

# 'Iedereen zou deze kans moeten krijgen

Eind mei kreeg Thieu Rijnders een klikprothese bij de nieuwe AOFE Clinics. In de vorige K&K kon u lezen over de eerste periode na de operatie. Dit keer: de revalidatie. Hierover zegt Thieu: 'Het is in een pijlsnel tempo alleen maar bergopwaarts gegaan.'

*'Thieu had gezorgd dat hij in goede conditie was en ook na de operatie begon hij meteen te trainen'*

In 2019 verloor Thieu Rijnders (59 jaar) door een motorongeluk zijn linkerbeen. Hij kreeg een kokerprothese, maar dat werd een lijdensweg. Hij had pijn bij iedere stap, blaren, rugpijn. Thieu heeft een machinale timmerwerkplaats en het werken daar werd een probleem. Met moeite kwam hij de dag door en 's avonds lag hij uitgeput op de bank. Fiet-sen lukte niet, zitten op een harde ondergrond kon alleen met een kussentje. Voortdurend was er ook gedoe met de koker en in anderhalf jaar tijd moest er vier keer een nieuwe worden aangemeten. Zoals Thieu in het vorige nummer samenvatte: 'Het was één bonk ellende en het ging van kwaad tot erger.' Dus toen hij in aanmerking bleek te komen voor een klikprothese, ofwel osseointegratie, greep hij die kans met beide handen.

## Goede conditie

Thieu kon terecht bij de net opgerichte AOFE Clinics. Omdat deze kliniek helemaal nieuw was, hoefde hij niet op een wachtlijst. Eind mei werd tijdens een operatie een pin in het bot in zijn stomp aangebracht; op die pin kan de prothese worden

geklikt. Het herstel na de operatie verliep zeer voor-spoedig, vertelt Thieu: 'Meestal duurt het een tijdje voordat mensen kunnen beginnen met revalideren. Als je loopt met een kokerprothese doen je spieren niets, maar bij een klikprothese moeten ze weer gaan werken - en hard ook. Dat geeft een heel naar soort spierpijn. Ik heb daar gelukkig weinig last van gehad en ik heb ook geen ontstekingen gehad of dat soort complicaties. Daarom kon ik al drie weken na de operatie beginnen met revalideren en mocht ik ook meteen de prothese volledig belasten.' Wat zeker meehielp, is dat Thieu had gezorgd dat hij in heel goede conditie was en ook na de operatie begon hij meteen te trainen. 'De dag erna lag ik in bed te oefenen met mijn stomp. Ze zeiden wel "rustig aan", maar dat is niets voor mij. Tijdens de fysiotherapie was ik mezelf ook voortdurend in het zweet aan het jagen. En maar doorgaan, want ik wilde vooruit.'

## Doelen

Zo ging Thieu in een razende vaart door de revalida-tie. 'Toen ze vroegen wat mijn doelen waren, zei ik: ik wil alles weer zoveel mogelijk kunnen zoals voor-heen. Dus dat houdt in: netjes rechtop lopen, trap-lopen, lopen op onverhard terrein, een heuvel op en af, fietsen: al die dingen hebben we geoefend. Het is in een pijlsnel tempo alleen maar bergopwaarts gegaan. Er staan drie maanden voor de revalidatie, maar na twee maanden was ik klaar. Bij het militair revalidatiecentrum, waar AOFE de revalidatie doet, hebben ze een stormbaan en die heb ik aan het eind ook nog gedaan. Niet alles lukte: in autoban-den of in een touw klimmen is niet te doen met een prothese. Maar het meeste lukte wél en dat vond ik echt kicken.'

## Minimale beperkingen

Thuis werd duidelijk dat de wens van Thieu - alles weer zoveel mogelijk kunnen - echt is uitgekomen. 'Ik sta weer zonder problemen van half acht tot half vijf in de werkplaats. We hebben het laatst gemeten en toen had ik op een dag meer dan 10.000 stappen gezet. En 's avonds heb ik gewoon nog energie om dingen te doen. Ik heb laatst 40 kilometer gefietst voor het goede doel, terwijl fietsen met de oude prothese niet te doen was omdat ik zo'n last had van de koker. Waar ik ook heel blij mee ben, is dat ik nu met een badprothese 's nachts naar de wc kan

*'Het is ook heel belangrijk geweest voor de relatie met mijn vrouw'*



gaan of 's ochtends kan gaan douchen. Voorheen moest ik met mijn krukken naar de douche of wc; nu klik ik de badprothese aan en sta ik gewoon op twee benen te douchen. Natuurlijk zijn er ook nog beperkingen, maar die zijn minimaal. Ik hoop lan-gere afstanden te kunnen lopen; nu moet ik na een kilometer of vier, vijf rusten. Maar het lopen gaat nog steeds vooruit, en dat telt. Sommige din-gen blijven lastig. Op een trap werken om iets in te meten of glas te plaatsen, is moeilijk door de balans. Laag bij de grond werken is een probleem omdat ik dan op de knieën moet. Maar als dat alles is...'

## Gehandicapt

Het is een verschil van dag en nacht, vertelt Thieu. 'Je merkt achteraf pas echt hoe erg het eigenlijk

was en hoe gehandicapt ik was. De kwaliteit van mijn leven is niet met stappen maar met sprongen vooruit gegaan. Ik kan alles zelf en we hebben weer een sociaal leven. Het is ook heel belangrijk geweest voor de relatie met mijn vrouw. Zij heeft nu ook weer een eigen leven en onze verhouding is gelijkwaardig. Ik begrijp wel dat relaties stuk gaan als mensen gehandicapt raken. Je gaat toch steeds meer op je partner leunen en van je partner verlan-gen dat die helpt. Dat hoeft nu allemaal niet meer. Ik hoop echt dat de vergoeding van klikprothesen snel beter wordt geregeld. Iedereen die dat wil en die in aanmerking komt zou deze kans moeten krij-gen, zonder eindeloze wachtlijsten. Het bespaart op termijn juist kosten en het levert zóveel goeds op.'

ANNELIES VAN LONKHUYZEN

## De wachtlijsten

In het vorige nummer van K&K hebben we gemeld dat het bestuur van KorterMaarKrachtig zich ernstige zorgen maakt over de gevolgen van de lange wachtlijsten voor de mensen die in aanmerking komen voor een klikprothese. Meer dan twee jaar wachten is geen uitzondering meer. Begin oktober heeft er een overleg plaatsgevonden tussen het ministerie van VWS en een groot aantal patiënten- en gehandicaptenorganisaties over de problemen met de hulpmiddelenzorg in Nederland. Tijdens dat overleg zijn ook de problemen met de klikprothese-wachtlijsten aan de orde gesteld. We hebben de indruk dat 'het kwartje is gevallen' bij het ministerie. Begin november was er een vervolgoverleg hierover. We zullen u in een volgend nummer van K&K informeren over de uitkomsten daarvan.