

*Hallo*

Mijn naam is Hashimoto. Ik heb mijn intrek in jouw lichaam genomen en hier blijf ik de rest van je leven wonen.

Ik ben een onzichtbare auto-immuunziekte en ik veroorzaak ontstekingen in jouw schildklier. Hierdoor raakt de schildklier beschadigd en kan deze steeds minder hormoon aanmaken. Ze zeggen dat hij daar trager van gaat werken.

Ik ben best stiekem: je ziet me namelijk niet bij een standaard bloedonderzoek naar de werking van de schildklier. Alleen als je ook naar mijn antistoffen anti-TPO en anti-TG zoekt, kun je mij vinden. Ook de mensen om je heen kunnen mij niet zien, maar jij voelt dat ik er ben.

Mijn werkzaamheden kunnen een heel scala aan klachten veroorzaken. Dat is niet mijn bedoeling, maar zo werkt het lichaam nu eenmaal. Alles is met elkaar verbonden. Dus als ik eens lekker aan de slag ga met opruimen van indringers, dan hebben andere cellen, weefsels, organen en jij daar mogelijk ook last van. Daar kan de schildkliermedicatie die jij slikt helemaal niets aan veranderen.

Natuurlijk is het is superbelangrijk dat jij die medicatie slikt, want je vult hiermee tekorten aan. Maar die schildkliermedicatie stopt mij niet in mijn werkzaamheden. Ik hou ervan om ontstekingen te veroorzaken en rommel op te ruimen. Ik weet vaak van geen ophouden.

Andere organen en weefsels zijn niet zo blij met mij. Zodra ik in actie kom, slaan jouw hersenen groot alarm. Daarmee weten de andere organen en weefsels dat de beschikbare brandstof zoveel mogelijk gereserveerd wordt voor mij en mijn collega's van het immuun-systeem. Samen met hen bescherm ik jou immers tegen ongewenste indringers. Ik ben dus superbelangrijk. De rest kan wachten tot de boel weer veilig is.

Het groeien van jouw mooie bos haar? *Moet wachten.*

Soepele spijsvertering? *Moet ook wachten.*

Ontgiften van je lichaam? *Niet nu.*

Gewicht verliezen? *Ben je gek! Vasthouden dat vet! Dat heb ik misschien nog nodig.*

Libido? *Totaal niet belangrijk voor mij, dus kan worden uitgezet.*

Vruchtbaarheid? *Hmm, misschien beter later..*

Herstellen van beschadigde lichaamscellen? *Kan ook later. Als ik klaar ben.*

Motivatie en zin om leuke dingen te gaan doen? *Weg!*

Je thermostaat op standje aangenaam? *Niet nodig. Ik zet je zelfs een paar graden kouder.*

Zonde van de benodigde brandstof, die kan ik beter gebruiken.

Stralende huid? *Nergens voor nodig. Dof, gelig en koud is prima.*

Kortom: alle brandstof voor energie-aanmaak, productieprocessen en de fijne dingen van het leven gaat naar mij. Daardoor kan ik mijn werk doen en raak jij steeds iets verder uitgeput. En die vermoeidheid neem je helaas niet weg met wat extra slaap. Ook al slaap je 14 uur aan een stuk: je blijft vermoeid. Ik kan me goed voorstellen dat je soms van mijn aanwezigheid baalt.

Zoals gezegd is schildkliermedicatie heel belangrijk, maar het stopt mij niet in mijn werk. Daar is meer voor nodig. En alhoewel ik mijn werk superleuk vind, hou ik ook van vakantie. Parttime werken of vervroegd met pensioen gaan, klinken me ook goed in de oren! Dus, laten we eens om tafel gaan zitten om te kijken hoe ik wat minder kan gaan werken, zodat jij meer energie overhoudt. Op het gebied van voeding, leefstijl en omgang met mij kunnen we best mooie compromissen sluiten. Laten we gaan samenwerken in plaats van elkaar te bevechten. Daar worden we allebei blijer van, denk ik.

Aangenaam kennis te maken.

Ik ben Hashimoto en ik woon de rest van je leven in jou.