

Mirjam Wardenaar was de wanhoop nabij

Juiste en snelle behandeling door samenwerking Heliomare en RKZ

Veertig jaar pijn, dat doet wat met een mens. “Het breekt je”, vertelt Mirjam Wardenaar die kampt met reuma en ‘heel veel pech’. “Je vertrouwt je eigen lichaam niet meer, want het laat je toch altijd weer in de steek. Intussen ontzie je je lijf, en dat brengt nog meer ellende met zich mee. En dan heb je ook nog het idee dat niemand je gelooft...”

Voilà, alle ingrediënten voor een zwaar bestaan in een notendop. Maar op het moment dat Mirjam het écht niet meer zag zitten, maakte ze kennis met het behandelprogramma voor chronische pijn van Heliomare Wijk aan Zee. Het werd haar aangereikt door de revalidatiearts Jelsma, door Heliomare gedetacheerd in het Rode Kruis Ziekenhuis. Vier maanden later is de kwaliteit van haar leven volgens Mirjam meer dan verdubbeld.

VERLOREN MOED

Ze valt op vijftienjarige leeftijd op haar elleboog en houdt drie jaar pijn. Daarna pas blijkt dat Mirjam Wardenaar geen aanstellerige puber is, maar reuma heeft. De pijn komt op en zakt af, en dat continu. “Dat is te verdragen, dat went”, zegt de inmiddels 56-jarige Mirjam. “Totdat er een nieuwe pijnstreek blijkt, dan verlies je alle moed...”

Dankzij het Heliomare-team beschik ik over de tools om weer op mijn lichaam te vertrouwen.

De druppel is de pijn in haar voet waarvoor een beenmergtransplantatie vanuit haar heup soelaas moet bieden. Het is het begin van anderhalf jaar ellende met ontstekingen, een zoekgeraakte botsplinter en een flinke heupwond die maar niet wil genezen. “Na vele operaties stond ik thuis voor de taak m’n conditie weer op te bouwen. Ik was niks waard, lag vaak doodmoe op bed, nam door de pijn een verkeerde houding aan, waardoor ik rugklachten kreeg, kortom, opknappen ho maar. Echt, ik zag er geen gat meer in.”

Mirjam zoekt opnieuw hulp bij het RKZ die haar aan revalidatiearts Jelsma koppelt. Vanaf die tijd gaat het snel. “Doordat dokter Jelsma aan Heliomare is verbonden weet zij exact wat dit revalidatiecentrum te bieden heeft. En dat is véél! Bovendien doen de specialisten hun werk met bijzonder veel liefde. Ik ben zo blij dat ik direct werd doorverwezen. Het programma is absoluut niet makkelijk en vraagt om veel doorzettingsvermogen, maar dankzij het Heliomareteam beschik ik over de tools om weer op mijn lichaam te vertrouwen. Gaf ik mijn kwaliteit van leven voorheen een drie, nu is dat toch echt een zeventje. Mijn doel was om met mijn kleinkinderen op de grond te kunnen spelen, iets wat ik met m’n eigen kinderen niet kon. Dat is gelukt! Ik heb zelfs weer een hobby opgepakt!”

Met mijn kleinkinderen op de grond te kunnen spelen ...

