

Interview met Astrid Rozeboom

‘Ik was jong en het leven lag nog helemaal open’

In 1999, een jaar nadat Astrid Rozeboom haar opleiding tot stuurman en machinist aan de Zeevaartschool heeft afgerond en twee maanden na haar kopstudie ‘Technische bedrijfskunde’, vertrekt ze voor haar eerste grote reis als stuurman richting Azië. De reis verloopt echter anders dan verwacht en laat diepe sporen achter. Met een dwarslaesie keert Astrid twee maanden later huiswaarts. Ze vertelt aan LetselschadeNEWS hoe ze als jonge meid samen met haar vriend en later op de motor het leven opnieuw richting heeft gegeven.

Tekst Floor Verhees | **Fotografie** privé collectie



Astrid Rozeboom

Schipbreuk op zee

Het is dit jaar 26 jaar geleden dat het ongeval plaatsvond. Liever praat Astrid er niet over, juist omdat het al zo lang geleden is en ze ook veel details niet meer weet. “Ik was destijds 23 jaar oud, er ligt bijna een heel leven achter mij. Ook wil ik niet teveel kwijt over het ongeval zelf, omdat hierbij ook mensen zijn omgekomen. Het voelt niet goed om er teveel over uit te weiden.” Achteraf is het onbegrijpelijk hoe Astrid het ongeval heeft overleefd. “Kennelijk komen er op zo’n moment oerkrachten los. Ik wilde dit persé overleven en heb het gered.” Voordat de boot kapseisde was Astrid hard gevallen. Vanaf dat moment ging alles razendsnel. “Door de val heb ik een dwarslaesie opgelopen. Toen ik daarna in zee terecht kwam, voelde ik mijn benen niet meer. Doordat het me op onverklaarbare wijze is gelukt om naar een vlotje te zwemmen en met hulp van andere overlevenden daarop te komen, ben ik niet verdronken. Dat is mijn geluk geweest.” Pas na 36 uur belandde Astrid in het ziekenhuis in Singapore. “Na aankomst werd ik vrijwel meteen geopereerd aan mijn rug. Ondanks dat artsen en verplegend personeel in het ziekenhuis geen duidelijke uitspraak deden over wat er precies met mijn rug aan de hand was, wist ik wel dat er geen hoop op lopen meer was. Na twee weken ben ik overgebracht naar Nederland, naar revalidatiecentrum Hoogstraat in Utrecht.

Begin van een nieuw leven

Het revalidatietraject duurde vijf maanden en daarna mocht Astrid naar huis om aan haar nieuwe leven te beginnen. “Vóór het ongeval woonden mijn vriend, inmiddels mijn man, en ik net samen in Groningen, maar naar die plek konden we niet meer terug. Uiteindelijk vonden we via de woningbouwvereniging een aangepast huis in Groningen.” In mei 2000 was



‘Ik kan iets wat een ander niet kan’

het zover en werd Astrid uit het revalidatiecentrum ontslagen. “Het klinkt misschien vreemd, maar voor mij was dit echt het begin van een nieuw leven. Natuurlijk moest ik wel even schakelen dat ik nooit meer zou kunnen lopen, maar ik kan me niet herinneren dat ik echt droevig hierover ben geweest. Met mijn 23 jaar was ik ook jong, mijn leven lag nog open en ik was ook niet gesetteld.” Zoals Astrid terugkijkt op de beginperiode na het ongeval, klinkt ze als een praktische vrouw die zich niet zomaar uit het veld laat slaan. “Zeker in die tijd kreeg ik ook wel eens te horen dat ik mijn emoties niet zou moeten verdringen, maar zo was het niet. Ik ben gewoon zo. Het is voor mij vanzelfsprekend om op zoek te gaan naar mogelijkheden en oplossingen als er zich een probleem aandient. Dat deed ik ook na het ongeval.”

Zelfstandigheid als groot goed

Ondanks dat Astrid en haar man het samen wel konden ‘fixen’, wilde Astrid toch zo snel mogelijk weer zelfredzaam worden. “Zelfstandigheid speelt een hele grote rol in mijn leven. En het moet ook, want mijn man is werkzaam in de scheepvaart en is steeds zes weken op zee en dan weer zes weken thuis. De noodzaak heeft er mede toe bijgedragen dat ik alles zelf kan. De transfers in en uit de rolstoel, wassen, aan- en uitkleden, kortom, alles. Na het ongeval heb ik mijn autorijbewijs gehaald en een aangepaste auto gekocht. Dat vergrootte mijn zelfstandigheid ook buitenshuis.” Astrid wilde na het ongeval ook weer aan het werk. De gevolgde kopstudie ‘Technische bedrijfskunde’ verbreedde haar mogelijkheden op de arbeidsmarkt voor een kantoorfunctie. “Ondanks het ongeval had ik mijn hart verpand aan de scheepvaart. Het was voor mij dan ook een schot in de roos dat ik bij een rederij op kantoor aan de slag kon. Bij dit bedrijf heb ik ongeveer tien jaar gewerkt.” Dankzij de flexibele werktijden kon Astrid circa 20 tot 24 uur per week werken. Zelfs na de geboorte van haar dochter

in 2011 bleef Astrid werken. Totdat ze in 2015 een rugoperatie moest ondergaan en de arts nadien adviseerde om te stoppen met werken. De combinatie van zelfzorg, zorg voor haar dochter en het werken eiste zijn tol. "Dat was voor mij best wel een domper. Ik heb diep moeten gaan om mijn persoonlijke grenzen te kunnen aanvaarden. Achteraf beseft ik pas dat het de juiste beslissing was en heb er geen seconde spijt van gehad. Uiteindelijk had ik helder voor ogen dat de zorg voor mijn dochter en de zelfzorg in mijn dagelijkse activiteiten voorop stonden."

Diepe wonden door het ongeval

In eerste instantie lijkt het ongeval naar de achtergrond te zijn verdwenen en ook de gevolgen van de dwarslaesie schijnen mee te vallen, maar niets is minder waar. Het moederschap bracht nieuwe verantwoordelijkheden met zich mee en dat maakte Astrid bewust van wat ze belangrijk vond in de zorg voor haar dochter. "Het ongeval zelf, de uren in het water liggen wachten op hulp, de onzekerheid, de overleden collega's, het zijn de meest traumatische uren van mijn leven geweest. Sinds het ongeval kon ik

behoorlijk heftig reageren op bepaalde geluiden en dat wilde ik anders. Een jaar intensieve therapie, waaronder EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing), heeft mij geholpen om de Post Traumatische Stressstoornis (PTSS) beter onder controle te krijgen. Controle(verlies) is ook zoiets, ik moet zelf de touwtjes in handen hebben. Dat is een diepe pijnplek als gevolg van het ongeval. Mijn man en dochter weten dit en kunnen daar inmiddels ook goed mee omgaan." Astrid vertelde eerder al dat het niet meer kunnen lopen voor haar geen issue is geweest,

maar al het 'andere gedoe' eromheen wel. "Een dwarslaesie is meer dan alleen niet kunnen lopen. Zoals incontinentie, wondjes die moeizaam genezen, veranderde spijsvertering en regulering van de lichaamstemperatuur spelen een dominante rol in mijn leven." Met name het onvoorspelbare karakter hiervan ervaart Astrid als zwaar. Het op peil houden van haar fysieke conditie speelt iedere dag weer een hoofdrol. "Daar maak ik me soms ook wel zorgen over. Ik word ouder en als gevolg van een dwarslaesie is het lichaam sneller aan slijtage onderhevig. Hoelang ben ik nog sterk en fit genoeg om zelf mijn transfers te doen, zonder overbelasting van mijn schouders, nek en armen?"

'Motorrijden is als thuiskomen'

Euforie op de motor

De dwarslaesie is voor Astrid geen reden om zaken uit de weg te gaan. Zo heeft ze met haar gezin vele reizen gemaakt. Ook heeft ze na het ongeval haar motorrijbewijs gehaald en geniet nog steeds van haar geluismomentjes als ze samen met haar man en haar dochter een toertje maakt. "Vóór het ongeval reed mijn man al motor en zat ik achterop. Heerlijk vond ik dat. Toen ik op een dag een krantenknipsel zag van de Stichting Mobiliteit voor Gehandicapten (SMvG) was meteen mijn aandacht getrokken: 'Dit wil ik!'. Een proefrit met een motor met zijspan smaakte naar meer en na een aantal rijlessen heb ik mijn motorrijbewijs behaald." Het op- en afstappen van de motor is voor Astrid geen enkel probleem: "Ik 'gooi' een been over het zadel en trek me dan op aan het stuur. Bij het 'afstappen' laat ik me zijwaarts weer in mijn stoel zakken. Voeten zet ik vast met tentelastieken, zodat ze niet

van de stepjes trillen, maar in geval van een ongeluk wel losgaan." Voor Astrid betekent de motor niet alleen vrijheid en voelt het een bewijs dat ze iets kan wat een ander niet kan. "Als je in een rolstoel zit, word je toch vaak anders behandeld. Hoe vaak ik door

gebedsgenezers word aangesproken met de vraag of ze voor mijn genezing mogen bidden? Door de dwarslaesie ben ik mondiger geworden en zal ik ook eerder het voortouw nemen. Dankzij het motorrijden weet ik dat als je je best doet, er veel mogelijk is." ♦

Stichting Mobiliteit voor Gehandicapten (SMvG) kan adviseren en bemiddelen in een onderzoek of motorrijden met een handicap binnen de wettelijke bepalingen mogelijk is. Welke aanpassingen gemaakt kunnen worden aan pro- en orthoses of aan de motor zelf. Voor meer informatie gaat u naar: www.smvG.site

