

Ontstaansgeschiedenis:

Ik zal ongeveer 7 jaar zijn geweest toen ik mijn oma aan mijn moeder hoorde vragen: "Zeg, dat trillen van haar handen, moet je daar niet eens naar laten kijken?" Ik was verbaasd, want dat mijn handen iets trilden, dat merkte ik wel, maar ik had er geen last van en dat het iets was waar iets mee moest begreep ik ook niet zo.



Gelukkig zei mijn moeder: "Ach nee, ze heeft er toch geen last van?" Daar is het verder bij gebleven. Ik had er weinig last van en kon gewoon nauwkeurige creatieve werkjes maken.

In de loop van de jaren is die tremor toegenomen. Vooral op drukke momenten werd het een uitdaging om bijvoorbeeld gebakjes rond te delen, zonder de boel op de grond te gooien. Dat is wel altijd goed gekomen. Nog later, ik was toen 30, werd het een probleem op het werk. Baby's een fruihapje geven en zelf de slabbetjes vol smeren was niet echt een goed voorbeeld. Ook kinderen op schoot nemen lukte niet meer. Tegen die tijd had ik nog meer gezondheidsklachten en liep ik te vechten tegen een burn-out.

Wat is een tremor?

"Als je het warm of koud hebt, dan kun je gaan beven." "Als het trillen zo erg is dat het je dagelijkse leven beïnvloedt, wordt het een Tremor genoemd." (Bron: De hersenstichting) Het komt erg veel voor. Zeker bij oudere mensen is het een veel voorkomend verschijnsel. 7 jaar is dus wel heel jong voor een tremor.

Een tremor kan verschillende oorzaken hebben zoals stress, medicijnen, een onderliggende ziekte of alcohol en drugs. Een van de bekendste aandoeningen met een tremor is de ziekte van Parkinson. Als je zoveel last van een tremor hebt dat het je leven beperkt, zal de neuroloog de aard van de tremor onderzoeken en passende behandeling starten.

Een zichtbare beperking:

Toen ik te ziek was om nog te kunnen werken was de zichtbaarheid van de tremor iets wat me erg geholpen heeft in contact met keuringsartsen. Terwijl ik dat toen het minst beperkend vond. Het gaf de doorslag naar minder werkdruk en uiteindelijk de ziekmelding. Tegenwoordig wordt ik regelmatig aangestaard als ik in het openbaar iets eet of drink. Of in de trein als ik mijn benen niet kan stilhouden.

Schaamte kan voor veel mensen met een tremor een belemmering vormen om sociale activiteiten te ondernemen. Niet meer uit eten gaan of openbare plekken vermijden is een manier om starende blikken te ontlopen.

Ik vind dat zelf niet zo'n groot probleem. Voor mij zijn het vooral praktische handelingen die ik vermijd. Ik draag al jaren geen make-up of nagellak. Terwijl ik dat wel zou doen als ik het goed kon aanbrengen. Ik pas mijn fietstempo aan omdat ik bij schrik erg kan slingeren. Toch ga ik wel door met activiteiten die ik te waardevol vind om op te geven.

Op dit moment:

Omdat ik meer klachten houd dan alleen een tremor, heb ik toch een aantal keer aangedrongen op aanvullend onderzoek. Op 23 mei ben ik, na 7 jaar, opnieuw naar de

neuroloog geweest om het nog eens te laten onderzoeken. Behalve beven heb ik nu ook vaak schokjes en andere motorische problemen. De diagnose: Functionele Neurologische stoornis. Voor de zekerheid wordt er nog een DAT scan gemaakt om de ziekte van Parkinson helemaal uit te sluiten (meer hierover in blog 3)

Vraag: "Heb jij te maken met een zichtbare beperking?" "Hoe ga jij daarmee om?"
Laat gerust een reactie achter.