

Gery leert opnieuw lopen na duikongeluk

Haar grote doel is weer te leren lopen. Haar grootste droom is om ooit haar beroep als fotograaf op te kunnen pakken. Gery ter Velde (49) uit De Zilk, gemeente Noordwijk, raakte in een coma na een duikongeval in Sardinië in september 2016.

De oorzaak: gasbelletjes in haar hersenen. Weken later werd ze wakker in het Leids Universitair Medisch Centrum. Ze kon niet praten, ze kon zich niet bewegen. Drie jaar later werkt ze nog steeds keihard aan haar revalidatie. Ze blijft vooruitgang boeken, maar de weg naar herstel is lang. En veel therapieën die ze volgt, worden niet vergoed.

Eén foto springt in het oog, als je op zoek gaat naar de onlangs opgerichte stichting 'Climbing up from the deep'. Gery ter Velde, met op haar rug een zware dubbelset, klautert na een stevige duik op de Noordzee aan boord van het duikschip Aquila. Dit is niet voor beginners. De Zilkse dook bijna twintig jaar, heeft meer dan 1500 duiken in haar logboek, is opgeleid tot grot-duiker en technisch duiker en gaf als duikinstrucent zelf les. Ze maakte als vrijwilliger ook regelmatig duiken voor Ghost Fishing, een organisatie die spooknetten uit zee haalt, zodat er geen onderwaterleven meer in verstrikt raakt. Ze had nog nooit een 'foute duik' gemaakt, was altijd gezond weer boven gekomen.

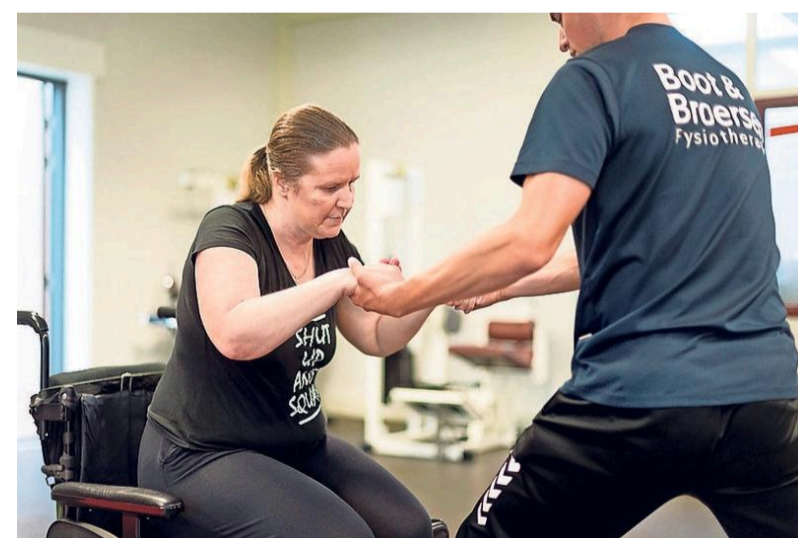
Knuffel

Ook haar laatste in september 2016 – een diepe Tech 2-opleidingsduik op het wrak van de LT221 in de Middellandse Zee bij Sardinië – verliep volgens het boekje. Gery en haar teamleden Ted Huikeshoven en Pim Jonker begonnen precies volgens de planning aan de opstijging, ze maakten keurig en strak hun decompressiestops op weg naar boven. Elke minuut klopte. Op de laatste stop voordat ze hun hoofd weer boven water staken, werd duidelijk dat instructeur Stefano bijzonder tevreden was.



Gery ter Velde dook bijna twintig jaar.

FOTO BRACENT



Doel: weer kunnen lopen.

FOTO TACO VAN DER EB

Hij gaf onder water de twee mannen een hand en Gery een knuffel. Even later klom Gery lachend aan boord.

Haar partner Ted Huikeshoven: „Ik weet het nog precies. Aan boord ging ik naast haar op het bankje zitten om mijn duikset uit te trekken. Ze zei ineens 'ik voel me niet goed' en ze zakte zo onderuit." Het ging van kwaad tot erger, eerst was Gery nog bij bewustzijn,

maar ze zakte steeds verder weg. Toen ze na de boottocht terug naar de haven en de ambulanceerit in het ziekenhuis terecht kwam, was ze inmiddels in coma.

Belletjes

Uiteindelijk bleek Gery een klein gaatje in haar hart te hebben, een 'shunt'. Daardoor ontstond er een verbinding tussen de adellijke en slagaderlijke bloedsomloop, waar-



Stapje voor stapje, hard werken aan herstel bij praktijk Boot en Broersen. Ted Huikeshoven, achter Gery ter Velde, helpt mee.

FOTO TACO VAN DER EB

door bij de duik ontstane belletjes niet door haar longen konden worden weggefilterd maar in haar hersenen terecht kwamen. In het ziekenhuis in Cagliari kreeg Gery acht lange behandelingen in de hyperbare kamer, waar ze onder druk werd gebracht om de belletjes te verkleinen en af te voeren. Dat lukte maar ze hadden wel grote schade aangericht in de buitenste schil van Gery's hersenen.

Achttien dagen na het duikongeluk werd Gery vanuit Sardinië naar het LUMC overgebracht. Na nog eens 22 dagen in het Leidse ziekenhuis werd ze verplaatst naar een gespecialiseerd revalidatiecentrum van Heliomare. Daar leerde ze in vijfenhalve maand tijd weer praten, lezen en zitten. Langzaam begonnen ook haar armen en benen te bewegen.

Wonen

Ted Huikeshoven: „In Heliomare zeiden ze vlak voor het ontslag: waar gaat Gery wonen straks?" Gery: „Nou, wat dacht je van

thuis?" Dat was niet waar ze in het revalidatiecentrum op aan stuurden. De specialisten dachten meer aan een plekje in een verpleeghuis. Huikeshoven vindt het opvallend hoe de artsen in Nederland enthousiasme en hoop probeerden te temperen. „Als ik een verbetering zag en daar heel erg blij mee was, zeiden ze bij Heliomare vaak 'hecht daar nog maar niet te veel waarde aan'."

Heel anders zijn de ervaringen met de Italiaanse artsen, die Gery hielpen in het ziekenhuis van Cagliari. De artsen daar behandelen regelmatig mensen die een duikongeluk hebben gehad. „We hebben nog steeds contact met het ziekenhuis, met name met één arts, Diego. Hij kan over kleine verbeteringen net zo enthousiast zijn als wij. Hij zegt: elke zichtbare verbetering, hoe klein ook, betekent enorm veel. Hij zegt ook altijd dat we hard moeten blijven werken en dat verbeteringen zelfs lange tijd na het duikongeluk nog mogelijk zijn. In Nederland zei een arts twee

maanden na het ongeval: dit zal het zo ongeveer zijn."

Gery bewijst dat dat niet zo is. De elektrische rolstoel is al weer enige tijd geleden ingeleverd. Ze beweegt zich nu voort in een gewone rolstoel, een goede oefening voor haar armen. Of op haar driewiel-fiets, een goede oefening voor de benen. Er zijn al heel wat nieuwe verbindingen in haar hersenen gelegd, zegt ze: nu moet ze die nieuwe padjes in haar hoofd zo veel mogelijk gebruiken. Met ondersteuning loopt ze ook stukjes in huis: van de rolstoel aan de ene kant van de woonkamer naar de keukentafel aan de andere kant, dan terugrijden in de rolstoel en weer opnieuw. Zestig meter gelopen, schreef ze deze week enthousiast op haar Facebookpagina.

Ted Huikeshoven: „Vanaf het moment dat duidelijk was wat er precies aan de hand is in haar hoofd, zijn we gaan zoeken naar manieren, trainingen en therapieën om steeds beter te worden. Neuro-acupunctuur hebben we gepro-

beerd, daar merkten we niet veel van. Neurofeedback juist weer wel. Na de eerste paar sessies leek de mist op te trekken in haar hoofd. Gery werd helderder, ze kon meer hebben, hoefde minder te rusten." Twee intensieve trajecten bij een revalidatiekliniek in Spanje - in 2018 - hebben eveneens veel opgeleverd.

Personal trainer

Gery: „Ik heb daarnaast ook veel aan de personal training bij de praktijk van Boot en Broersen in Lisse." Ze krijgt er naast fysiotherapie stevige trainingssessies in de sportsaal: houding, lopen, coördinatie, kracht, uithoudingsvermogen en dat soort dingen. Stapje voor stapje gaat ze vooruit. Ze heeft zelfs haar foto-toetsel weer opgepakt. Nog niet professioneel, de fijne motoriek is nog niet voldoende hersteld om alle knoppen goed te kunnen bedienen. Maar ook met de camera maakt ze flinke stappen. Ze droomt ervan om op termijn weer aan het werk te kun-

nen als fotograaf.

Inmiddels steken meer en meer mensen een helpende hand uit door te doneren aan de stichting Climbing up from the deep, die Huikeshoven heeft opgericht met hulp van vrienden. Grote hindernis in het langdurige revalidatietraject is dat de zorgverzekering nu nog maar een klein deel van de therapieën vergoedt. „Een half uur fysiotherapie per keer", zegt Huikeshoven. „En Gery kan bijvoorbeeld een aantal uur ergotherapie vergoed krijgen. Daar leren ze je om te gaan met je beperking. Veel andere therapieën betalen we zelf. Maar het spaartje van Gery raakt langzamerhand op."

Gery blijft er vrolijk en opgevoerd onder. Lachend: „Die ergotherapie daar ben ik nu nog niet aan toe. Eerst zo goed mogelijk herstellen, daar ben ik nog niet klaar mee."

Voor meer informatie: www.climbingupfromthedeep.nl

Annet van Aarsen

'Elke verbetering, hoe klein ook, betekent veel'