

'Ik stop niet, ik ga door'

Met zijn 82 jaar staat Cees Vis nog volop in het leven. Hoewel zijn longcapaciteit door vijf opeenvolgende longontstekingen behoorlijk terugliep, zorgt hij nog steeds volledig voor zijn vrouw en gaat hij twee keer in de week naar de sportschool.

Het begon allemaal zo'n vijftien jaar geleden, toen hij samen met zijn vrouw op vakantie was in Groningen: 's Avonds kreeg ik opeens de rillingen en voordat ik het wist, lag ik bewusteloos in de ambulance op weg naar het ziekenhuis in Winschoten. Ik bleek een zware longontsteking te hebben.' In de jaren erna volgde tot vier keer toe nog eens een longontsteking. 'Met iedere ontsteking wordt je longinhoud een stukje kleiner. Dan ben je opeens COPD-patiënt.'

SAMENWERKING

Cees kwam bij longarts Van Wolferen in het Zaans Medisch Centrum terecht: 'Hij heeft mij een soort van penicillinepil voorgeschreven. Sinds ik die inneem, heb ik geen last meer gehad van longontstekingen. Wel ga ik elk halfjaar nog naar het ziekenhuis voor een controleafspraak.' Die spreekuren blijken uiterst waardevol: 'Toen ik aangaf dat ik 's nachts trapbewegingen maak, heeft dokter Van Wolferen me direct doorverwezen naar de neuroloog. Die heeft slaaponderzoek gedaan en me medicatie voorgeschreven. Mijn vrouw en ik slapen nu weer rustig.'

Cees is zeer te spreken over de tijd die Van Wolferen en zijn collega-longartsen voor hem nemen: 'Ik kan altijd mijn hele verhaal doen. Ik heb elders meegemaakt dat de dokter me iedere keer onderbrak om alles in de computer te zetten. Misschien ligt dat ook aan het feit dat artsen in minder tijd meer patiënten moeten zien, maar daar merk ik niets van in het ZMC.'

MANTELZORGER

Dankzij de medicatie en de begeleiding is de longinhoud van Cees de laatste jaren gelijk gebleven. En dat is maar goed ook, want Cees staat nog midden in het leven: 'Ik kan niet stilzitten. En dat laat de situatie thuis ook niet toe: ik ben namelijk mantelzorger voor mijn vrouw.'

Naast de inzet voor zijn vrouw vindt Cees ook tijd om tweemaal in de week naar het fitnesscentrum te gaan. 'Trimmen en trainen hoort bij het longrevalidatieprogramma. En ik vind het ook leuk! Als het aan mij ligt, zou ik het liefst zo'n 120 kilo willen tillen, maar de therapeut heeft me op het hart gedrukt dat niet meer te doen. Ik liep namelijk nogal rood aan. Nu hou ik het bij zo'n 80 kilo en dat houd ik aan, want ik ben niet van het stoppen. Ik blijf doorgaan!'

Wil je weten wat het Zaans Medisch Centrum kan betekenen bij COPD? Ga naar www.zaansmedischcentrum.nl en zoek op 'COPD'.

Mijn longinhoud blijft op hetzelfde niveau

Zaans Medisch Centrum

Koningin Julianaplein 58, 1502 DV Zaandam
075-6502911 • www.zaansmedischcentrum.nl

Cees Vis