

REVALIDEREN IS HARD WERKEN

‘Als je op een fijne plek zit dan scheelt dat veel’

Een fijne plek draagt bij aan je herstel, als je niet lekker wakker wordt gaat het met revalideren ook niet goed. Dat zeggen Toos en Manuela, die verblijven in het vernieuwde Centrum voor Revalidatie & Herstel van ZGAO. “De medewerkers steunen me en ik kan altijd bij ze terecht.”

Door **Linda van den Dobbelsteen**

Eerlijk is eerlijk, Manuela (62) had er best even de zenuwen van toen ze hoorde dat ze zou gaan revalideren bij ZGAO. “O jee, een verpleeghuis met een revalidatieafdeling? Maar ik geef alles en iedereen hier een tien plus. Ik zie deze plek nu even als mijn huis. De medewerkers steunen me en ik kan altijd bij ze terecht.”

In oktober 2022 ging Manuela voor een dotterbehandeling naar het OLVG. Er volgden operaties en complicaties en toen ze belandde op de revalidatieafdeling van ZGAO in het OLVG, kon ze niet meer lopen. Net voor oud en nieuw is besloten dat haar linkerbeen geamputeerd moest worden. “Een nieuw jaar, nieuwe kansen, zo dacht ik. Nu ben ik hier om te herstellen en straks met een prothese opnieuw te leren



Manuela en Toos verblijven in het Centrum voor Revalidatie & Herstel, waar ze met hulp van fysiotherapie en veel andere ondersteuning opnieuw leren lopen. Bezoek is in het centrum ook van harte welkom. “Mijn man komt veel, maar ook vriendinnen en mijn zus schuiven vaak aan, en wie wil kan ook gezellig mee-eten.”

lopen. Daarna moet ook mijn andere been geamputeerd.”

Lichamelijk valt het Manuela niet mee, het is zwaar en ze is al vier maanden van huis weg. “Dat ik op deze plek zit en dat het hier heel fijn is maakt het niet per se makkelijk, maar wel draaglijk. Ik heb heel veel steun aan de psychologen en kan het met alle medewerkers goed vin-

den. Ik heb bewondering voor wat ze doen en wie ze zijn.”

Toos (88) doet graag mee aan de bingo op de andere afdeling waar ook de revalidanten aan mee kunnen doen. Dat is fijn, want ze miste het wel, thuis in Noord deed ze bijna elke dag wel iets, klaverjassen bijvoorbeeld. Toos woont nog helemaal zelfstandig. In oktober

kwam ze hier met een gebroken enkel. “Toen heb ik weer leren lopen en alles, ik liep als een kievit naar buiten,” vertelt ze in onvervalst Amsterdams. “Zeven dagen was ik thuis toen ik weer viel; m’n heup gebroken.” “Ik zat eerst nog een paar dagen in De Open Hof, dat was niet de juiste plek om te revalideren. Toen kwam ik hier godzijdank, hier heb ik het reuze naar mijn

zin.” Toos’ revalidatie zit er bijna op, binnenkort mag ze naar huis. “De pijn in m’n heup viel me nog mee.” Lachend: “Ik wou de hele tijd harder kunnen in die rolstoel, daar had ik het zwaar mee. Ik hou niet van dat zachte gedoe. De fysiotherapeut is hartstikke tevreden over me.”

Revalideren is hard werken, zeggen ze beiden. Maar als je op een fijne plek zit dan scheelt dat veel. Linda, die hier al tien jaar werkt: “Er is hier veel veranderd na de renovatie. De kamers zijn licht en hebben moderne badkamers. Daarbij zijn er nu meer oefenruimtes en mensen hebben veel meer privacy.” Hoe het verder zal gaan? Manuela: “Ik wil, moet, zal gaan lopen, daar wil ik alles aan gedaan hebben. Ik wil mijn leven niet slijten op deze stoel.”

www.zgao.nl

Advertorial