



Gerda's reumarevalidatie

Vanaf 2013 kreeg Gerda veel narigheid te verwerken. Het begon met de diagnose spierreuma. Daarna ontdekten de artsen borstkanker. Ze reageerde niet goed op de chemo en vanaf dat moment kon ze steeds moeilijker lopen. Polyneuropathie (het niet goed functioneren van zenuwen) stak de kop op en dit belemmerde haar bewegingen in haar benen. Uiteindelijk kwam ze weer terug bij de reumatoloog, die haar reumarevalidatie adviseerde.

“Het lopen ging steeds minder. Ik had wel fysiotherapie, maar omdat ik ook een rug heb die niet normaal is, hielp het niet voor het lopen. Toen werd besloten dat ik eigenlijk revalidatie nodig had en begon het aanmeldproces bij Reade. Ik kreeg de indruk dat ze met name wilden weten of ik gemotiveerd genoeg was om het aan te gaan en vol te houden.

Ik wilde dat het lopen niet verder achteruit zou gaan. Dat was mijn focus. Als je de eerste keer met een stok moet lopen is dat heel frustrerend. En als je dan te horen krijgt: “Mevrouw, stap gewoon in een scootmobiel en ga leuke dingen doen!” Dan komt dat hard aan kan ik je vertellen.

Het eerste wat ik geweldig vond toen ik hier kwam voor reumarevalidatie is dat ik gehoord werd. Mijn behandelaren gingen er juist op in en ontdekten wat er nog meer zat om erop in te kunnen spelen. De oefeningen die ik heb gekregen doe ik nog steeds trouw elke dag. Ik dacht voorheen altijd hoe meer je doet, hoe beter het gaat. Ik heb hier geleerd dat ik juist niet te ver moet gaan en te veel moet doen. Daarnaast hebben ze mij een andere rollator aangeraden, waarmee ik weer zelf de stoep op en af kan. Hij is ook licht genoeg om zelf in de auto te tillen, daar ben ik heel blij mee.

Als je binnenkomt krijg je een meting en na het traject krijg je weer een meting. Bij mij was duidelijk verbetering te zien in mijn lopen. Ook mijn vingers kunnen weer verder buigen. Dat geeft de burger moed om door te gaan. Ik ga zo hard oefenen dat ik misschien nog een keer los kan lopen, daar streef ik naar. Maar ik rij ook nog auto en fiets nog, dus kom op! Je wil toch op een leuke manier oud worden. Al zouden sommigen zeggen dat ik dat al ben, haha.

Wie niet waagt wie niet wint. Ik zou iedereen aanraden om alles aan te pakken wat je kan als je in een soortgelijke situatie zit. Je wordt gehoord. Er wordt wat aan gedaan. Je zit niet te kniezen op de bank. Als je het niet probeert, weet je zeker dat er niks lukt. Ik geniet in ieder geval van alles wat ik nog wél kan.”

➤ **Lees meer over reumarevalidatie**



Heb je een vraag over Reade? Onze afdeling Service & Planning helpt je verder.

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