

INTERVIEW !

22

Foto: Wilco van Dijen

Manu Heezen

‘Gelukkig heb ik veel zelfspot’



Manu Heezen leeft nu zeventien jaar met een bovenbeenprothese.

Met een flexibele voet, want ze wil ook weleens laarzen met een

hakje aan. Ze heeft een actief leven en Manu zet zich ook in als

ervaringsdeskundige bij het project Net Als Jij. Soms vindt ze het

moeilijk dat ze niet alles kan, maar ze merkt ook dat er veel

mogelijk is.

Hoe ziet je dagelijks leven er momenteel uit?

‘Ik woon in een fijn eigen appartement in Eindhoven, werk 36 uur in de week bij een gemeente als jurist omgevingsrecht, zwem één tot twee keer in de week, ik ben als ervaringsdeskundige actief bij Net Als Jij, ik zing in een popkoor, speel piano, houd van sudoku’s, mandala’s kleuren, kleding en make up, en daarnaast spreek ik regelmatig af met vriendinnen en mijn familie. En één keer per jaar ga ik skiën. Ik ski op één been met krukken met ski’tjes eronder.’

Een druk leven, zo te horen. Kun je alles doen wat je wilt doen?

‘Nee, ik kan met mijn bovenbeenprothese bijvoorbeeld niet verder lopen dan zo’n honderd meter. Soms iets verder, als ik met krukken loop. Maar omdat de koker toch altijd in de huid drukt, heb ik snel blaren, een wondje of een verstopt haarzakje dat gaat ontsteken. Ik draag de prothese in principe altijd, behalve tijdens het douchen en ‘s nachts. Ik vind het fijn als ik thuis snel kan opstaan om thee te maken of iets te pakken. Dat gaat makkelijker met de prothese aan.’

Hoe komt het dat je prothesedrager bent?

‘Ik ben geboren met een vervormd rechterbeen. Als baby’tje waren mijn benen nog ongeveer van gelijke lengte, maar bij het ouder worden bleef de groei van het ene been achter. Ik had wel een kniegewricht, maar geen volledige voet. Toen ik zes was, ben ik voor het eerst geopereerd. Het was de bedoeling om het bot van het bovenbeen te verlengen, zodat ik een onderbeenprothese zou kunnen dragen, maar dat is niet gelukt. Op mijn achtste is het nog eens geprobeerd, maar wederom zonder succes. Daarom heb ik een tijdje met een aanpassing gelopen die aan de voorkant ruimte liet voor mijn voet. Ik kon toen alleen met een stijf been lopen. Toen ik twaalf was, is in het WKZ in Utrecht een knie-exarticulatie uitgevoerd. Hierdoor zou ik een bovenbeenprothese kunnen gaan gebruiken.’

Heb je daar als kind eigenlijk zelf voor gekozen? Of hoe ging dat?

‘De eerste operaties gebeurden na overleg tussen mijn adoptieouders, artsen en mij. Echt een bewuste

keuze is dat niet, natuurlijk, op die leeftijd. Op mijn twaalfde heb ik wel bewust gekozen voor de amputatie. Ik had iemand leren kennen in een vergelijkbare situatie. Zij had al ervaring met een relatief nieuwe prothese, een nieuw soort knie, en dat gaf me vertrouwen. Die knie maakte de optie van een amputatie voor mij interessant omdat ik dan in de toekomst beter zou kunnen lopen. Door het stijve been had ik last van mijn rug en daar wilde ik ook wel van af. Ik werd goed voorbereid. Mij is duidelijk verteld dat een stukje van mijn lichaam weg zou zijn, dat ik daar afscheid van moest nemen. De operatie duurde zes uur. Het voelde heel raar toen ik wakker werd, want ik voelde nog steeds mijn tenen wiebelen. “Is ‘ie er nu af?” vroeg ik aan mijn moeder. Ik geloofde het niet.’

Heb je nog altijd last van fantoompijn?

‘Ja, soms heb ik jeuk of pijn. Ik wilde ooit spiegeltherapie volgen, maar dat werd afgeraden. Het zou niet werken bij mij omdat ik nooit een volledig ontwikkeld rechterbeen heb gehad.’

En hoe gaat het lopen sinds de operatie?

‘Ik moest opnieuw leren lopen. Omdat de rechterkant van mijn lichaam niet helemaal volgroeid is, heb ik daar minder spierkracht. Ook moest ik mijn houding veranderen. Ik begon met een langere koker en die drukte in de lies. Broeken gaan dan ook sneller stuk, merkte ik wel. Je zit toch op een rand. Ook met fietsen is een langere koker lastig omdat deze tegen het zadel drukt. Maar nu heb ik een lage koker en dat bevalt goed.’

Je ging de puberteit in met een bovenbeenprothese. Hoe vond je dat?

‘Het voordeel was dat ik beter kon lopen, en vrijwel nooit meer in een rolstoel zat. In een rolstoel voel ik me meteen gehandicapt, ook omdat je lager zit dan gesprekspartners die om je heen staan. Als puber wilde ik ook weleens schoenen met een hak dragen en dat kon eerst niet, omdat de voet van de prothese vastzat. Toen ik hoorde dat er flexibele voeten bestaan, wilde ik dat heel graag. Het werd me afgeraden, vanwege de rugklachten, maar ik ben er nog altijd heel blij mee. Nu kan ik ook schoenen en laarzen met een klein hakje dragen. Het is ‘s morgens even klungelen, want dan moet ik de voet iets verstellen, maar daardoor heb ik wel meer keuzevrijheid.’

Rijd je ook auto?

‘Ik rijd in een iets aangepaste auto, een automaat. Het gaspedaal kan ik links of rechts opklappen. Zo kan een ander ook in mijn auto rijden. En ik fiets op een gewone fiets, een klein model met lage instap. Ik ben 155 centimeter namelijk!’

*‘Hoe zou
het zijn
als ik dit
niet heb?’*

Paspoort

- ▶ Wie: Manu Heezen
- ▶ Leeftijd: 30 jaar
- ▶ Woont: in Eindhoven
- ▶ Werk: jurist
- ▶ Bijzonder: geboren in Colombia en net als haar twee jaar oudere zus geadopteerd



*'Nu kan ik
ook schoenen
en laarzen
met een klein
hakje dragen'*

25

Kun je iets vertellen over je betrokkenheid bij Net Als Jij?

'Mijn revalidatiearts bij De Hoogstraat Revalidatie, Iris van Wijk, benaderde mij hierover toen ik 25 was. Net Als Jij gaat over de transitieperiode in de zorg. Als je achttien wordt, ga je van het ene op het andere moment over van de kinderafdeling naar de afdeling voor volwassenen. En dat is best een grote overgang. Net Als Jij is een platform waar je als jongere verhalen vindt van ervaringsdeskundigen die in een vergelijkbare situatie hebben gezeten. Ik ben daar als projectlid een van. Op dit moment krijgen zorgprofessionals tijdens workshops uitleg over de transitiefase in de revalidatie. Met deze implementatie van Net Als Jij is het de bedoeling om de overgang van 18-jarigen soepel te laten verlopen. Net als andere leden in het project team geef ik daar uitleg over. Op die leeftijd gebeurt er veel. Veel jongeren gaan dan ook op zichzelf wonen. Dan is het fijn om van anderen te horen wat je in de zorg zoal kunt tegenkomen.'

Is contact met lotgenoten belangrijk voor je?

'Ja, ik heb zelf ook nog steeds contact met een aantal mensen waarmee ik als kind op zeilkamp ben geweest.'

Hoe ervaar je op dit moment dat je een prothese draagt?

'Dubbel. Soms vind ik het nog wel moeilijk dat ik niet alles kan, dat alles lastiger gaat. Anderen doen hun best om rekening met me te houden, maar ze vergeten het uiteraard ook wel. Dan bungel ik achteraan in het pretpark. Of ik kan niet mee wandelen. Gelukkig heb ik veel zelfspot en mijn collega's en vrienden maken ook wel 'been'-grappen, waardoor we het luchtig houden. Ik wil ook niet zielig gevonden worden. Aan de andere kant weet ik niet beter, omdat ik van kinds af aan een ander been heb. Maar soms vraag ik me af: hoe zou het zijn als ik dit niet heb?'

Hebt u vragen voor Manu?

Mail haar gerust:

manu_heezen@hotmail.com

MARGREET FEENSTRA