



Beste Hashimoto,

Hallo, mijn naam is Vera Kamphorst. Ik ben jouw gastvrouw. Ik ben een liefdevolle, zelfbewuste vrouw vol levenslust. Ik zorg graag voor anderen, dus ik hoop dat ook jij je welkom voelt in mijn lichaam.

Dank voor je verhelderende brief. Je hebt gelijk, je bent best wel stiekem binnengekomen. De eerste jaren heb ik zelfs niets van je aanwezigheid gemerkt. Ik was wat vaker moe dan normaal, maar ik dacht dat ik iets te hard had gewerkt en het gewoon iets rustiger aan moest doen. Ik had geen idee dat jij het was, die je aanwezigheid kenbaar wilde maken.

Om eerlijk te zijn had ik jou ook in de jaren daarna geen idee van je aanwezigheid:

- Al die keren dat mijn huid pijn deed en ik niet begreep waarom.
- Of al die keren dat het leek alsof er zand in mijn gewrichten zat; zoveel pijn en stramheid. Ik leek wel een oud vrouwtje met reuma.
- En die darmen! Alsof ik van binnen bont en blauw was geslagen.
- En al die keren dat ik uitgeput op de bank lag en te moe was om mijn oogleden op te tillen om tv te kijken.
- Elk jaar trok ik me iets meer terug. Ik trok al die gezelligheid niet meer.
- Zelfs toen ik in korte tijd 25 kilo aankwam en mijn haar met handen tegelijk uitviel ging er geen belletje bij mij rinkelen.
- Hoeveel ik ook sliep ik was nooit uitgerust. (En zelfs het slapen onder een vier seizoenen dekbed met deken in hartje zomer schudde mij niet wakker.)

Ik heb niet goed opgelet, terwijl jij toch duidelijke signalen af gaf, Hashimoto.

Jammer, we hadden al veel eerder kennis kunnen maken.

Zoals je al voorzag in jouw brief, koste het mij zes jaar en vier artsen om erachter te komen dat jij was ingecheckt in mijn bed & breakfast en jij de reden was van mijn vertraagde schildklier en mijn klachten.

Al die jaren hebben mijn artsen mij verteld dat mijn schildklier wat traag was en dat ik door het slikken van medicijnen dit vertraagde tempo weer kon verhogen. Met die vage klachten moest ik leren leven. Dus dat deed ik ook. Ik paste mijn werk en mijn leven op dit vooruitzicht aan. Het was af en toe een hele strijd, maar ik deed het.



En zoals je al voorspelde, deed ik ook mijn best om alle goed bedoelde adviezen van mijn omgeving op te volgen. Ik nam die massages tegen de pijn en ging meer bewegen om zo toch wat van die extra kilo's kwijt te raken. Maar inderdaad, zonder enig resultaat. Omdat dit gewoon niet zo werkt.

Omdat jij gewoon niet zo werkt.

Mijn omgeving begreep pas hoe ik mij voelde toen ik jouw brief aan hen liet lezen. En om heel eerlijk te zijn, ook ik ging toen pas echt begrijpen hoe ik me voelde. Ik moest wel even slikken toen ik de brief las, moet ik je bekennen. Jouw bijna vijandige toon maakte me verdrietig en daarna heel strijdvast. Ik moest en zou jou verslaan!

Ik ben me in jou gaan verdiepen en heb veel over je geleerd. In jouw Hashimoto Handboek staat precies wanneer jij wel en niet in actie moet komen. En door mijn studies, jarenlange ervaring en lotgenotencontact heb ik het geluk nu een flink aantal hoofdstukken van jouw Hashimoto Handboek in handen te hebben.

Ik begrijp nu dat de ontbrekende hoofdstukken gaan over de wisselwerking tussen lichaam en geest en de manier waarop ik denk. Hoe ik denk over ziekte, over jou, maar vooral ook over mezelf. Graag zou ik deze laatste hoofdstukken samen met jou vertalen in een taal die ik begrijp.

Als we samenwerken hoeven we tenslotte allebei niet meer zo hard te werken en wordt het leven voor ons allebei fijner. Misschien kan jij binnenkort dan eindelijk eens lekker gaan uitrusten in mijn bed & breakfast. Wil jij dat ook?

Ik ben Vera Kamphorst en ik ben Happy met Hashimoto. Welkom in mijn wereld.

Deze brief is mijn persoonlijke reactie op de brief 'Hallo, ik ben Hashimoto'. In deze brief stelt de ziekte Hashimoto zich voor aan zijn gastvrouw. Een onmisbare brief voor iedereen die aan deze ziekte lijdt.