

Berichten uit de ziekenboeg

Lucas

Als verpleegkundige in de flats was het even schrikken toen ik te horen kreeg dat er een koppel positief was getest op het coronavirus. Angst overviel me want ik had hen nog verzorgd voor er maatregelen genomen waren. Zou ik nu ook besmet zijn? Ik hield me de komende dagen aan de maatregelen die genomen waren: mondkap, short, spatbril en natuurlijk letten op handhygiëne! Maar ergens was er toch twijfel of het niet al te laat was om het virus uit mijn systeem te houden. Niet veel later kreeg ik last van keelpijn en nog enkele dagen later ondervond ik ook last van hoofdpijn. Ondertussen hadden al enkele collega's laten weten dat ze ziek waren met dezelfde symptomen en koorts. Zolang ik geen koorts had was er meegedeeld dat ik kon blijven doorwerken. Ik nam mijn temperatuur elke dag 2 maal zoals voorgeschreven en deed mijn serie uit. Eindelijk was het weekend en kon ik wat uitrusten, want met al de maatregelen en het uitvallen van enkele collega's was het zwaar geworden op het werk. Vrijdagavond voelde ik me niet goed en kroop maar vroeg mijn bed in. Ik voelde me warmer worden en klam. 's Nachts ben ik opgestaan en heb ik toch mijn koorts maar eens genomen: 38,1°C. Ik nam een emmer mee naar boven omdat ik me wat misselijk begon te voelen en ben in slaap gevallen.

De volgende morgen had mijn moeder mijn notitie gevonden en kwam ze kijken aan de deur van de kamer of ze iets kon doen. Ze bracht me wat te eten, een fles water en wat paracetamol. Ik had niet veel eetlust en met de paracetamol is mijn temperatuur toch een beetje gedaald. Ik belde mijn huisdokter op en die wist me te vertellen dat aangezien er een positief resultaat was van bewoners, ik waarschijnlijk ook besmet was. Ik moest nog eens bellen naar de dokter van wacht om te kijken of ik ook een test moest laten afnemen. De dokter van wacht vertelde hetzelfde: hij vond het niet per se nodig om mij te testen. Misschien had ik wat meer moeten aandringen maar ik was te moe en wilde rusten. Die dag heb ik veel geslapen evenals de nacht nadien. De volgende dag is mijn temperatuur niet meer tot 38°C gekomen mede dankzij enkele paracetamols. Maar ik begon meer last te krijgen van kortademigheid. Als astmapatiënt heb ik in de winter wat vaker last van mijn ademhaling. Maar met behulp van mijn pufferinhalator verminderde de klachten.

Na contact met mijn zorgcoördinator en een CRA van de wingerd, was er besloten om mij toch te testen. Op de parking van De Wingerd heeft ze de test afgenomen en na 2 à 3 dagen werd mij meegedeeld dat ik ook positief was. Ik heb dan samen met de CRA besloten om 14 dagen uit te zieken alvorens het werk te hervatten. Thuis heb ik 8 dagen op mijn kamer gezeten om mijn ouders niet te besmetten. Ze brachten eten en drinken tot op mijn kamer en via sociale media had ik nog contact met vrienden en collega's. Ook mijn ouders hebben uit voorzorg hulp gekregen van verschillende bureaus en mijn nicht (die in de buurt woont) om inkopen te doen. Mijn ouders wilden zeker zijn dat ik hen niet had besmet voor ik in quarantaine zat op mijn kamer.

De symptomen zijn ondertussen (11 dagen na de koorts) zo goed als verdwenen. Af en toe wat hoesten, nog een beetje kortademig en wat spierpijn. Maar niets ergs waarmee ik niet terug aan het werk zou kunnen. Ik heb vernomen van enkele collega's dat er toch heel wat veranderd is in de flats. Er zijn ook extra maatregelen genomen en werkwijzen aangepast aan de situatie. Toen ik uitviel is het personeel van kortverblijf samengevoegd met de flats om ons te ondersteunen. Dus zodra ik start zullen er enkele nieuwe gezichten op de werkvloer zijn voor mij. Ik kijk er naar uit om terug te kunnen starten en met behulp van deze collega's een zo goed mogelijke zorg te kunnen aanbieden in deze moeilijke tijden.

Lukas Robijns

Ilona

Beste allemaal, Op vrijdag 20 maart kreeg ik de diagnose covid-19, nadat ik op advies van de huisarts wegens koorts en andere symptomen naar de spoedafdeling in Gasthuisberg was gegaan. Ik voelde me gelukkig niet doodziek, maar toch ziek genoeg om de eerste paar dagen in mijn bed te blijven, met klachten als hoofdpijn, koorts, hoesten, kortom, je ellendig voelen. Na een aantal dagen had ik het idee dat het beter ging, de hoofdpijn was weg, de koorts was gezakt, ik kon al een tijdje uit bed. Gelukkig, dit ging de goede kant op. Maar na een tweetal dagen had ik terug lichte verhoging en voelde ik me terug slapper worden, dus bleef ik terug meer in bed, en dan voelde ik me wel oke. Ik heb al een aantal boeken uit kunnen lezen en series en documentaires gekeken op VRTNuen Netflix. :-D

Het wisselende gevoel herhaalde zich ondertussen nog een paar keer, en op het laatst wordt dat wel wat frustrerend. Je wilt toch dat het op een gegeven moment gedaan is of beter gaat, en dat je de 'gewone' dingen weer kunt doen (voor zover dat gaat in coronatijden). Ik heb vandaag dan nog eens met de dokter gebeld en die heeft me verteld dat dit toch wel normaal is: je lichaam moet ook terug herstellen van dat virus. Ik moet wel letten op de alarmsignalen van terug koorts maken of benauwd of kortademig zijn. Dat heb ik gelukkig niet gehad. Dus het is gewoon een kwestie van geduld hebben en rust nemen om te genezen.

Ik heb mij sinds het verdict van 20 maart teruggetrokken op mijn slaapkamer en we nemen als gezin zoveel mogelijk de quarantainemaatregelen in acht. Er wordt hier elke dag in beurtrol met javel gepest - de oppervlakken die veel worden gebruikt en aangeraakt. En we houden afstand van elkaar, wat niet zo gemakkelijk is, want je wil elkaar toch ook graag eens een knuffel geven. Maar ook daar moeten we nog even wat geduld mee hebben. Gelukkig heb ik wel nog korte gesprekjes vanuit de deuropening met de kinderen en af en toe ben ik ook even beneden, waarna we alles weer ontsmetten. Mijn man kookt nu elke dag en doet dat veel creatiever dan ik, wat leuk en lekker voor ons is, maar voor hem betekent het wel veel meer werk nu ik nergens mee kan helpen. Hij doet het met plezier en verzorgt ons allemaal heel goed, waar ik heel dankbaar voor ben. De kinderen en mijn man hebben gelukkig nog geen symptomen gehad. Ik heb ook het geluk dat ik een balkon aan mijn slaapkamer heb waar ik in de ochtend, als de zon schijnt, van de vogels en de zon kan genieten. Dus het is soms vervelend dat er zoveel beperkingen zijn en dat het genezingsproces niet rapper gaat, maar er zijn nog genoeg dingen om van te genieten en dankbaar voor te zijn (en we bekijken het dag per dag). En intussen bidden en hopen we dat het niet te lang meer zal duren, zodat we ons steentje weer kunnen bijdragen waar nodig...

Goede moed iedereen!

Groetjes

Ilona

Saskia

Beste collega's, beste familieleden, beste allen

Het zijn vreemde tijden die we doormaken. Ook ik ervaar dat.

Voordat het vieze beestje me te pakken kreeg, werkte ik nog met volle moed verder in de flats. Er werden maatregelen genomen omdat er iemand positief testte bij ons. Vele veranderingen volgden en soms kwam de nodige stress er ook bij. Er mocht geen bezoek meer komen, families maakten hun zorgen wat maakte dat we vele telefoontjes moesten beantwoorden.

We beloofden iedereen om zo goed mogelijk te zorgen voor hun familie. We werkten meer, langer en harder om de nodige zorgen te kunnen geven. Kort na de opstart van de maatregelen begon er een extreme vermoeidheid bij me op te treden. Ik schreef het toe aan het harde werk. Enkele dagen later kwam er nog eens hoofdpijn bij en een goede portie spierpijn. Ik viel letterlijk in slaap waar ik stond, ik voelde dat ik niet meer functioneerde op het werkveld.

Toen er ook nog een verhoogde temperatuur bij kwam moest ik wel aan de alarmbel trekken. Jammer maar helaas werd ik meteen een week thuis gezet. Ik moest forfait geven. Tijdens die week kwamen er ook nog andere symptomen naar boven. Ik begon te hoesten en er was een enorme druk op mijn borstkas. Een zeer vervelend gevoel, alsof er bakstenen op je borst lagen. De extreme vermoeidheid was ook nog steeds aanwezig. Ik was zelfs niet in staat me om te kleden. Ik belde opnieuw naar mijn huisarts omdat ik me toch zorgen maakte.

Ik werd langer thuis gezet. Uiteindelijk werd ik dan ook maar getest op het vieze beestje. Enige tijd later kreeg ik te horen dat deze positief was. 14 dagen quarantaine dus, ook geen contact met mijn partner. 14 dagen niet samen slapen, eten, in de zetel zitten en zoveel meer. Op de momenten dat je je echt slecht voelt mag je partner je niet eens knuffelen, en wees maar zeker, dan mis je dat.

De eerste 3 dagen waren het ergste. Je voelt je zodanig slecht dat je enkel maar wil slapen. Na die 3 dagen voelde ik me wat beter en dacht ik dat het ergste wel door ging zijn. Maar na 2 dagen was het terug naar af. Terug die vermoeidheid, hoofdpijn, slechte smaak in m'n mond, verminderde eetlust en nog andere symptomen. En zo ging dit 10 dagen op en af.

Nu zijn we 14 dagen verder en kan ik officieel uit quarantaine. Ik voel me beter en kan terug functioneren. Hopelijk kan ik snel mijn partner eens een knuffel geven want ook hij staat in de zorg en gaat moeilijke tijden tegemoet. Iedereen kan wel steun gebruiken.

Daarom vind ik het zo mooi om te horen en te zien hoe zoveel mensen ons steunen. De families die een kleine attentie achterlaten of mooie woorden doorgeven. Dit doet me enorm deugd !

Daarom wil ik aan al mijn collega's van de flats maar ook voor heel De Wingerd een dikke virtuele kus en knuffel geven want jullie verdienen dit ook !

Ook wil ik even een dankwoordje naar onze student doen. Lieve Laurens, jouw terugkeer is zeker een grote hulp ! Ik verneem dat je het super goed doet en daar twijfel ik niet aan ! Bedankt voor alle hulp!

Bedankt aan alle familieleden van de bewoners van de flats om ons zo te steunen ! Dikke dankjewel !

Saskia

Medewerker van de flats

p.s. Ook de konijntjes van de B site maken het goed. Ze genieten enorm van het zonnetje!