

Ervaringsverhaal van Viroen

Dit is het ervaringsverhaal van jonge mantelzorger Viroen. Hij is 25 jaar en heeft zijn bachelor Bedrijfskunde op zak. Hij zorgt voor zijn moeder Sardha (56) die meerdere beroertes heeft gehad en een nierziekte heeft.

“Als ik geen hulp had gekregen, was ik er aan onderdoor gegaan”

In het begin had ik niets met het begrip ‘mantelzorger’. Een mantel klinkt knus en gezellig, maar dat dekt de lading niet. Er zou een woord moeten komen dat duidelijk maakt wat je precies doet als je intensief voor iemand in je familie zorgt.

Ik was 16 jaar toen mijn moeder na vier herseninfarcten in één maand op het randje tussen leven en dood zweefde. Gelukkig overleefde ze het, maar ze moest wel helemaal opnieuw beginnen. Na een intensieve periode van logopedie en fysiotherapie ging het stapje voor stapje beter met haar. Ze kon haar arm weer gebruiken en langzaam ook weer praten. Lopen lukte niet meer, dus ze kwam in een rolstoel terecht.

Na een jaar revalideren kregen we de sleutel van ons nieuwe huis: een aangepaste rolstoelwoning in Amsterdam-Zuidoost. Vanaf dat moment kwam ik in een permanente regelstand, omdat ik de zorg moest combineren met mijn studie Bedrijfskunde. Mijn vader had namelijk net een nieuwe baan. Bovendien ben ik de regelaar van ons tweeën. Dat is prima, we doen alles in overleg. In de ochtend haalde ik mijn moeder uit bed, hielp haar naar het toilet en met wassen en tandenpoetsen. Daarna maakte ik ontbijt. Om kwart over acht moest ik de deur uit om naar school te gaan en nam de thuiszorg het over. Vaak maakte ik me druk of ze wel op tijd zouden zijn, want dan zou ik te laat komen.

In de zomer die volgde moest mijn moeder drie keer per week naar het AMC voor een dialysebehandeling. Ik regelde een bijbaantje in de AH to go in het ziekenhuis, waarmee ik de tijd opvulde tussen het brengen en weer ophalen van mijn moeder. Dat ging een half jaar goed. Daarna ging het bergafwaarts met mijn studie. Gelukkig kon ik dit met de decaan bespreken. Samen hebben we naar oplossingen gezocht. Zo mocht ik van de examencommissie op basis van een ‘bijzondere reden’ toch over naar het volgende jaar. Als ik die hulp niet had gekregen, was ik er misschien wel aan onderdoor gegaan.

De moeilijkste periode moest toen nog komen. Toen ik bezig was met afstuderen, bleek dat mijn moeder niet meer thuis kon wonen en naar een verpleeghuis moest. Ik legde mezelf van alles op: ik moest afstuderen, sporten, gezond leven en bovenal: er voor mijn moeder zijn. Op een gegeven moment was dit te veel. Ik ging met hoofdpijn naar bed en stond met hoofdpijn weer op. Bij mijn vrienden kon ik mijn ei niet kwijt. Gaandeweg kwam ik erachter dat ze niet altijd dezelfde interesse in mij hadden als ik in hen.

Dat was het moment dat ik naar de huisarts ging om hulp te vragen. Uiteindelijk heb ik met hulp van een psycholoog een balans weten te vinden tussen de zorg voor mijn moeder en mijn eigen leven. Gelukkig kan ik hierover met mijn moeder praten, qua *mind* is er met haar niets aan de hand.

Ze voelt zich wel schuldig. Ze zegt bijvoorbeeld: Doordat jij voor me zorgt, ben je depressief geworden. Dat is niet zo, ik had alleen iemand nodig die me sturing gaf. Ik ben blij dat ik om hulp heb gevraagd. Soms denk ik nog wel eens aan hoe het vroeger was. Op zondagochtend bakte mijn moeder altijd broodjes. Als ik wakker werd kon ik zo aanschuiven. Dat mis ik echt, maar je kan de tijd niet terugdraaien.