

Vrijdag 26 maart

's Morgens ben ik heel vroeg wakker en kijk weer wat herhalingen van het journaal. Tja, je moet wat.

Goed nieuws. Na de overdracht van de nachtdienst komt de verpleegkundige. Ze hebben overleg met de arts gehad en er is geen reden meer om me nog langer op de IC te houden. De zuurstofwaardes in het bloed blijven goed constant. De neussonde wordt verwijderd. Een heel raar gevoel. Je voelt hoe er iets door je slokdarm naar boven kruipt, maar voor je het weet heeft het laatste stukje van de sonde je neus verlaten.

Het verwijderen van de sonde heeft nog een voordeel. Nu de voeding niet meer rechtstreeks in mijn maag terecht komt, krijg ik een schaalteje vla. Wow, nog nooit zoiets lekkers geproefd. Heerlijk om iets te kunnen eten. Ik wist niet dat vanillevla zo lekker was.

Rond 11.00 uur zal ik worden overgeplaatst naar de Covid afdeling. De test die 's morgens is afgenomen, is positief.

Voor mijn ontslag op de IC wordt de arteriële lijn verwijderd. De rest van de infusen blijft zitten en ook de katheter. Jammer. Ik ben dat ding liever kwijt dan rijk, maar aan de andere kant is het ook wel heel handig. De plakkers op mijn borst waarmee mijn hartslag en bloeddruk in de gaten worden gehouden mogen er ook af. 'Het kan even zeer doen,' wordt er gemeld. Dat klopt. Samen met de plakkers verdwijnen de nodige borstharen. Maar ik heb mijn humor weer terug. Als de verpleegkundige zich verontschuldigt, zeg ik: 'Ach, sommige mensen betalen honderden euro's voor zo'n behandeling.'

De verhalen vormen zich weer in mijn hoofd. Wat zou ik op dit moment graag mijn laptop hebben. Maar ja, liggend typen is ook niet alles. Het eerste wat ik wil doen als ik weer thuis ben is alles wat ik hier op de IC heb beleefd opschrijven. Er vormen zich al allemaal ideeën in mijn hoofd. Wie weet wat voor mooi boek erin zit en hoeveel mijn verhaal kunnen betekenen voor anderen.

Iets voor 11.00 uur is het tijd voor actie. Het bed waar ik in lig, blijft op de IC. Er wordt een tweede bed binnengereden en dat is nog passen en meten.

De zuurstof slang wordt afgekoppeld en aangesloten op een tijdelijke fles. Daarna volgt het overstappen van het ene naar het andere bed. Nou ja, niet echt overstappen. De bedden worden tegen elkaar gezet en met behulp van de verpleegkundigen schuif ik over van mijn IC-bed naar het nieuwe.

‘Gaan mijn spullen ook mee?’ Ik ben al zo helder om daaraan te denken. Alles wordt in een tas gedaan en bij het voeteneind gezet. Daarna gaan we op weg. Weer met een sneltreinvaart. Best spannend. Je ziet vanuit je bed deuren en muren steeds dichterbij komen en je hoopt maar dat ze op tijd de juiste kant op sturen.

Via de lift gaan we naar de vijfde verdieping. Daar is de Covid afdeling. Onderweg legt de verpleegkundige uit dat het er hier anders aan toe gaat dan op de IC. Om de afdeling op te komen, moet je door een sluis. Het personeel loopt standaard in beschermde kleding rond en de deuren van de kamers staan open. Hierdoor hoeft het verplegend personeel zich niet steeds om te kleden. De bezoeksregeling is wel strenger. Er mag maar één persoon op bezoek komen.

Ik krijg een mooie kamer. Hij is wel een stuk kleiner dan die op de IC, maar acht, wat boeit dat. Ik heb hier een raam en

uitzicht op een deel van het ziekenhuis en een aantal flats. Dat is een hele verbetering.

Wat ik wel een beetje eng vind, is dat ik niet meer standaard aan de saturatiemeter ben aangesloten. Ik ben nergens meer op aangesloten. Wat als er onverhoopt toch iets misgaat? Ze lopen wel constant over de gang en komen regelmatig binnen, maar ik ben er niet gerust op. Ik zeg het tegen de verpleging en die stellen mij gerust. Meerdere keren per dag worden er testen uitgevoerd en als ze op de IC ook maar enigszins hadden getwijfeld, was ik niet overgeplaatst. Het stelt me iets gerust, maar ik houd mijn belletje toch angstvallig dicht bij me.

Tussen de middag mag ik kiezen wat ik wil eten. Wat een luxe. Ik neem appelsap, een croissantje en een vruchtenyoghurt. Eten is lastig in bed omdat je half liggend, half zittend alles naar binnen moet werken. Ik doe er een tijd over, maar het lukt. Het smaakt verrukkelijk.

Wanneer de lunch is afgeruimd, pak ik mijn telefoon. Ik zet hem voor het eerst aan na mijn laatste bericht van zondag en ik weet niet wat me overkomt. Honderden berichten en appjes. Er lijkt geen einde aan te komen. Nu zie ik pas wat mijn melding van zondag allemaal teweeg heeft gebracht. Ik lees er een aantal, maar word al snel moe. Concentreren is nog een ding.

Niet veel later komt de zaalarts langs om kennis te maken. Ze heeft meteen een leuke vraag. Of ik er bezwaar tegen zou hebben als ik word overgeplaatst naar een ander ziekenhuis. Ze legt rustig uit wat er aan de hand is. In Gouda hebben ze plek nodig voor nieuwe patiënten. Er is een landelijk coördinatieteam waar ze constant bijhouden in welke andere ziekenhuizen plaats is. Het zal ook niet direct gebeuren, maar ze wil weten hoe ik er tegenover sta.

Als het in de buurt is, heb ik er niet zo'n moeite mee. Als ik maar niet helemaal naar Groningen of Maastricht hoef.

Dat laatste is niet het geval. Als ik word overgeplaatst zal het naar Zoetermeer, Delft of Den Haag zijn. Nou ja, dan heb ik er niet zo'n moeite mee.

Na de arts komt de fysiotherapeut. Ik mag weer handen wegduwen, knijpen en kracht zetten met mijn voeten. We oefenen ook om op de rand van het bed te gaan zitten. Dat valt nog tegen zeg. Zo'n simpele handeling, maar het kost me heel veel kracht. Als ik eenmaal zit mag ik als oefening mijn benen heen en weer laten bungelen. Dat gaat me dan weer makkelijk af.

Het is maar goed dat we het zitten op de rand van het bed hebben geoefend, want niet veel later kan ik het in de praktijk brengen. Ik moet namelijk naar het toilet en als het even kan niet in de po op bed. Die vernedering ben ik inmiddels spuugzat. Ik wil op de postool. Ook niet alles, maar een hele verbetering.

Omdat ik heb geoefend met op de rand van het bed zitten, vind de verpleging het goed. De postool wordt erbij gehaald en aan de hand van twee verpleegkundigen word ik erop gezet. Dat valt nog tegen. Ik dacht dat ik voldoende spierkracht in mijn benen had, maar ik sta heel wankel. Maar dat maakt me niet uit. Voor mij is het een stap vooruit en een overwinning. Ik ben van die stomme po in bed af.

Er komt iemand langs om te vragen wat ik vanavond wil eten. Weet ik veel? Wat hebben ze allemaal? Ik krijg een kaart met verschillende gerechten. Het klinkt allemaal smakelijk en ik kies voor vis met aardappelpuree, worteltjes en doperwten. En natuurlijk een bakje kwark toe.

De verpleging houdt woord. Op gezette tijden komen ze langs om de bloeddruk en de saturatie te meten. De

hoeveelheid zuurstof wordt teruggeschroefd naar 4 liter. Dat is wel weer even eng.

De middag breng ik door met televisie kijken. Veel meer is er niet te doen. Ik kijk een aflevering van Mega Mindy, nog wat tekenfilms en verder zap ik heen en weer tussen de verschillende zenders. Van het overplaatsen, hoor ik niets meer dus dat zal wel loslopen.

Omdat ik nu op de gewone afdeling lig, worden de medicijnen niet meer via het infuus gegeven. Ik krijg ze in een bekertje met een glas water erbij. Ze zitten nog in de stripjes en worden door de verpleging eruit gedrukt. Dat wil ik ook best zelf doen, maar ze willen graag zien of ik netjes mijn medicijnen neem. Waarom zou ik die niet nemen? Later snap ik het. Omdat de kamerdeuren openstaan hoor je wat er op de andere kamers gebeurt en ik verneem dat niet iedereen zomaar de medicijnen inneemt. Er zijn erbij die tegenstribbelen en ze zelfs verstoppen.

Iedere keer als er iemand binnenkomt, ben ik opgewekt en maak ik een praatje. Binnen de kortste keren sta ik bekend als die vrolijke schrijver. Ze vinden me allemaal zo positief en opgewekt. Tja, zo ben ik nu eenmaal, maar ze schijnen het regelmatig anders mee te maken.

Mijn diner krijg ik maar voor de helft op. Het smaakt heerlijk, daar niet van, maar het is te veel. Niet zo vreemd aangezien dit mijn eerste volledige maaltijd weer is in lange tijd. De week dat ik met hoog koorts thuis was, heb ik ook niet veel gegeten.

's Avonds komt mijn vader op bezoek met weer een stapel kaarten. Ze blijven komen. Ik vertel in geuren en kleuren hoe het op de IC was. Nu ik weer kan praten, maak ik er gebruik van ook. Het gaat me steeds beter af. Waar ik een dag ervoor nog hees klonk, is daar nu weinig meer van te merken. Als ik

veel zinnen achter elkaar zeg, merk ik wel dat ik even bij moet komen. Maar wat wil je.

Zo af en toe word ik emotioneel, maar ook dat hoort erbij. Praten is de beste remedie om alles te verwerken, dat heb ik in al die jaren van therapie en gesprekken voor mijn bipolaire- en persoonlijkheidsstoornis wel gemerkt.

's Avonds kijk ik nog wat televisie, maar eigenlijk zie ik op tegen de nacht. Omdat ik alleen maar lig, ben ik helemaal niet moe. Het blijkt ook nog eens dat een van de gevolgen van Covid-19 is dat je dag- en nachtritme wordt ontregeld. Lekker dan. Gelukkig krijg ik slaapmedicatie, maar de nacht gaat tergend langzaam voorbij.