Longcovidlo(t)ssoflove episode 4

Dit is waarom je het niet gelooft, maar het er wel is.

Het begint na 4,5 jaar tot mijn omgeving door te dringen. Dat ik longcovid heb. Hoewel ik het woord covid niet al te vaak in de mond neem. Alleen als het echt niet anders kan. Ik merk namelijk bij mijn omgeving een soort metaalmoeheid, maar dan voor het woord covid. Ik hoor mensen denken: corona, de pandemie, aarghhh, GELUKKIG voorbij, we kunnen weer léven, wil NIETS meer met corona te maken hebben. Dat soort gedachten, ik kan ze lezen bij mensen die ik spreek.

Die ander gelooft vaak niet dat ik zo'n heftige ziekte heb. Dat is ook niet zo raar want aan de buitenkant zie je niets aan mij. Als ik het zeg, kijkt de ander me aan, en hoor ik: je ziet er wél goed uit. Ik hoor die ander denken: zij faket, er is niets aan de hand, ze wil gewoon aandacht. En omdat de ander nou eenmaal iets te zeggen willen hebben, krijg ik het advies dat ik er misschien even lekker uit moet. Lekker naar de zon ofzo.

Dat iemand vindt dat ik er wél goed uitzie, voelt niet oprecht en klinkt als ongeloof. Gelukkig laat ik me daar niet meer door uit het veld slaan. Ik weet dat ik me niet aanstel, ik weet dat ik gezond wil zijn. Inmiddels ondertitel ik mijn verschijning, en zeg ik duidelijk dat je me alleen maar ziet als het goed met me gaat. Dat wil zeggen: als ik goed heb geslapen, me goed voel bij het opstaan. Als ik me, aan mijn revalidatie- en herstelschema heb gehouden en het geluk heb me daardoor weer even wat beter te voelen. Of als ik me, om volstrekt onduidelijke redenen niet ontzettend ziek voel, alsof ik net corona heb.

Als ik dan in zo'n gezellig gesprek ben beland, met iemand die niet luistert, niet doorvraagt of open staat voor mijn verhaal, die alleen maar denkt vanuit eigen kaders, dan voelde ik 2 jaar terug altijd boosheid opkomen. Ging ik uit contact. En groot gevoel van me alleen gelaten voelen legde me dan lam. Ik trok me terug in huis.

Inmiddels heb ik haren op mijn tanden (dat zie je niet hoor). En praat ik met een vriendelijke glimlach, en zachte ogen. Mijn wanhoop en frustratie over deze ziekte diep opgeborgen in mijn innerlijke parkeergarage.

Allereerst zeg ik dan dat je me alleen ziet als het goed met me gaat, als ik genoeg energie heb om op mijn benen te staan. Dat jij mij, als ik me te ziek voel, niet zult zien. Te ziek als ik: hoofdpijn, pijn in mijn benen, duizelig, misselijk, uitgeput. (Ik ben dan namelijk thuis, in stilte, lig op de bank of in bed. Mezelf aanmoedigend en troostend dat ook dit weer voorbij zal gaan en ik ook hier weer van zal gaan herstellen).

Dat ik, als je me dan ziet, heb vóórgelegen. En dat ik ook moet náliggen. Ja dat zijn nieuwe begrippen en ik begrijp dat je nu bijna afhaakt. Maar lees toch even verder want het is zo simpel: vóórliggen wil

zeggen dat ik voordat jij mij ziet, 20 minuten prikkelarm op de bank heb gelegen. Naliggen wil zeggen dat ik, nadat jij mij hebt gezien, weer 20 minuten …etc.

Ja, en dat maakt dan dat jij vindt dat ik er wél goed uitzie.

Als mijn gesprekspartner dan nog niet geheel verward van zoveel nieuwigheid en jemig zij past niet in het plaatje van iemand die zo ontzettend ziek is, is afgehaakt, dan heb ik inmiddels de volgende tekst ook paraat. Dat was wel even oefenen maar gelukkig heb ik eindeloze oefentijd.

Ik zeg dan dat ik een onbekende chronische zeer invaliderende aandoening heb. Die qua symptomen lijkt op de ziekte van Lyme. Of de uitputting nadat je drie dagen dag en nacht hebt doorgewerkt. Of de flinke kater na een nacht liederlijk doorhalen. Ken je dat? Ja, dat ken je wel. Zo ziek voel ik me dus, zonder dat ik het plezier van een gezellige avond heb ervaren, of een voldaan gevoel heb van die werkklus die af is. Ojoh, wat naar, zeg jij dan, als je dan nog niet bent afgehaakt in ons gesprek.

Ja, erg naar, zeg ik dan.

En dat is zacht uitgedrukt.