

Mijn levensverhaal

“Het beestje in
mijn hoofd “

Nancy Beké

Schrijver: Nancy Beké

Coverontwerp: Nancy Beké

ISBN: 9789464355192

© Nancy Beké

Proloog

Het startte allemaal toen ik een vrouw was van 40 jaar. Mijn gezin bestaat uit een echtgenoot, een dochter en een hond die me heel wat liefde geven. Ik beschouw de hond ook als mijn zoon, een deel van de familie.

Je denkt: nu begint het leven pas echt. Maar, het noodlot beslist daar helemaal anders over .

Mijn verhaal verteld hoe mijn leven eruit ziet en hoe je moet omgaan met heel wat pijn. Ik spreek dan vooral over de chronische clusterhoofdpijnen. Verschrikkelijk is het.

Door mijn verhaal te delen, wil ik de buitenwereld laten kennismaken met hoe een leven met clusterhoofdpijnen eruitziet en welke gevolgen dit heeft in het dagelijkse leven.

Om de privacy van iedereen te garanderen zijn er geen namen van personen geplaatst.

1

Ik was al heel mijn leven een hardwerkende vrouw. Wekelijks ging ik achtendertig uur werken. Daarbovenop hielp ik ook bij het verbouwen van het huis. Sleuren met zakken zand of cement was voor mij niet te veel, want ik deed het namelijk ontzettend graag. Nooit zat ik stil, ik was altijd wel met iets bezig.

Tot Je leven opeens veranderd..

In het jaar, dat ik 40 werd, werkte ik als poetshulp bij mensen thuis. Ik was altijd actief bezig en ik had nergens last van. Een gezonde vrouw die werkte als een topsportster, zo voelde ik mij. Er was af en toe wel eens wat hoofdpijn, maar wie heeft dit niet? Zeker als je kinderen hebt, dan ontploft je hoofd wel wekelijks eens.

Helaas viel dat jaar uiteindelijk tegen. Het ging opeens niet zo goed meer met mij. Ik voelde mij af en toe enorm flauw. Je denkt meteen dat je bloeddruk te laag is of dat je misschien te weinig suikers in je lichaam hebt opgenomen. Ik nam het allemaal niet zo serieus. Na een tijdje ging het ook

al wat beter en dan denk je meteen dat het wel niets zal zijn. Het zal wel overgaan, dacht ik.

Helaas ... Kort nadien was ik aan het poetsen bij een klant van mijn werk. Alles ging goed. Ik was vrolijk aan het fluiten en ondertussen aan het speculeren wat ik die avond ging maken als avondeten. Net bij die gedachte gebeurde iets wat ik nooit had verwacht. Ik verloor mijn evenwicht en ik viel van de trap. Kwam dat ook door te weinig suikers in te nemen? Of was er meer aan de hand? De eerste gedachte dat nadien in me opkwam was dat ik gewoon "lomp" was. Op zich had ik ook nergens pijn. Ik had er gewoon wat blauwe plekken aan overgehouden, meer niet.

Soms waren de dagen lang, maar vaak vlogen ze ook gewoon voorbij. Ik werkte acht uur per dag bij mijn klanten, maar dat was niet het enige werk dat moest gebeuren. Ik had ook nog een gezin waar ik voor moest zorgen. Helpen in de keuken, wassen en strijken... ga zo maar door. Gelukkig was ik niet de enige vrouw die daarmee geconfronteerd werd. Iedereen heeft thuis wel iets te doen, helaas had ik niet de middelen om personeel aan te nemen.

2

Eigenlijk begon het allemaal op een dag in het jaar 2014. De exacte datum weet ik niet precies meer, maar de aanwezige pijn herinner ik me nog tot op de dag van vandaag.

De grootste boosdoener op dat moment was mijn knie. Het deed enorm veel pijn, waardoor het doosje pijnstillers vaak in mijn buurt lag. Naar de dokter gaan deed ik niet, want dat was niet zo mijn ding. De pijnstillers namen de pijn in het begin wel weg. Ik was niet iemand die graag stil zat en het vlug opgaf, dus deed ik gewoon verder met mijn dagelijkse bezigheden en werk. Alleen begonnen de medicijnen na een tijdje niet meer te werken. Was ook wel logisch, want de pijn werd ook steeds erger en erger. Of ik het nu wou of niet, ik moest naar een dokter.

Zoals velen onder ons wel weten, duurt het altijd lang om een afspraak te krijgen bij een specialist in het ziekenhuis. Gelukkig was ik ondertussen wel al bij de huisarts langs geweest om te vragen of ik eventueel al wat röntgenfoto's kon laten maken van mijn knie. Hij ging akkoord en toen hij de foto's zag stelde hij meteen voor om voldoende rust te

nemen. Mijn knie mocht niet meer belast worden en het was dus onmogelijk om te gaan werken.

Na een aantal dagen kreeg ik al telefoon van het ziekenhuis. Ik mocht meteen op consultatie gaan omdat er iemand had afgebeld. Het is nooit leuk om naar het ziekenhuis te gaan, maar op dat moment voelde ik me wel opgelucht. Zeker bij de gedachte dat ik eindelijk terug kon gaan werken. Ik verveelde me ontzettend hard en rusten of stilzitten is helemaal niks voor mij.

Eens bij de orthopedist, vroeg hij of ik een serieuze val had gemaakt of een ongeluk had meegemaakt. Het eerste wat ik zei was: "Nee, natuurlijk niet," maar nadien kwam in me op dat ik even geleden op het werk van die trap gevallen was. Natuurlijk vertelde ik hem meteen het verhaal en wat er gebeurd was. Na een grondig gesprek zei de specialist dat de val onmogelijk de oorzaak kon zijn. Hij gaf me een hele uitleg en heel wat termen waar niemand iets van begrijpt. Naar het einde van het gesprek toe, zei hij toch wel de volgende verstaanbare woorden: "Het bot van uw knie is gesplinterd."

3

Het was tijd voor Adant Infiltratie of Hyaluronzuur Infiltratie. Dat is een soort injectie met gel. Het zorgt ervoor dat je kraakbeen kan herstellen en een knieprothese even van de baan geduwd kan worden.

Het was geen pretje om met de injectienaald geconfronteerd te worden. Ik wist dat dit een moeilijk moment ging worden en dat ik op mijn tanden zou moeten bijten.

De specialist stak de naald zachtjes naar binnen richting het bot van mijn knie. Zonder schaamte maakte ik een enorme schreeuw van de pijn. Onmogelijk om die kreet binnen te houden.

Na een tweetal weken was de pijn nog steeds aanwezig. Ik wist dat ik opnieuw op die tafel zou moeten liggen met mijn handen vastgeklemd aan het onderzoeksbedje en waarschijnlijk terug zou schreeuwen van de pijn. Het deed echt geen deugd, maar wat moet dat moet.

Helaas was er na de tweede injectie nog steeds geen groen licht, dus besloot de specialist het nog eens voor de derde keer te proberen. Intussen moest ik ook naar de fysiotherapeut om wat

oefeningen uit te voeren. Het was de bedoeling om mijn knie soepel te houden, anders zou het van kwaad naar erger worden. Misschien was er wel een kans dat ik mijn knie opeens niet meer zou kunnen bewegen... Gelukkig waren de oefeningen een ideale oplossing om daar niet aan te denken. Tijdens het bewegen van mijn knie voelde ik het wel kraken en als ik er mijn hand op legde dan leek het alsof er kleine insecten in mijn knie verborgen zaten. Ik kon er af en toe wel om lachen, gelukkig maar.

Intussen mocht ik geen arbeid verrichten van de artsen. Helaas vond mijn baas dat niet zo prettig. Ik snapte de reactie wel, maar op het werk moesten ze mij ook wel begrijpen... Als de specialisten zeggen dat je niet mag werken, dan is daar een belangrijke reden voor.

Op mijn werk dachten ze daar helemaal anders over. Ik was nog maar veertien dagen in ziekteverlof en ik kreeg al een aangetekende zending in mijn brievenbus: ontslag wegens herstructurering. Ik geloofde er niks van, want ondertussen hadden ze al iemand anders in mijn plaats aangenomen. Ik voelde mij er enorm slecht bij en ik begreep ook niet waarom ze me zouden ontslaan. Meteen contacteerde ik hen en ik vroeg hun wat de echte reden van mijn ontslag was. Er

was namelijk een grote vraag naar poetshulp in die sector.

De conclusie was uiteindelijk dat je nooit ziek mag zijn of niks mag mankeren. Ze zeiden wel tegen mijn klanten dat zodra ik hersteld was, ik meteen terug bij hen op post zou staan. Een klant maakte zich zorgen en belde me op. Ze vroeg hoe het met me ging en wanneer ik terug bij haar zou gaan poetsen. Ze maakte het ook enorm duidelijk dat ze me graag had en me mistte. Dat gaf me een positief zelfbeeld, maar langs de andere kant wist ik ook dat ik meteen de waarheid moest vertellen aan de telefoon; ik kwam niet meer terug. De vrouw aan de andere kant van de telefoon geloofde het eerst niet, maar na een lang gesprek heeft ze me wel goed ondersteund en hebben we heel wat kunnen praten met elkaar. Na al die jaren heb ik nog steeds contact met haar, maar ook met andere klanten. De vriendschap tussen mijn klanten van toen zal blijven bestaan!

4

Het was tijd voor mijn laatste inspuiting bij de orthopedist. Mijn benen waren aan het trillen van de zenuwen terwijl ik in de wachtzaal aan het wachten was. De pijn was ik ondertussen al gewend en ik wist ook wat me te wachten stond, maar toch bracht het heel wat zenuwen met zich mee. Gelukkig stonden er heel wat mensen achter mij om me te ondersteunen en bij te staan tijdens moeilijke momenten.

In het ziekenhuis moet je altijd vrij lang wachten, maar deze keer kwam de dokter me snel roepen. Het mocht van mij toch iets langer geduurd hebben.

Na een tijdje verliep alles al wat beter. Ik had de pijn onder controle en ik voelde dat er al heel wat verbetering was. In tussentijd zat ik nooit stil. Zorgen voor het huishouden, afspreken met vrienden, af en toe eens ontspannen ... De pijn was al veel beter, dus rusten was voor mij niet meer van toepassing.

5

Eindelijk was de dag aangebroken: ik mocht gaan solliciteren. Vol moed en enthousiasme vertrok ik. Mijn lichaam was bijna aan het zweven van geluk. Alleen thuis zijn en geen job hebben was niks voor mij.

Halverwege de rit richting het sollicitatiegesprek voelde ik me opeens niet zo goed. Het werd zwart voor mijn ogen en ik zag alles dubbel. Het was belangrijk om me goed te concentreren omdat ik intussen nog steeds met de auto aan het rijden was. Ik vroeg me af wat er aan de hand was en of dit kwam door de stress of het enthousiasme.

De richtingaanwijzers van mijn wagen gingen naar rechts. Ik besloot om heel even langs de kant van de weg te gaan staan. Dat leek me ook het beste want ik wou geen ongeval veroorzaken. Ik wist niet wat me overkwam en heel wat vragen kwamen in me op; zonder antwoorden. Het leek of alles op mij afkwam. Heel wat gevoelens en emoties kwamen naar boven, maar de grootste emotie was angst. Ik zat zo'n vijfenveertig minuten in de auto tot ik uiteindelijk wat beter zicht kreeg. Ik zat met mijn handen in mijn haar. Ik wist helemaal niet wat er

net gebeurd was. Het eerste wat ik deed was bellen naar de firma waar ik zou gaan solliciteren. Ik schaamde me en probeerde nog steeds te begrijpen wat er net gebeurd was. Gelukkig kreeg ik via de telefoon snel de verantwoordelijke te pakken. Ik bood hem eerst mijn excuses aan omdat ik nog niet was aangekomen. Ik vertelde meteen wat me was overkomen en de lichte paniek nam mijn stem over. De man aan de andere kant van de lijn had ook wel door dat het niet goed ging. Hij zei dat ik mij geen zorgen hoefde te maken en terug op gesprek kon komen vanaf het moment dat ik me opnieuw beter zou voelen.”Je gezondheid is belangrijker dan een ongeval veroorzaken”; zei hij.

Hij had gelijk. Zijn reactie was enorm sympathiek en ik bedankte hem. Na het gesprek maakte ik een enorm diepe zucht en besloot ik om mijn man te bellen. Hij moest ook weten wat er gebeurd was. Dat had ik beter in het begin gedaan, maar ik vond die sollicitatie enorm belangrijk. Ik reed meteen terug richting huis. Even neerliggen en rusten was op dat moment het belangrijkste, maar ik wou toch nog even mijn man bellen.

Mijn hoofd ontplofte bijna. Het deed pijn, maar ik dacht dat het een hevige migraine aanval was, daarom ging ik dus ook even rusten in het donker. Het zal wel overgaan, dacht ik.

De pijn bleef aanhouden en werd alleen maar sterker. Ik werd er ziek van en kon er niet meer tegen. De pijnstillers lagen altijd in mijn buurt en eigenlijk nam ik er zelfs veel te veel. Normaal ga ik nooit snel naar de huisarts, maar toen kon ik er niet snel genoeg bij zijn. Hij onderzocht me en stelde voor om een afspraak te maken voor een MRI scan. Gelukkig stond de afspraak al snel ingepland en kon ik na een aantal dagen al naar het ziekenhuis. Wachten op de uitslag was dan weer een ander verhaal. Net omdat ik zo lang moest wachten, dacht ik dat er niks ernstig was. Ik had mezelf al een beetje gerustgesteld en wijsgemaakt dat het gewoon migraine zou zijn.

De pijn was altijd heel verschillend. De ene dag was anders dan de andere. Soms was de pijn zo ernstig dat ik alleen nog maar in mijn bed kon liggen. Op andere dagen stond ik dan weer te fluiten achter het fornuis, toen was de pijn nog dragelijk.

Op een bepaalde dag werd mijn dochter ziek en reed ik samen met haar naar de huisarts. Toen hij mij zag, verontschuldigde hij zich. Ik wist niet waarom, maar uit beleefdheid accepteerde ik het maar. Nadat hij uiteindelijk mijn dochter had onderzocht, vroeg hij hoe ik tot bij hem in zijn praktijk was geraakt en hoe ik me momenteel