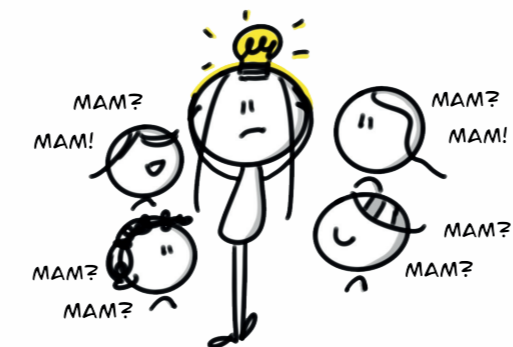




Corona maakte de wereld anders? Wat betekenen de corona maatregelen voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel? Onderstaande quotes komen uit het boekje "Wat een drukte, terwijl er niks te doen is"



MET DE KINDEREN THUIS STA JE ALTIJD AAN

WEGVALLEN VAN BEHANDELING



BEELDBELLEN, DAT WERKT NIET VOOR MIJ



Ze is een thuisbehandelaar en helpt mij normaal gesproken door het dagelijks leven heen. Sinds corona is ze niet meer langs geweest en moesten we het **doen met beeldbellen**. Dat werkt niet voor mij. Zo fijn ik de echte gesprekken met haar vindt, zo vervelend vind ik het beeldbellen nu. Ik ben zo uitgeput.



Vlak voor corona ben ik van de trap gevallen en heb mijn hoofd gestoten. Ik bleef klachten houden. De huisarts heeft mij toen doorverwezen naar de neuroloog. Maar **door corona ging de afspraak niet door** en werd het een paar maanden uitgesteld. Hierdoor heb ik geen diagnose en dus ook geen handvatten.

STRUCTUUR EN NIEUWE BALANS



Door een **nieuw ritme** aan te houden lukt het om goed om te kunnen gaan met alle veranderingen door het coronavirus.



Ik probeer in mijn leven zoveel mogelijk structuur te hebben zodat mijn **leven nog leefbaar is**, maar door corona is dit niet meer te doen.



Het werken met hersenletsel is gewoon pittig en dat kan ik nu **beter volhouden** en dat is omdat de hele wereld noodgedwongen ook pas op de plaats heeft moeten maken.

ANGST VOOR CORONA



Mijn huisarts belt mij eens in de vier weken. Ik schrok hier in het begin van, want dit liet mij extra beseffen dat ik in deze tijd een **risicopatiënt** ben.



Vanaf het moment dat Christa haar schoenen aandoet tot het moment dat ze deze weer uitdoet, is het een grote chaos en stress in haar hoofd. Telkens schieten er allerlei gedachten door haar hoofd: "Waarom houden zij geen afstand?", "Hij niest, zou hij ziek zijn?", "Wat als ik iets heb aangeraakt wat besmet is?". Geen minuut is het stil in haar hoofd als zij buiten in de natuur loopt. Ze geniet er zo van om even buiten te zijn, even de benen te strekken, even uit huis. Maar dit uitje is nu **allesbehalve rustgevend** voor haar.

AL JAREN IN QUARANTAINE



Op visite gaan is normaal een drama. Maar pas was mijn zoon jarig. Cadeautje brengen, niet iedereen tegelijk in huis, niet al te lang blijven. Voor mij was dat de **ideale verjaardag!**



Dit gevoel is best dubbel. Aan de ene kant hoor ik mensen roepen dat ze nu helemaal niks kunnen doen door corona en dat ze alleen maar thuis moeten zitten. Dan denk ik: 'Ja joh, **dat is al 4,5 jaar mijn leven!**'



"LIEF ZIJN VOOR ELKAAR"

OVERPRIKKELD



OVERPRIKKELD



Ik ben weer veel sneller overprikkeld. Deze situatie zorgt voor **veel onrust en onduidelijkheid**. Ook merk ik dat ik sneller duizelig en kortademiger ben en slechter slaap. Ik ben bang door de onzekerheid voor het onbekende. Hoe zien de komende weken en maanden eruit?



Sinds de uitbraak ben ik meer medicatie gaan gebruiken. Dit komt, omdat ik door alle mensen die weer thuis zijn, ook de burens, **zwaar overprikkeld raak van alle geluiden** en aandacht om me heen. Dit wordt mij te veel.

KLEINE WERELD



THUISSPELLETJES MET DE KINDEREN



Door de coronacrisis verandert er veel op een dag. Ik voel me vooral **heel eenzaam**.



De uitjes hebben plaatsgemaakt voor **thuispelletjes** met de kinderen.