

"IK BEN CATALIJNE 2.0"

Catalijne Mandersloot (43) kreeg twee jaar geleden de diagnose reumatoïde artritis. "Dat hebben oude mensen en die liggen dan de hele dag op de bank, dacht ik. Ik had geen idee wat reuma was."



Catalijne Mandersloot dacht: "Waar gaat mijn leven heen? Wat kan ik nog?"



De diagnose zette haar leven op z'n kop en Catalijne voelde zich soms eenzaam. "Toen ik de oproep zag voor de nieuwe campagne van Reuma Nederland 'In gesprek over reuma', wist ik het meteen. Dat is iets voor mij."

Diagnose

Als fanatieke sporter gingen bij Catalijne niet meteen alarmbellen af toen ze pijn in haar schouder kreeg. "Ik zal wel iets verrekt hebben, dacht ik." Toen de klachten aanhielden, bezocht ze een fysiotherapeut. Dat hielp niet. Ze kreeg zelfs meer klachten. "Ik kreeg ook last van mijn enkel. De fysiotherapeut raadde aan om naar de huisarts te gaan. Zijn vader heeft reuma en hij dacht het te herkennen. Die gast kletst maar wat, dacht ik."

Maar de huisarts verwees Catalijne direct door naar een specialist. "Het was meteen duidelijk. Ik schrok, maar besepte niet wat het inhield. Ik zocht informatie, maar van wat ik online vond, werd ik niet echt blij."

De pijnstillers die Catalijne kreeg voorgeschreven, hielpen niet. Dat was zowel fysiek als mentaal zwaar. "Toen verloor ik ook nog mijn baan. Ik had een marketingfunctie en was veel op locatie. Het was fysiek werk. Mijn baas dacht het zich niet te kunnen veroorloven om er een zieke bij te hebben. Mijn contract liep af en het werd niet verlengd. Dat geeft je een klap in je gezicht. Waar gaat mijn leven heen? Wat kan ik nog?"

Individueel

Catalijne begon aan een revalidatietraject. "Ik kreeg ergotherapie, fysio; alles kwam voorbij. Ik leerde bijvoorbeeld hoe je moet zitten als je last hebt, dat je rustmomenten moet inbouwen, dat je moet blijven bewegen. Het klinkt allemaal heel simpel, maar het heeft me enorm geholpen. Ik volgde een individueel traject, maar ik had liever met een groep meegedaan. Ik voelde me namelijk erg alleen in het hele proces. Niemand begrijpt je. Mijn vrienden zijn allemaal veertigers met banen en een druk gezinsleven en ik stond alleen. Ik had geen baan meer. Niemand snapte mij."

Kinderen

De ziekte maakte het ook lastig om haar gezin draaiende te houden. "Ik ben moeder van een dertien- en een vijftienjarige. Mijn man heeft een drukke baan, dus ik moest alle ballen in de lucht houden. Twee keer heb ik een breakdown gehad. 'Jongens ik kan niet meer. Jullie moeten mij helpen. Ik lijk gewoon dezelfde, maar vanbinnen heb ik veel pijn en ik kan sommige dingen niet meer.' Het beeld dat mijn kinderen van mij hadden, veranderde door de reuma. Dat is niet makkelijk voor ze. Zelf voel ik ook schaamte. Ik ben een moeder die altijd heel erg actief is geweest. Ik ben er altijd. Nu huil ik soms. En als ze bijvoorbeeld thuiskomen met een vriend of vriendin en ik lig op de bank, dan vind ik dat moeilijk. Dan is mijn trots gekrenkt."

Nieuwe medicijnen

Omdat de pijnstillers niet voldoende effect hadden, begon Catalijne met methotrexaat (MTX). "Eerst gebruikte ik pillen. Daar werd ik zo misselijk van. Het was vreselijk. Maar nu gebruik ik prikpenningen. Het heeft even geduurd, maar het werkt. Mijn leven is niet meer hetzelfde als voordat ik reuma kreeg. Maar het gaat goed. Ik fitness en wandel veel. Ik wil dat mijn lichaam sterk is."

Met haar nieuwe energie wilde Catalijne ook weer aan de slag. "Maar ik wilde niet meer terug in die ratrace. Ik volg nu de opleiding Ervaringsdeskundig Professional in Chronische Ziektes. Ervaringen delen, daar kun je zo van opknappen. Omdat ik dat zelf miste, ben ik deze opleiding gaan volgen. Ik begeleid nu twee mensen met Multiple Sclerose (MS). Die hebben een andere ziekte, maar in het chronische stukje van het ziek zijn zitten veel raakvlakken.

Het levert mij zelf ook iets op. Als ik met deze mensen koffie ga drinken en zij zeggen dat ons gesprek ze heeft geholpen, dan is mijn dag helemaal goed."

In gesprek over reuma

Toen kwam de campagne 'In gesprek over reuma' op Catalijnes pad. "Ik wil dingen waarmee je te maken krijgt als je ziek bent, bespreekbaar maken. Deze campagne sluit daar perfect bij aan. Ik ben te zien in het filmpje over het krijgen van de diagnose. Ik vind het eng en vreemd om mezelf terug te zien. Maar ik ben vooral vereerd dat ik mee mag doen."

Catalijne 2.0

Twee jaar na de diagnose ziet Catalijne ook de positieve kanten van haar nieuwe leven met reuma. "Het is makkelijk praten om te zeggen dat je positief moet zijn, want dat is hartstikke moeilijk. Dat vond ik ook. Maar toch is het een mentaliteit. Dit is het en hier ga ik het mee doen. En ik ga er het beste van maken. Ik vind mijn leven nu eigenlijk leuker en beter ingericht dan daarvoor. Vroeger vond ik het plaatje naar buiten toe belangrijk. Nu zet ik mezelf op nummer 1. Ik ben Catalijne 2.0."

*Wil je meer weten over deze campagne?
Kijk op reuma.nl.*

MARLIES ALLEWIJN

