



WILLIAM SEISING ▲

**‘Je hebt in Beatrixoord een heel team om je heen.’ Wie wil weten wat er in het Centrum voor Revalidatie aan therapiemogelijkheden zijn, kan het best terecht bij William Seising. Hij verbleef er van 25 juni tot 15 oktober 2012. In die drie maanden deed hij onder andere mee aan tafeltennis, ergotherapie, fysiotherapie, rolstoelbasketbal, schilderles, cardiofitness, beeldhouwen, jeu de boules, zwemmen, fotograferen en het koor. ‘Er waren dingen bij die ik normaal gesproken nooit zou doen. Maar je moet het toch proberen.’**

## JE MOET ALLES PROBEREN



JEAN WARTENA

### ACTIVITEITENTHERAPEUT

Ik ondersteun patiënten bij het vinden van zinvolle dagbesteding voor in de thuissituatie. Dat kan van alles zijn, bijvoorbeeld iets creatiefs, computervaardigheden of vrijwilligerswerk. Stap voor stap maakt de patiënt zich, ondanks de beperkingen, een activiteit eigen. Zo'n activiteit brengt structuur aan in de dag. Als het wenselijk is, zoek ik voor de patiënt dagbesteding buitenshuis, bijvoorbeeld bij een activiteitscentrum in zijn woonomgeving.

In de vroege zomer van 2011 had William Seising wat buikklachten. De dokter vertrouwde het niet helemaal en stuurde hem door naar het ziekenhuis voor onderzoek. Daar dacht men in eerste instantie dat hij een blindedarmonsteking had. Voor het onderzoek waren er foto's gemaakt. Daaruit bleek dat hij ook vocht achter de longen had. En even later bleek hij een buikvliesontsteking te hebben. Van het een kwam het ander. Hij is drie keer tien dagen opgenomen geweest voor onderzoek. Dat heeft in elk geval opgeleverd dat duidelijk is dat hij een chronische longvliesontsteking heeft. Die ontsteking heeft een enorme impact op zijn dagelijks leven: 'Zonder medicatie red ik het niet. Maar het is momenteel permanent zoeken naar de juiste balans in die medicatie. Ik moet naar het punt dat de medicatie werkt zonder dat ik al te veel last heb van bijverschijnselen. Dat zijn in mijn geval reuma-achtige klachten zoals rugpijn, kortademigheid en vermoeidheid. En vervolgens proberen we een andere kuur.' Tot overmaat van ramp bleek dat ik ook nog eens last kreeg van een auto-immuunziekte die in Nederland nauwelijks voorkomt. Er zijn hier zo'n 70 gevallen bekend. Tijdens het interview

schenkt Seising koffie. Hijzelf mag nog niets. Pas om 12.00 uur, als de volgende pil genomen is. Dagelijks slikt hij er zo'n vijftien.

### WERKEN AAN DE CONDITIE

In het UMCG konden de specialisten na verloop van tijd niet meer zoveel voor hem doen. Zijn longarts adviseerde hem om een tijd aan zijn conditie te werken in het UMCG Centrum voor Revalidatie, locatie Beatrixoord. 'Ze konden me daar niet beter maken maar ze hebben me wel geleerd om anders tegen mijn ziekte aan te kijken en er beter mee om te gaan. Het was de maanden daarvoor zo'n frustrerende tijd. Dankzij Beatrixoord kan ik dat nu allemaal naast me neer leggen en me richten op beter worden.' Het Centrum voor Revalidatie beschikt over een uitgebreid assortiment van professionals, therapieën en faciliteiten. Om een goed behandelplan op te kunnen stellen, verbleef William Seising er een kleine week voor onderzoek. 'Dat was behoorlijk intensief en verwarrend. Er kwam zoveel op me af. Ik ging van hot naar her. Maar na een maand kreeg ik een oproep en kon ik aan de slag.'

Hij kijkt met voldoening en bewondering terug. 'Iedereen staat voor je klaar. Iedereen is honderd procent gemotiveerd. Je hebt in het Centrum voor Revalidatie een heel team om je heen. Seising laat een kaart zien die in zijn map zit. Erboven staat in koeienletters: 'een succesverhaal' en eronder de namen van zo'n 20 mensen die aan zijn revalidatie in Beatrixoord hebben bijgedragen. Ze noemden mij een succesverhaal. Dat heb ik ook zo gevoeld.'

## JEU DE BOULES EN ROLSTOELBASKETBAL

Een belangrijk onderdeel van de behandeling was 'sport en bewegen'. 'Voor ik ziek werd, deed ik veel aan sport. Ik fietste veel en deed op de sportschool aan spinning. Maar ik kon niets meer. We gingen daarom aan de slag met zwemmen, cardiofitness en sport en spel in de groep. Die groep bestond uit longpatiënten. Dat zijn vaak wat oudere patiënten. Zij deden sporten en spellen die ik normaal gesproken nooit zou doen. Jeu de boules bijvoorbeeld.' Later waagde de groep zich ook aan rolstoelbasketbal. William Seising: 'Geweldig.' Sport was belangrijk. Er was meer: 'Ook de groeps-gesprekken waren voor mij erg belangrijk. In een groep van zo'n vijf personen bespraken we alles wat maar aan de orde kwam. Ik was niet zo'n prater. Zeker niet over persoonlijke dingen. Maar die gesprekken waren heel waardevol. Je hebt mensen om je heen die in hetzelfde schuitje zitten. De groep waarin ik terecht kwam, bestond vooral uit mensen die in het laatste stadium van de revalidatie zaten. Zij gaven mij het gevoel: 'Yes, het kan!' Ik heb daardoor later ook zelf mensen kunnen helpen.' Andere therapieën die hem verder hielpen waren de gesprekken met de psycholoog en de diëtiste en de ergotherapie.

## SCHILDEREN WAS RAAK

De beeldende therapie was voor William Seising ook waardevol. 'Ik had besloten om overal aan mee te doen, dus ik ging ook naar de beeldende therapie. Ik verwachtte er niets van. Maar we hadden gelijk een klik. Loretta, de therapeut, liet me een schilderij zien van een man op een lange weg die richting de horizon liep. Ze zei: "die man ben jij". En inderdaad. Ik herkende mezelf in die man op die weg. Ik was al anderhalf jaar op zoek. Wat mankeer ik toch? Ik heb bij beeldende therapie van alles geprobeerd: fotograferen, een koortje. Schilderen. En dat was raak.' Terwijl hij vertelt wordt hij weer enthousiast. 'Eerst praatten we alleen maar. Maar daarna leerde de therapeut me een streep zetten met de kwast of hoe je een cirkel maakt. De techniek, heel simpel.' En misschien wel de belangrijkste les: 'Bij schilderen doe je het niet snel fout, en als het dan toch niet goed is kun je erover heen schilderen. Een kwast erover en het is weg.' Seising laat een prachtig kleurrijk schilderij zien van een wijnfles. Op het etiket staat: Beatrixoord 2012 en daaronder: 25-6/15-10. Hij maakte het tijdens de therapie.

Beatrixoord was dus belangrijk. 'Maar mijn vrouw Anita en mijn zoon Dexter waren mijn grootste steun en toeverlaat tijdens de revalidatie. Dit alles heeft op hen ook een hele impact.' Nu is hij weer hele dagen thuis. Dat zijn lange dagen. Hij mist de structuur die het Centrum voor Revalidatie hem gaf. 'Je doet eerst drie maanden heel intensief therapie. Maar eenmaal thuis viel ik in een zwart gat.' William Seising werkte bijna zijn hele leven in de horeca. Maar werken zit er voorlopig nog niet in. Dat spijt hem: 'Maar ik krijg nog geen groen licht. En dus schilder ik, kijk ik films en wandel ik veel. Verder mountainbike ik, met mijn schoonvader en schoonzus. Dat gaat heel redelijk. Ze moeten gewoon een beetje rekening met me houden. En als ze ver voor liggen denk ik: ik zie ze straks wel weer.'

Het is 12.00 uur. 'Nog koffie?' En dan schenkt hij zichzelf ook een kopje in. Genieten. ■



### THIJS STRIKWERDA VERPLEEGKUNDIG SPECIALIST

Ik werk op de afdeling Longrevalidatie en heb een tweeënhalve jaar durende deeltijdopleiding aan de hogeschool gedaan voor verpleegkundig specialist. In die functie heb ik me helemaal toegelegd op de longrevalidatie. Ik neem verschillende taken van de arts over. Ik houd bijvoorbeeld in overleg met de arts spreekuur en voer behandelingen uit. Als patiënten of hun naasten vragen hebben over hun aandoening of het behandeltraject, geef ik hen uitleg.



### HILDE LANDSTRA ARBEIDSCONSULENT

'Ik wil graag terug naar mijn werk of in ieder geval aan het werk blijven als dat kan'. Dit is een veelgehoorde vraag van mensen die bij mij komen voor advies en ondersteuning. Ik onderzoek dan samen met de patiënt en in nauwe samenwerking met bijvoorbeeld de psycholoog en de fysiotherapeut wat de mogelijkheden zijn voor terugkeer naar werk. Soms is dit ook vrijwilligerswerk. Wij nemen testen af die duidelijk maken waar de interesses van de patiënten liggen en wat ze nog kunnen.