

Dwarslaesiepatiënt wordt fitnessinstructeur

Het werk van de arbeidsdeskundige is veelzijdig, boeiend en kan een grote impact hebben op het leven van cliënten. In AD Visie laten we dat aan de hand van een aantal cases zien. Centraal in deze eerste aflevering een praktijkgeval uit de letselschade: Donny (21).

TEKST Diederik Wieman | FOTO'S Stephan Tellier

Het was een dag als alle andere. De toen 16-jarige Donny stapte 's ochtends op zijn scooter om naar school te gaan. Hij volgde een BBL-opleiding gericht op de bouw, een sector waar ook veel van zijn familieleden actief in zijn. Ironisch genoeg zette uitgerekend een shovel langs de weg een dikke streep door zijn toekomstplannen. De bak van de graafmachine zwenkte uit en raakt Donny vol in de zij. "Ik wilde daarna gelijk opstaan, maar dat lukte niet. Ik voelde mijn benen niet meer. Op het oog leek er niet veel aan de hand. Er was alleen een kleine blauwe plek te zien. Maar van binnen was alles stuk en ik had een partiële dwarslaesie opgelopen."

Er volgde een traject van vele operaties. Het herstel verliep moeizaam en ging gepaard met veel pijn en ander ongemak. "Op de ziekenhuistijd kijk ik niet graag terug. Dat was allemaal pijn en ellende. Ik leefde op de automatische piloot. De revalidatie daarna duurde enkele maanden: zodra je een beetje zelfstandig bent, de basisingen zelf kunt doen, sturen ze je naar huis. Maar daar heb je geen loopbrug, geen zwembad. Ik denk dat ik veel verder was geweest als ik langer had kunnen revalideren. Toen ik thuis kwam kon ik maximaal een half uur zitten, daarna deed alles zo'n pijn dat ik alleen maar kon liggen."

Re-integratie

Rond die tijd, in 2014, een klein jaar na het voorval, werd arbeidsdeskundige Erwin Audenaerde van Heling & Partners als onafhankelijk deskundige ingeschakeld



door de verzekeraar en de advocaat van het slachtoffer voor het re-integratietraject. "Ik maakte kennis met Donny en voelde mij meteen heel betrokken. Niemand moet zo'n ongeluk overkomen, maar zeker niet wanneer je 16 jaar jong bent, de wereld gaat ontdekken en nog een heel leven voor je hebt. Een leven dat van de een op de andere dag beheerst wordt door fysieke en mentale ongemakken. Hij was volop in de puberteit toen het ongeluk hem overkwam en dat is niet de beste tijd om geconfronteerd te worden met een situatie die onomkeerbaar is. Naast het werken aan fysiek herstel en omgaan met de situatie, moest hij ook zien te dealen met de mentale gevolgen van het ongeluk. Toen ik Donny leerde kennen, kon hij bijna niets. Hij was net klaar met de revalidatie en lag vrijwel hele dagen op de bank. En dan kom ik binnen met de vraag: Hoe ziet je toekomst eruit? Wat voor opleiding wil je doen?"

Aangepast

Donny: "Dat interesseerde me op dat moment totaal niet. Opleiding en de toekomst boeiden mij vrij weinig. Ik hield mij afzijdig. Het gesprek ging vooral tussen Erwin en mijn ouders."

Erwin: "Ik heb mijn begeleiding aangepast. Nooit ergens bij Donny op aangedrongen, maar wel contact →

V.l.n.r. Marco van Gorp, Erwin Audenaerde en Donny



Donny op de tafel bij haptonoom Marco van Gorp

met zijn vader gehouden. Normaal gesproken ben je als arbeidsdeskundige één of anderhalf jaar bij een letsel-schadezaak betrokken. Bij andere cliënten zou ik ook al gestopt zijn, maar bij Donny had ik vanaf dag één het gevoel: met deze jongen gaat het lukken. Hij had alleen meer tijd nodig om stappen te maken.”

Sport als passie

Die stappen maakte Donny ook. Werken in de bouw was na het oplopen van het letsel niet meer mogelijk. Maar sporten is een andere passie van hem. Voor zijn ongeluk was hij actief als kickbokser en kooivechter en deed hij veel aan fitness. Net als zijn vader en broer. Hij pakte de fitnessstraining weer op en werkte gemotiveerd aan fysiek herstel. “Als je in een rolstoel zit, moet je een sterk bovenlichaam hebben, anders kun je niks. Bovendien wil ik ook mijn benen blijven trainen. Artsen werken nu aan nieuwe methoden om zenuwen te repareren. Als dat eenmaal mogelijk is, zijn mijn spieren niet weg en kom ik

in aanmerking voor een operatie. Want mijn doel is om uiteindelijk weer te kunnen staan en lopen.”

Erwin Audenaerde: “Omdat sport zijn passie is, zijn we al snel gaan nadenken over een opleiding in die richting. Dat is misschien een vreemde keuze voor iemand die in een rolstoel zit, maar Donny geloofde erin en ik ook. We zijn op gesprek geweest bij het CIOS in Haarlem. Iedereen wilde hem wel helpen, maar hij moest ook zelf in actie komen. Daar ontbrak het weleens aan omdat hij er fysiek en mentaal niet aan toe was. Al die operaties en therapieën, er kwam geen einde aan. Ook miste hij qua niveau de aansluiting met het CIOS. Uiteindelijk ben ik gaan samenwerken met de gemeente Zaanstad en hebben wij Donny op het spoor gezet van een modulaire fitnessopleiding via AALO-opleidingen. Fysiek werd hij sterker en ook mentaal ging het beetje bij beetje beter. Hij was van een jongen een man geworden.”

Terug naar af

Maar begin 2018 ging het mis. Donny: “Ik moest weer geopereerd worden en daarvan lang herstellen waardoor

ik niet kon sporten. Verder gebeurde er van alles. Er ontstonden problemen met mijn vriendin, de relatie liep uiteindelijk stuk. En later overleed een goede vriend, wat bij mij weer veel los maakte.”

Erwin Audenaerde: “Je werd toen mentaal en fysiek teruggeworpen. Alles wat je opgebouwd had was weer weg en je kon je lastig opladen om de conditie weer op te bouwen. Er ontstond een grote disbalans en ik dacht: nu raak ik je kwijt. Donny kennende was hulp van een psycholoog geen optie. Hij moest iemand krijgen waarvoor hij respect heeft en die hem uitdaagt. Ik wilde dat hij verder zou gaan op de ingeslagen weg en dat hij het einddoel zou halen. Ik geloof in hem en zijn kwaliteiten, maar hij moest gemotiveerd worden en zelf de touwtjes in handen nemen. Daarom heb ik hem in contact gebracht met haptoloog Marco van Gorp, eigenaar van Gezond Management.”

Loslaten

“Bij Gezond Management richten wij ons vooral op coaching- en begeleidingstrajecten voor bedrijfsleven en topsporters”, vertelt Marco van Gorp. “Revalidatietrajecten zijn tot nu nooit onze corebusiness geweest. Maar onze benaderingswijze leent zich daar eigenlijk perfect voor. Donny kwam hier begin vorig jaar op een absoluut dieptepunt binnen. De tegenslagen waren net even te groot voor hem. Ik merkte bij de eerste sessie al dat het moment van het ongeluk nog steeds gevangen zat in zijn lijf. Hij was volledig verkrampt en stond eigenlijk nog dagelijks onbewust paraat om ‘de klap van opzij’ op te vangen. We zijn teruggegaan naar het moment van het ongeluk en bespraken wat die gebeurtenis met zijn gevoel en zijn lijf gedaan heeft. Hij kon na die eerste sessie voor het eerst loslaten. Dat was een fantastisch mooi moment. Daardoor verdwenen de verkramptingen.”

Donny: “Ik merkte dat ik spierspanningen had en spierverskortingen. Waarschijnlijk omdat ik altijd aan het aanspannen was. Maar na die eerste behandeling kon ik al op mijn buik slapen, wat eerst niet mogelijk was zonder pijn.”

Positieve uitstraling

Meerdere sessies volgden. “We zijn daarna uitdagingen aangegaan om zo zijn fysieke en mentale grenzen te verleggen”, zegt Marco. “Nu, na een klein jaar, zie ik geen invalide in een rolstoel, maar een extreem valide jongeman met een positieve uitstraling die op een

De tegenslagen waren net wat te groot voor hem

goede manier zijn ‘ruimte inneemt’. Destijds kwam hij als een dood vogeltje binnen. Nu zit er iemand die klaar is voor de volgende stap.”

Donny: “Ik zie mezelf ook niet meer als invalide. Ik kan alles zelf, rijd mijn eigen auto, ga naar de sportschool. Ik ben nu terug op mijn oude niveau, heb een soort upgrade gekregen. Ik ben sterk in mijn hoofd en lichaam, heb twee diploma’s op zak en binnenkort ook het papiertje voor personal trainer. Mijn doel is, naast weer kunnen staan en lopen natuurlijk, lotgenoten te helpen. Specifieke training en begeleiding is wat ik hoop ook andere slachtoffers te mogen bieden in hun hersteltraject. Een eigen sportschool beginnen is mijn droom. Daar heb ik veel goede ideeën voor en ik ga door totdat dat is gelukt. Ik wil mensen met hun revalidatie helpen, ze sterker maken. Maar ook gezonde mensen. Ik vind mijzelf beter dan andere personal trainers. Als je met mij werkt, ga je veel meer bereiken. Ik heb een goede peptalk en kan mensen motiveren. In de sport ga ik het maken. Dat is gewoon mijn ding en ik weet dat ik daar ook een hele goede toevoeging ben.”

Marco van Gorp tot slot: “We willen starten met het inzetten van Donny in trajecten waarin een multidisciplinaire aanpak gewenst is. De participanten zijn in ieder geval Donny en Gezond Management. Erwin heeft een paar potentiële kandidaten waarin deze samenwerking gewenst is en zeker van toegevoegde waarde zal zijn.”

PRAKTIJK-CASE DELEN?

AD Visie wil vaker aandacht besteden aan praktijkcases. Heb jij een mooi voorbeeld en wil je dat delen (dit kan uiteraard ook geanonimiseerd in verband met de privacy)? Neem dan contact op met de redactie van AD Visie via redactie@arbeidsdeskundigen.nl.

LEERMOMENTEN VAN DEZE PRAKTIJKCASE. ERWIN AUDENAERDE:

- Zoveel mogelijk aansluiten bij de wensen van de persoon
- Geloven in mogelijkheden
- Achter de cliënt blijven staan
- Op zoek blijven naar de juiste interventies en daar creatief in zijn