



Diederiks hartrevalidatie

Diederik is aan het werk als kinderarts als hij op 1 december 2021 wordt getroffen door een hartstilstand. Na 3 weken IC en 5 weken op de afdeling in het ziekenhuis kwam het voorstel om te revalideren bij Reade.

“Daar zag ik enorm tegenop. Hoelang gaat dat wel niet duren? Aan de andere kant kon ik heel weinig. Ik wist van tevoren dat ik niet de oude zou worden, maar wat was er nog wel terug te winnen? Mijn hartstilstand had een enorme impact. Fysiek, mijn emoties, mijn zelfvertrouwen, mijn verdriet. Ik had het overleefd, maar dit mocht niet het einde zijn van alle dingen die ik wil doen.

Je hebt alleen spijt van de dingen die je niet hebt gedaan. Dus begon ik met de klinische revalidatie bij Reade. Het begrip en de hulpvaardigheid waren enorm. Zo heb ik bijvoorbeeld geleerd dat herstel en rustmomenten ook onderdeel zijn van je revalidatie. Soms was daar een standje voor nodig als ik buiten adem bovenaan de trap stond, omdat ik dacht dat ik nog wel mijn oude tempo kon aanhouden. Rust nemen is geen stap achteruit, zo kom je juist verder. Bij fysiotherapie hebben ze me over zoveel drempels heen geholpen. Doe maar, je kan het wel. Ga maar zwemmen, ga dat rondje in het vondelpark lopen. Dat gaf mij vertrouwen in mezelf. Bij maatschappelijk werk kon ik mijn trieste gevoelens uiten en kreeg ik het gevoel dat dat helemaal niet raar is.

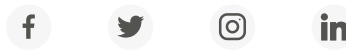
Mijn eindcijfer voor de revalidatie is een 9 of 10. Je moet wel een wil hebben, daar begint het. Ik wilde knokken voor mijn vrouw en kinderen. Maar het omzetten van wilskracht in goede dingen die je helpen, dat kan je niet alleen. Als ik terugkijk heb ik er meer uitgehaald dan ik van tevoren dacht dat er nog in zat. Ik werd uit het leven gerukt. De revalidatie heeft de deur weer geopend naar een vrij normaal leven. Ik werk nu 3,5 dag en thuis sta ik weer achter de grasmaaier. Ik doe er een half uur over

in plaats van een kwartier, maar ik sta wel weer in de maatschappij in plaats van
ernaast.

Ik ben Reade ongelooflijk dankbaar. Als je voor de keus staat om met een
revalidatietraject te beginnen zeg ik zeker doen! Je kan zelf niet goed inschatten wat
er allemaal nog in zit. Als je mensen hebt die je helpen, is dat heel fijn.”

Afbeelding © Het Parool

> Lees meer over hartrevalidatie



Heb je een vraag over Reade? Onze klantenservice helpt je verder.

T (020) - 242 10 00 | klantenservice@reade.nl