



Beste gastvrouw,

Hallo. Mijn naam is Hashimoto.

Ik ben een onzichtbare auto-immuunziekte en ik val je schildklier aan, waardoor deze trager gaat werken. Ik zit voor de rest van je leven aan je vastgeplakt.

Ik ben zo stiekem: je vindt me niet bij een standaard bloedonderzoek. De mensen om je heen kunnen mij niet zien, maar jij voelt dat ik er ben. Ik kan je aanvallen waar en wanneer ik maar wil en ik kan voor heftige pijnen zorgen. Of, als ik in een goede bui ben, dat je hele lichaam zeer doet.

Weet je nog dat jij vol energie rondrende en plezier had? Ik nam die energie van je af en gaf je er uitputting voor terug. Probeer nu nog maar eens plezier te hebben!

Ik kan een goede nachtrust van je wegnemen en je in plaats daarvan een gebrek aan concentratie en een slecht geheugen geven. Ik kan ervoor zorgen dat je 24/7 wilt slapen, maar ook dat je helemaal niet kunt slapen.

Ik kan ervoor zorgen dat je trilt van binnen, of dat je het koud en heet hebt als iedereen om je heen zich normaal voelt. Ik kan je opgezwollen handen en voeten geven, een opgezwollen gezicht en oogleden, of eigenlijk een opgezwollen alles.

Ik kan ervoor zorgen dat je je heel angstig voelt, compleet met paniekaanvallen, of juist heel erg depressief. Ik kan ook zorgen voor andere psychische problemen. Ken je die rare stemmingswisselingen? Dat ben ik. Huilen zonder reden? Boos zonder reden? Dat ben ik waarschijnlijk ook.

Ik kan er voor zorgen dat je haar uitvalt of droog en broos wordt en dat je huid droog wordt. Niets is mij te gek. Ik kan ervoor zorgen dat je aankomt, wat je ook eet of hoeveel je ook sport. Ik kan ervoor zorgen dat je gewicht lekker hoog blijft.

Als je plannen hebt, of je verheugt op een geweldige dag, kan ik roet in het eten gooien.



Ik heb gehoord dat je naar een dokter gaat om te proberen van me af te komen. Daar lach ik om. Probeer het maar. Je zult naar veel verschillende dokters moeten gaan tot je er één vindt die je werkelijk kan helpen. Je zult de verkeerde medicijnen krijgen, verteld worden dat je er maar mee moet leren leven, dat je overspannen bent of lijdt aan angst of depressies, waarvoor je kalmeringsmiddelen en antidepressiva voorgeschreven krijgt.

Er wordt gezegd dat je gewoon moet rusten en goed moet sporten en dat het dan wel weg zal gaan. Je krijgt de raad positief te denken, er zal in je worden geprikt en gepord en het ALLERBELANGRIJKSTE, je zal niet serieus genomen worden wanneer je aan de zoveelste arts probeert uit te leggen hoe slopend ik ben. Hoe ziek en uitgeput je je daadwerkelijk voelt. In alle waarschijnlijkheid krijg je een verwijzing om naar een psychiater te gaan.

Je familie, vrienden en collega's zullen allemaal naar je luisteren. Totdat ze het zat zijn om aan te horen hoe ziek ik je laat voelen en hoe slopend ik kan zijn. Sommigen van hen zullen dingen zeggen als "Als je gewoon opstaat en aan de slag gaat, naar buiten gaat en dingen gaat doen, zul je je beter voelen". Ze zullen niet begrijpen dat ik de brandstof van je wegneem, die je lichaam en geest gebruikt om die dingen te kunnen doen.

Je zult dingen horen als "Oh, een collega van mij had dat ook en met medicatie gaat het nu prima" als je wanhopig graag wilt uitleggen dat ik bij iedereen anders te werk ga. Dat het, alleen omdat die collega het goed doet op de medicijnen die ZIJ neemt, niet betekent dat het voor jou ook zo zal werken.

Ze zullen niet begrijpen dat met mij in je lichaam geen twee mensen hetzelfde op medicatie reageren, want laten we wel wezen. Dan wordt het voor mij maar knap saai!

De enige plek waar je de juiste ondersteuning en begrip zal vinden in het dealen met mij, is op een plaats met andere mensen die mij ook hebben. En 'gelukkig' zijn dat er genoeg!

Ik ben Hashimoto. Welkom in mijn wereld.