

‘Mijn wereld werd op zijn kop gezet’

Verblijf op een intensive care-afdeling kan patiënten én verwanten een naar syndroom bezorgen. Zaterdag is een lotgenotendag in het Catharina Ziekenhuis in Eindhoven.

Arnold Mandemaker
a.mandemaker@ed.nl

Eindhoven/Aalst

Wie op de intensive care-afdeling van een ziekenhuis belandt, loopt kans op mentale en lichamelijke problemen die los staan van de reden voor die opname. Het ‘post-intensive care syndroom’, afgekort Pics, kan een leven van de patiënt én de naaste omgeving volledig overhoop gooien. Het syndroom is nog maar pas bekend.

Zaterdag komen in het Catharina Ziekenhuis tachtig mensen bijeen die Pics hebben opgelopen: 42 patiënten die in 2015 op de ic-afdeling hebben gelegen en 38 familieleden. Voor deze groep is gekozen omdat de diagnose Pics vaak pas na twee jaar gesteld kan worden. De deelnemers gaan onderling in gesprek en brengen een bezoek aan de ic-afdeling, met als doel de ervaringen beter te kunnen verwerken.

Een van de sprekers is Jan van de Rijt uit Aalst (nu 62), die in 2015 drie maanden in coma lag op de



Ze zeiden: ‘Focus je nu op fysiek herstel, laat de emoties maar even buiten’

—Jan van de Rijt



▲ Jan van de Rijt op bezoek bij zijn behandelaar Marc Buise in het Cathrien. FOTO JURRIAN BALKE/FOTOMEULENHOF

intensive care. Hij lag drie maal op het randje van de dood, maar overleefde. Dat maakt hem ervaringsdeskundige bij uitstek.

Van de Rijt had last van hartritmestoornissen. In maart 2015 raakte hij in coma. Toen hij drie maanden later ontwaakte, hoorde hij dat zijn moeder in die periode was overleden en begraven. Fysiek was hij er slecht aan toe: hij kon niet eens meer lopen. Drie maanden verbleef hij in revalidatiecentrum Blixembosch in Eindhoven. „Daar zeiden ze: focus je nu op fysiek herstel, laat de emoties maar even buiten.”

Anesthesioloog-intensivist Marc Buise, die Van de Rijt behandelde, herkent dat. „Je hoort vaak dat mensen pas na een jaar psychisch vastlopen, want ze zijn eerst vooral bezig met fysiek herstel.” Buise omschrijft het verblijf op een ic als ‘een knikmoment’ in het leven.

Eenmaal thuis moest Van de Rijt, op dat moment alleenstaand, een hoop zaken regelen. Hij werd afgekeurd, verloor zijn baan en kreeg te maken met instanties als het UWV. „Er komt zoveel op je af. Mijn wereld werd op de kop gezet. Ik was gewend zelf de regie over

mijn leven te nemen, maar nu moest ik dat uit handen geven.”

Hij merkte dat hij niet alleen fysiek blijvende schade had opgelopen, zoals tintelende benen. Maar ook mentaal was hij niet meer dezelfde man. „Dat ik driemaal bijna ben gestorven greep mij aan. Dat had grote impact. Je beseft dat het leven erg kwetsbaar is, dat het zo afgelopen kan zijn.”

Tijdens een controlebezoek in het hartcentrum viel het kwartje. „Ik vertelde dat ik niet goed in m’n vel stak. Ze stuurden mij naar de intensive care-afdeling. Daar sprak ik met een verpleger. Die vertelde

Twintig procent krijgt Pics

EINDHOVEN In Nederland belanden jaarlijks tachtigduizend mensen op de intensive care. Twintig procent van hen krijgt last van Pics.

In Zuidoost-Brabant gaat het jaarlijks om zesduizend ic-opnamen. Volgens anesthesioloog-intensivist Marc Buise kunnen ook familieleden die een dierbare in een ic-bed hebben zien liggen, Pics oplopen.

„Soms zijn naasten er zelfs erger aan toe. Naasten hebben een andere ervaring dan de patiënten. Dat kan soms tot spanningen leiden.” Veel patiënten krijgen een delier tijdens het ic-verblijf. Waanvoorstellingen kunnen daarna nog lang aanhouden.

mij over Pics. Daar wist ik nog niets van.” Thuisgekomen zocht hij op internet en ontdekte dat hij aan alle criteria van het syndroom voldeed.

Van de Rijt kreeg zijn leven weer langzaam op de rails, vertelt hij in de ic-kamer waar hij bijna het leven liet. „Er waren bijvoorbeeld foto’s gemaakt van mij op de intensive care, maar het duurde lang voordat ik die durfde te bekijken.” Hij kreeg ook een nieuwe relatie en dat helpt hem bij het herstel. „Mijn vriendin komt zaterdag mee naar de lotgenotenbijeenkomst.”