

## **Donderdag 25 maart**

Vannacht was het een komen en gaan van mensen op mijn kamer, waarvan ik me afvraag of ze er echt waren. Sommige verpleegkundigen liepen alleen een rondje en gingen dan weer weg. Anderen bleven een tijd in een hoek staan en verdwenen dan spontaan. Een paar keer is er slijm uit mijn longen gezogen en mijn katheter zat verstopt. Die is vervangen voor een nieuwe. Ik wist nu wat er ging gebeuren, dus heel vervelend was het niet. Inmiddels schaam ik me nergens meer voor. Op de IC word je gewassen op bed en ze zijn het gewend.

Ik ben wel heel vroeg wakker, maar de televisie brengt uitkomst. Kijken naar het beeld en mij concentreren gaat al beter dan gisteren. Ik merk vooruitgang en ik ben niet de enige.

In de ochtend gaat het zo goed dat ze besluiten de beademingsbuis te verwijderen. Het kan wel even vervelend zijn, maar dat heb ik er graag voor over. Eindelijk weer kunnen praten. Dat valt tegen. Het verwijderen is minder prettig dan ik verwacht had. Als de buis uit mijn keel is, krijg ik een hoestbui. Er komen allemaal smerige stukjes, ja wat is het eigenlijk, mee. Opgedroogd slijm? Stukjes van die buis? Waarschijnlijk wordt de tube tijdens het inbrengen ingesmeerd met een middel zodat het beter glijdt. Het smaakt in ieder geval heel smerig.

Ik probeer te praten, maar er komt geen geluid uit. De verpleegkundige ziet het. 'Uw stembanden zijn uitgerekt. Het kan even duren voor u weer kunt praten.'

Jammer, dat valt tegen. Moet ik nog steeds alles aanwijzen wat ik wil hebben.

Dan komt er een grote verrassing. Omdat de buis verwijderd is mag ik een waterijsje. Ik heb nog nooit zo'n lekker ijsje gekregen. Niet dat het iets bijzonders was, gewoon zo'n ijsje in het plastic met een smaakje eraan, maar dan nog ... Ik zuig het vocht op of ik weken in de woestijn heb gebivakkeerd. Het gaat nog best lastig. Omdat de beademingsbuis nu verwijderd is en mijn longen nog niet voldoende hersteld zijn heb ik een slangetje in mijn neus voor extra zuurstof. Ik duw hem voorzichtig iets opzij en merk dat er nog een slang zit. Dat is de sonde. Het is de eerste keer dat ik merk dat ik die heb. Dat wist ik helemaal niet.

Als het ijsje op is, krijg ik een bekertje met een klein beetje water. Voorzichtig neem ik een paar kleine slokjes. Heerlijk. In de loop van de ochtend word ik heel onrustig. Dat is het nadeel nu ik wakker ben. Zal het wel goed gaan zonder die beademingsbuis? Wat moet ik de hele dag doen. Gisteren was lastig om door te komen. Vandaag kan het alleen maar erger worden.

Als de verpleegkundige komt zeg ik haar dat ik zo onrustig ben. Zonder dat ik het doorheb kan ik weer praten. Ik klink nog hees, maar ik kan me verstaanbaar maken.

Ze overlegt met de arts en ik krijg oxazepam (\*). De medicijnen worden opgelost in water en in het infuus gespoten. Het helpt iets, maar echt op me gemak voel ik met niet.

Ik lig niet lekker. Omdat ik zo veel op mijn rug heb gelegen doet het een beetje zeer. Niet dat ik doorligplekken heb, maar ik ben dat in bed liggen zo zat.

De verpleging draait me op mijn rechterzij. Dat is nog een heel gedoe, maar ik kan nu gelukkig meehelpen. Het meest angstig vind ik al die slangetjes en draden waar ik aan vast

zit. Ik ben bang dat door het bewegen iets los wordt getrokken.

Als ik op mijn zij lig, worden er drie kussens achter mijn rug gelegd ter ondersteuning. Ik val in slaap. Misschien komt het door de medicatie, maar dat boeit me niet. Er is weer een stukje van de dag voorbij.

Nu ik weer kan praten, neem ik mijn kans waar. Ik praat honderduit over mijn gezin, wat voor werk mijn vrouw en kinderen doen. Dat mijn dochter nog drie maanden stage moet lopen in het ziekenhuis en dan afgestudeerd is als verpleegkundige.

‘Ze kan hier wel solliciteren. We kunnen heel wat mensen gebruiken.’

Dat heb ik mooi geregeld vanuit mijn bed. Als ik vertel dat ik boeken en verhalen schrijf, willen ze er alles over weten. Wat voor boeken ik schrijf, hoe dat gaat, bij welke uitgever ik zit. Binnen de kortste keren weet de hele afdeling dat ze een schrijver uit Bodegraven op de IC hebben en ik beantwoord vol enthousiasme al hun vragen.

’s Middags krijg ik weer een ijsje. Hij smaakt net zo lekker als de eerste keer. De middag breng ik door met televisie kijken. Ik merk dat ik rustiger ben dan de dag ervoor en dat merkt de verpleging ook. Ze besluiten om standaard drie keer per dag twee oxazepam te geven.

’s Avonds komt mijn broertje op bezoek en hij heeft nog iemand meegebracht. Een jongen. Hij komt me vaag bekend voor, maar ik kan niet thuisbrengen wie het is. Heb ik hem wel eens bij hem thuis gezien? Is het een collega van hem? Ineens zie ik het. Het is mijn jongste zoon. Hoe dom kan je zijn, maar zoals ik al zei ziet iedereen er in die beschermde kleding hetzelfde uit en hij is naar de kapper geweest.

Ze zijn heel verrast dat de buis uit mijn mond is en dat ik kan praten. We kletsen wat af, maar ik merk wel dat het

vermoeiend is. Dat geeft niet, wie weet slaap ik daardoor lekker.

's Avonds komt de verpleging langs met goed nieuws en wat lekkers. Weer een waterijsje. Ik herstel zo snel dat ze er zelf versteld van staan. Als het in dit tempo doorgaat, mag ik morgen van de IC af. Naar welke afdeling ik ga, weten ze nog niet. Het kan de longafdeling zijn, maar ook de Covid afdeling. Dat ligt eraan of ik morgen nog positief test. Welke afdeling het ook is maakt me niet zoveel uit. Het betekent dat ik bevrijd word van al die slangetjes.

De sondevoeding wordt gestopt. De neus-maagsonde laten ze voor alle zekerheid nog wel zitten. Het grote infuus in mijn hals wordt verwijderd. Dat is alvast één slang minder.

's Avonds kijk ik televisie en ik probeer te slapen. Dat lukt niet. Telkens word ik wakker. Ik wil de wijzers van de klok graag vooruit draaien. Als vlak voor de wissel van de nachtdienst iemand van de verpleging langskomt, geef ik aan dat ik niet kan slapen. Ze overlegt met de arts en ik krijg 1mg lorazepam (\*). Het helpt iets. Niet dat ik aan één ruk doorslaap, maar de periodes dat ik onder zeil ben worden langer. Ik vraag ook om een waterijsje, maar die blijken op te zijn. Er zijn net nieuwe in de vriezer gegaan en die zijn morgenochtend pas goed. Jammer. Ik had er nog wel eentje gelust.

### **Lorazepam**

Lorazepam is een rustgevend middel. Het wordt voorgeschreven bij slapeloosheid, een paniekstoornis, angst, onrust of om rustiger te worden voor een operatie. Bij langdurig gebruik kan het verslavend zijn. Het middel heeft grote invloed op het reactievermogen.

## **Oxazepam**

Oxazepam is een rustgevend middel. Het vermindert spanning, neemt angstige gevoelens weg en ontspant de spieren. Bij langdurig gebruik kan het verslavend zijn. Afbouwen moet altijd in overleg met een arts. Het middel heeft grote invloed op het reactievermogen.