijn broer en zus hebben binnen hun mogelijkheden bijgedragen, maar het leeuwendeel kwam op mij neer. Dat was niet altijd even gemakkelijk.”

Een verpleeghuis niveleert, de gemeenschappelijke factor is het ziek zijn. „Mijn moeder was een ontwikkelde vrouw, maar ze kon niet meer lezen. Ze vroeg om boeken en kranten, maar de

BIJ DE FOTO

**Christine Kliphuis: „Er zijn momenten dat je zo moe bent, dat je de zorg even niet meer kunt opbrengen.”**

FOTO DAVID VAN DAM

## CVA

Een beroerte of CVA (Cerebro Vasculair Accident: 'een ongeluk in de bloedvaten van de hersenen') ontstaat door een afsluiting van een bloedvat in de hersenen (80%) of door een lek in een bloedvat, een hersenbloeding (20%). Afhankelijk van het gebied in de hersenen waar de bloedtoevoer verstoord werd, kunnen uitvalsverschijnselen optreden: verlamming van een arm, moeite met spraak, een scheefgetrokken gezicht, minder zicht. Hierdoor kan men verward of emotioneel worden, of gedesorïenteerd. Sommige dingen zijn niet direct zichtbaar, bijvoorbeeld als het denken, plannen en begrijpen minder goed lukt of het geheugen is aangetast. Stemming en gedrag kunnen veranderen. De verschijnselen kunnen binnen drie weken sterk verbeteren; ook daarna is nog vooruitgang mogelijk. Wat na zes maanden niet is verbeterd, zal meestal niet meer herstellen.

## TIA

Men spreekt van een Transient Ischaemic Attack (een voorbijgaande doorbloedingsstoornis) wanneer een gedeelte van de hersenen tijdelijk te weinig bloed krijgt. De uitvalsverschijnselen kunnen hetzelfde zijn als bij een beroerte, maar gaan vanzelf over, vaak binnen vijf minuten tot een half uur.

(bron: patiëntenfolder Nederlands Huisartsen Genootschap)

## Folder

In Nederland leven op dit moment 216.500 mensen met de gevolgen van een beroerte. Ieder jaar krijgen 41.000 mensen voor het eerst een beroerte, iets meer dan 110 per dag. Nog eens 7000 mensen per jaar krijgen voor de tweede keer een beroerte. Per jaar overlijden 10.500 mensen eraan. Mensen die een beroerte overleven, houden vaak daar blijvende gevolgen aan over. Meer dan 50 procent van de mensen die een beroerte hebben gehad en na het ziekenhuis direct naar huis gaan, krijgen - vroeger of later - in lichte of ernstige mate te maken met stoornissen op het gebied van denken, emotie, gedrag en taal. De folder *Leven na een beroerte* gaat in op deze stoornissen, die soms lange tijd nadat iemand een beroerte heeft gehad nog aanwezig zijn. Er wordt een overzicht gegeven van de late, onzichtbare gevolgen van een beroerte. Deze gevolgen kunnen ook optreden bij andere vormen van hersenletsel. Mensen hoeven hier niet mee rond te blijven lopen, maar kunnen hier hulp bij vragen. De folder legt uit welke hulp beschikbaar is.

Bestellen gratis folder *Leven na een beroerte*:

Hersenstichting Nederland, Postbus 191, 2501 CD Den Haag, [www.hersenstichting.nl](http://www.hersenstichting.nl)



op de voorkant, mijn foto op de achterkant.”

„Op een beroerte kun je je al met al niet voorbereiden. De impact kun je voor die tijd niet bevatten, en vlak erna ook nog niet. Ik overschatte wel eens wat mijn moeder nog kon, en zij kon in het begin soms niet voldoende duidelijk maken hoe ernstig haar beperkingen waren. Wees dus blij als je ouders gezond zijn en regel praktische zaken. Later kun je het misschieen niet meer met ze bespreken.”

**Mijn hoofd is hol**  
Christine Kliphuis. Uitg. Compaan, Maasluus 2010. 209 blz. € 17,90