

Ik kwam, zag en vergat wat ik van plan was

Het is 1 november 2014 als de altijd energie Frank Willem Hogervorst uit Klarenbeek besluit zijn motor nog een laatste keer voor de winter te gebruiken. “Mooi weer, net een nieuwe motor en een congres in het zuiden des lands. Beter excuus voor een lekker ritje kon ik niet bedenken”, zegt de goedlachse Hogervorst. Het ritje naar zijn D66-collega Vera Bergkamp en het landelijke partijcongres loopt helaas iets minder zonnig af. Hogervorst wordt aangereden en belandt op de eerste hulp met een bloeding in de kleine hersenen en een hersenkneuzing. “Na zes weken zou ik weer de oude zijn, maar niets bleek minder waar.”

Hersenletsel

Na ontslag uit het ziekenhuis bleef Hogervorst last houden van hoofdpijn, vergeetachtigheid, vermoeidheid en enorme woede-aanvallen. “Bovendien liet ik continu alles uit mijn handen vallen. Ik herkende mezelf totaal niet. En mijn vrouw en kinderen helaas ook niet.” Na zes weken laat de revalidatiearts de woorden ‘diffuus hersenletsel’vallen. “Maar ja, wat is dat? Geen idee”, blikt Hogervorst terug. “Ze vond dat ik moest starten met poliklinische revalidatie, maar er was een wachtlijst van vier maanden. Vier maanden waarin ik maar wat aanmodderde en absoluut niet begreep wat er met me aan de hand was.”

Wachten

Het gezinsleven staat opeens enorm onder druk. “Ik reageerde vaak normaal, maar minstens zo vaak abnormaal. Ik was boos om niks en sliep veel. Het waren vier verwarrende maanden, voor ik bij de revalidatie terecht kon.” Eenmaal daar, begon het Frank Willem te dagen waar het probleem zat. “Maar”, zo benadrukt hij, “begrijpen is absoluut nog geen accepteren.” Hij bleef het idee houden dat het nog wel beter zou worden. “Verstandig zijn en wachten tot het over is”, zo voelde die periode.

Planning

Uiteindelijk is het eind 2015 als Hogervorst de deur van de revalidatiekliniek achter zich sluit met een mooi weekschema op zak om zijn leven omheen te organiseren. Zijn politieke carrière als D66-raadslid, de letselschadezaak, rustmomenten en het gezin, alles stond erin. Een mooie planning, maar hij werkte voor geen meter. “Ik hield me niet aan het schema en het leven al helemaal niet.”

In de hoek

Desondanks vond Hogervorst dat het best goed met hem ging. Helaas voor hem dachten zijn vrouw en revalidatie-arts daar in het voorjaar van 2016 héél anders over. “Ik voelde me in de hoek gedreven, maar een lotgenote opende mijn ogen en dus stopte ik met mijn raadswerk. Voor mijn gevoel liet ik de laatste strohalm die ik had los. Ik had helemaal niks meer.” De EMDR-therapie die hij volgt, maakt het wat beter, maar echt goed gaat het nog steeds niet.

De druppel

De echte ommekeer komt later in 2016, als Hogervorst zichzelf bijna electrocuteert met een verkeerd gemaakt verlengsnoer. “Dat deed letterlijk en figuurlijk ontzettend veel pijn. Het was de druppel. Ik realiseerde me: ik ben niet meer wie ik was, dit valt niet meer te ontkennen’. Er is niet over van de handige, energieke, slimme en adremme Frank Willem. Ik ben moe, traag en onhandig geworden.”

Schrijven

Maar wonderlijk genoeg bleek er één ding beter te gaan dan voorheen: schrijven! “Ik heb minder gedachten, ben veel rechtlijniger. Dus er duiken niet constant zijsporen op in m’n hoofd. Ik kan de draad van het schrijven goed vasthouden.” Toen Hogervorst de aantekeningen uit de begindagen van zijn letsel tegenkwam, besloot hij een boek te maken. “Ik was anderen constant aan het uitleggen wat er met me aan de hand was. Het leek me gewoon wel makkelijk als er een leesbaar verhaal van bestond. Scheelde mij een hoop uitleggen.”

Totaalplaatje

Zo gezegd, zo gedaan, Hogervorst tekende zijn verhaal op. Maar dat bleek slechts het begin. Om het boek meer gewicht te geven en te laten zien dat hij de boel niet uit zijn duim zoog nam hij verhalen van alle mensen om zich heen in het boek op. “Mijn vrouw en kinderen staan erin. Zij hebben minstens zo veel, zo niet meer, last van mijn letsel. Ik ben veranderd als man en vader en niet op een positieve manier.” Daarnaast is er een bataljon aan professionals, zowel medisch als zakelijk, dat met niet-aangeboren hersenletsel te maken heeft. Ook twee ervaringsdeskundigen komen aan het woord. “En tenslotte is er ook ruimte voor eigen aantekeningen van de lezer, op de bladzijden na praktische tips die ik geef.”

Nahgenoeg

Het boek *Nahgenoeg niets te zien* brengt het leren leven met niet-aangeboren hersenletsel op een confronterende, maar ook humoristische wijze in beeld. Het is geen boek specifiek voor patiënten, ook hun naasten en allerlei professionals hebben er iets aan. “Ik wil alle partijen iets praktisch meegeven. Er is sinds een paar jaar wel wat meer aandacht voor niet-aangeboren hersenletsel, maar er is weinig vergelijk in de praktijk. Ik hoop twee boodschappen uit te dragen: als je het niet kan zien, wil dat niet zeggen dat het niet ernstig of beperkend is. En er kan al heel veel mis zijn in je leven op het moment dat je pas écht doorkrijgt wat er aan de hand is.”

Hoe het niet moet

“Ik wil andere mensen behoeden voor de fouten en problemen waar ik mee te maken kreeg”, aldus Frank Willem. “In het eerste halfjaar heb ik nauwelijks herstel geboekt, omdat ik zat te wachten op de revalidatie. Ik weet nu dat ik een heel cruciale periode heb gemist. Maar ja, ik had geen idee en dacht dat het vanzelf wel over zou gaan. Dat is soms het geval, maar soms dus ook niet. Aan het beginpunt is niet te zeggen welke kant de bal op rolt.”

Realistisch

Nahgenoeg niets te zien wil de lezer vooruit helpen. Het is geen klaagzang vol verwijten, maar juist een humoristisch, realistisch boek. “Ik hoop op bredere en eerdere herkenning en erkenning van niet-aangeboren hersenletsel. Ik hoop dat ik mensen kan helpen er beter mee om te leren gaan. Als patiënt, als naaste of als professional. Al bied ik maar één iemand een nieuw aanknopingspunt, dat is mij heel veel waard.”

Cirkel

Het boek *Nahgenoeg niets te zien* is op 18 juni aangeboden aan D66-kamerlid Verga Bergkamp. De cirkel is daarmee voor Frank Willem Hogervorst weer een beetje rond. “Zij was mijn bestemming op de dag van mijn ongeluk en zij is voor mij nu het punt waarvandaan ik weer verder ga met mijn leven.”