STILTE

Een verhaal van coma, hoop en samen vechten

Auteur: Rick Habets

Voor Suus
Dankzij jou leef ik nog

Inhoudsopgave:

Hoofdstuk 1: Ziek worden Pag. 7

Hoofdstuk 2: December

- 2.1: Kritieke fase Pag. 11
- 2.2: Onzekerheid Pag. 17

Hoofdstuk 3: Januari

- 3.1: Nog steeds kritiek Pag. 51
- 3.2: Herhaling Pag. 61
- 3.3: Lichtpuntjes Pag. 75
- 3.4: Terugval Pag. 88

Hoofdstuk 4: Februari

- 4.1: Eerste signalen Pag. 105
- 4.2: Wakker Pag. 111
- 4.3: Terug in bewustzijn Pag. 119
- 4.4: Verjaardagen Pag. 127

Hoofdstuk 5: Maart

- 5.1: Dialyse Pag. 132
- 5.2: Bloemen Pag. 138
- 5.3: Juiste richting Pag. 144
- 5.4: Vaarwel IC Pag. 146

STILTE

Een verhaal van coma, hoop en samen vechten

Voorwoord

Dit boek is geen medische reconstructie en zeker geen heldenverhaal. Het is het verslag van een periode waarvan ik zelf een groot deel niet bewust heb meegemaakt... Een tijd die voor mij zwart en stil was, maar voor de mensen om mij heen allesbehalve. Toen ik na mijn IC-opname maanden later de schriften, appjes en dagboeknotities van mijn vriendin, familie en vrienden teruglas, besefte ik pas echt wat er was gebeurd. Wat zij hebben doorstaan. Hoe dicht ik bij de rand ben geweest, en hoe hard er aan de andere kant gevochten is om me terug te brengen.

Ik heb dit boek geschreven om twee redenen.

- **Voor mezelf.** Om de stilte van het coma te vullen met de stemmen die mij overeind hebben gehouden. Om te begrijpen wat er is gebeurd in de tijd die ik kwijt ben. Het begon als een vorm van therapie – een manier om grip te krijgen op iets waar geen grip op te krijgen was.
- **Voor iedereen die ooit machteloos naast een ziekenhuisbed heeft gestaan.** Als partner, als ouder, als vriend. Dit verhaal laat zien wat er achter de schermen gebeurt wanneer iemand 'kritiek' wordt genoemd. Hoeveel liefde, angst, humor en hoop er schuilgaan in uren die maar niet voorbij lijken te gaan.

Gaandeweg merkte ik dat dit boek méér werd dan alleen verwerking. Ik begon te voelen dat mijn verhaal misschien anderen kan helpen – mensen die zelf in een vergelijkbare situatie terechtkomen, of die iemand hebben zien vechten tussen blijven en verdwijnen. Als dit boek iets mag betekenen, dan hoop ik dat het licht kan brengen in een periode die voor velen donker en verwarrend is.

Mijn naam is Rick Habets, 47 jaar, een man die normaal gesproken midden in het leven staat en geniet van alles wat het leven te bieden heeft. Ik woon in Simpelveld samen met mijn partner Suus Grond en onze hond Jaxx, een lieve maar eigenwijze American Stafford. Ik werk als Operations Manager bij Heuschen Schrouff, in de logistiek, een rol waarin ik me na mijn herstel opnieuw ben het uitvinden.

In dit boek komen veel stemmen terug. Stemmen die mij door deze periode heen hebben gedragen. De belangrijkste zijn:

- Suus, mijn partner, mijn anker, degene die elke minuut bijhield terwijl ik ergens anders zweefde.
- Rita, mijn moeder, die geen dag oversloeg.
- Roy en Annemarie, mijn broer en zijn partner, altijd dichtbij.
- Cheyenne, mijn dochter.
- Dirk en Erinke, de kinderen van Roy, en hun partners Lieke en Wout.

Rick G en Kirsten mijn schoonbroer en zijn vrouw

En dan was er nog Maurice, een goede vriend die mij, toen ik in coma lag elke dag nieuwsberichten stuurde. Berichten die ik toen niet kon lezen, maar die nu een onverwacht kostbare draad vormen tussen de wereld waarin ik lag en de wereld die doorging zonder mij.

Alle dagboeknotities, appjes, zorgverslagen en berichten heb ik herschreven en soms wat ingekort om er een leesbaar geheel van te maken. Elk woord is echter geworteld in de werkelijkheid van toen – de rauwheid, de angst, de liefde en de hoop.

Waarom sommige dagen terugkomen

Je zult merken dat bepaalde dagen meerdere keren beschreven worden, soms vanuit verschillende stemmen. Dat is geen fout, maar een bewuste keuze. Het laat zien hoe één gebeurtenis door verschillende ogen werd beleefd – hoe dezelfde dag voor iedereen anders voelde.

Herhaling is hier niet alleen een stijlmiddel, maar een manier om jou als lezer mee te nemen in de werkelijkheid van toen: een werkelijkheid waarin alles stil leek te staan, waarin wachten eindeloos duurde en waarin hoop en angst elkaar steeds opnieuw afwisselden. Door die herhaling voel je wat wij voelden: de traagheid, de onzekerheid, de herhaling van zorgen en kleine lichtpuntjes.

Dit boek is geen chronologische opsomming, maar een mozaïek van stemmen en emoties. Samen vormen ze het verhaal van een periode waarin tijd zijn betekenis verloor, en waarin liefde en volharding het enige houvast waren.

Als dit boek iets mag doen, dan hoop ik dat het laat zien dat niemand een crisis alleen doormaakt, ook niet als je zelf even verdwenen bent. Er zijn altijd mensen die blijven vasthouden, zelfs wanneer jij het niet voelt.

Dank dat je dit verhaal wilt lezen.
Het betekent meer dan je misschien denkt.

Hoofdstuk 1: Ziek worden - Opname

Door Suus

Je was de hele week ziek geweest, maar vrijdag ging het ineens veel slechter. Ik vertrouwde het niet, maar zoals altijd bleef je koppig. Uiteindelijk luisterde je en legde ik je in bed. Met paracetamol zakte de koorts een beetje en het leek of je opknapte. Je wilde zelfs rond negen uur weer naar beneden. Later hoorde ik dat je je broer had gebeld. Hij dacht dat je dronken was, omdat je nauwelijks te verstaan was. Achteraf gezien was dat een van de eerste echte alarmsignalen. Rond middernacht kreeg je het weer koud. Jij wilde nog steeds niet dat ik belde, maar om 03.15 uur trok ik het niet meer en deed ik het toch. De vrouw aan de lijn wilde je zelf spreken, maar ze verstond je niet. “We sturen meteen een ambulance, mevrouw.” Mijn lichaam schoot vol adrenaline. Ik raakte in paniek maar werd tegelijk boos: de gang stond nog vol. Dus stond ik om half vier ’s nachts de boel op te ruimen terwijl de ambulance onderweg was. Jaxx sloot ik op in de woonkamer. Boven, bij jou, zag ik twee ambulancebroeders elkaar aankijken. Jouw saturatie was 30%. Ik wist niet precies wat dat betekende, maar ik zag aan hun gezichten genoeg. Je moest mee. Ik wilde eigenlijk bij Jaxx blijven, want dat voelde veiliger. Maar dat was geen optie. De situatie was kritiek. Lopend brachten ze je naar beneden. Ik trok snel een broek aan, greep mijn spullen, en we reden weg. Buiten het dorp gingen de sirenes aan. Je vroeg nog waarom Jaxx niet mee mocht. De ambulancemedewerker zei zacht dat hij hoopte dat we op tijd zouden komen. Hij zei ook dat ik op het juiste moment had gebeld, want anders

had je thuis zomaar in coma kunnen raken... of erger. In het ziekenhuis stond meteen een team klaar. Alles ging snel. Met zuurstof klom je saturatie even naar 45%, maar zonder zakte het direct weer. Ik zat machteloos op een stoel. Naast me de ambulancebroeder. “Hebt u kinderen?” vroeg iemand. “Hij heeft een dochter,” zei ik. “Dan belt u haar beter meteen.” Ze brachten je naar de IC. Ik belde Cheyenne en Roy. Toen ik je even mocht zien voordat ze je gingen beademen, begon je te schelden omdat ik Cheyenne had gebeld... Ze zou die avond op vakantie gaan. Toen begon het lange wachten.

Door Rita

Lieve Rick, Zo was het niet bedoeld. We hadden andere plannen. En dan gaat ’s ochtends vroeg de telefoon. Suus vertelde dat je met loeiende sirenes naar het ziekenhuis was gebracht. Ik wist even niet hoe ik moest ademen. Op de automatische piloot reed ik naar Heerlen. Toen ik aankwam, lag je al aan allerlei apparaten. Ik kon niet eens meer tegen je praten. Dat was misschien wel het moeilijkst. Er was nog zoveel te zeggen, te vragen, vast te houden. Maar ik moest sterk blijven. Dat probeerde ik. Al voelde het alsof ik van binnen brak. We hebben in familieoverleg besloten dat Cheyenne toch op vakantie moest gaan, omdat jij dat zo gewild zou hebben. Ikzelf moest maandag geopereerd worden — ook dat ging gewoon door. Het voelde allemaal zo dubbel: het leven dat doorgaat terwijl je kind daar stil ligt. Naarmate de uren voorbij gingen, werd je toestand steeds slechter. Op de IC vonden ze het beter om de naasten te bellen. Roy en Annemarie kwamen meteen. We mochten de hele zaterdagmiddag bij je blijven. Dat voelde goed, hoe pijnlijk de situatie ook was. We stonden machteloos, maar we stonden er wel bij. Dat was het enige wat we voor je konden doen.

Door Roy

Het is dinsdagavond 17 december. Tijd om alles eens even op te schrijven, want de afgelopen dagen zijn... hectisch is een zacht woord. Vorige week dinsdag belde ik je, of we iets gingen plannen voor zondag. Geen gehoor. Even appen dan maar. “Alles ok?” “Niet echt. Ben al zes kilo afgevallen.” Achteraf gezien: rode vlag nummer één. Vrijdag belde je ineens wél. ’s Avonds laat. En dat gesprek was... eerlijk gezegd niet te volgen. Je sprak wartaal, alsof je onder invloed was. Annemarie keek me ook meteen raar aan. Ik dacht: hij heeft iets gedronken ofzo. Suus bellen? “Doen we morgen wel.”

Zaterdagochtend, 04.14 uur, telefoon. Suus. Paniek in haar stem. Ambulance. Ziekenhuis. “Ik bel straks weer,” zei ze. Om zeven uur appte ik weer: ze waren je aan het draaien. Oké. We kunnen dus niks doen. Dan maar golfen met z’n drieën, want ergens moet je iets doen met de spanning. Tijdens de negende hole belde moeder. Het ging helemaal niet goed. “Kom maar snel deze kant op.” En bij haar berichtgeving weet je nooit precies hoe slecht het echt is, maar dit klonk... serieus. Rond het middaguur kwamen we op de IC. Precies op het moment dat ze de ECMO-machine aansloten. Toen drong het pas écht binnen: dit was levensbedreigend. Extreem. Je lag daar, omringd door machines. Machteloos. En ik ben niet zo goed in machteloos zijn, dat weet je. Wachten, hopen, observeren. Meer konden we niet doen. Suus hield zich sterk. Maar toen we even samen naar buiten liepen, zag ik het: ze begreep heel goed hoe ernstig het was. Ik ben om kwart voor zeven weer gegaan om Suus op te halen voor het bezoekuur. En daar gingen we weer. De volgende ronde in deze achtbaan.

Rick:
Ik heb nu drie perspectieven gelezen op dezelfde dag. Drie mensen die van me houden en drie manieren waarop ze mijn val zagen gebeuren. Zelf herinner ik me er niets van, zwart, stilte... En
misschien is dat maar beter ook. Maar uit alles wat ik nu teruglees, uit wat artsen later vertelden, en uit wat Suus deed door wél te
bellen terwijl ik nee bleef zeggen, weet ik één ding zeker: Ik ben er nog omdat zij handelde. Omdat mijn familie om me heen stond. Omdat ze me niet lieten gaan. En dat besef? Dat komt hard binnen...

Door Roy
Zaterdagavond. Eerste bezoekuur. Het ergste shockmoment was een beetje gezakt, maar nu drong de ernst écht tot ons door. We werden opgevangen door het IC-personeel, en de rust die die mensen uitstralen… dat doet iets. Het geeft vertrouwen. Ze legden nog eens rustig en duidelijk uit wat er allemaal in je kamer staat, wat alles doet, waarom het piept. Vanmiddag was dat allemaal langs ons heen gegaan. Machtig interessant, behalve als het aan je broer vastzit.
Je was “kritiek-stabiel”. Het was niet verder achteruit gegaan. En dat alleen al voelde als winst. Alle instellingen stonden op maximaal, maar het werkte, voor nu. Uit het gesprek met de verpleegkundigen werd duidelijk dat dit geen kwestie zou worden van dagen, maar van weken. Weken onzekerheid. Weken afwachten. ’s Avonds thuis hebben we met moeder besproken dat haar operatie op maandag toch doorgaat. Ze wilde hem eerst afzeggen, maar ja... jij had gezegd dat ze moest gaan. En jij had wél moeten beloven dat je je best zou doen om uiterlijk dinsdag iets van vooruitgang te laten zien.

Hoofdstuk 2: December

2.1 Week 3: Kritieke fase

Zondag 15 december

Door Rita
Zondag. The day after. Het was druk op de Huls. Alle kinderen, kleinkinderen, iedereen bij elkaar. De verrassing die ze voor mij gepland hadden ging natuurlijk niet door, maar het samen zijn voelde toch waardevol. Even ontbijten, even ademen, en toen splitsten we op: de een ging wandelen, de ander op bezoek. Ik ging natuurlijk naar jou. Maar helaas: nog geen verbetering. Ik kan het nog steeds niet vatten. Mijn hoofd wil het niet accepteren. Morgen kan ik niet komen, want ik word geopereerd. Jij zou me brengen en halen... dat zou onze dag worden. Gelukkig nam je broer dat nu over. Maar het voelde allemaal zo onnatuurlijk. Zo verkeerd.

Door Roy
’s Ochtends belde ik even voor een update. Niet veel nieuws: alles hetzelfde gebleven. En gek genoeg voelt dat dan ineens als goed nieuws, geen achteruitgang is vooruitgang. Inmiddels hadden we in allerlei appgroepen laten weten wat er met je aan de hand was. We kregen ontzettend veel lieve reacties terug. En natuurlijk ook een hele hoop onnozele die vroegen of ze even op bezoek konden komen voor een praatje. Goed bedoeld, maar totaal niet handig. Suus en moeder hadden ondertussen een halve dagtaak aan het beantwoorden van berichtjes. Elk telefoontje, elk appje, iedereen wilde iets weten. We waren van plan om met je moeder een rondje te gaan wandelen. Even koffie bij De Remise. We moeten nog eens navragen

hoe die annulering is aangekomen daar, met ons
Rotterdams accent, namens de familie Habets… De kinderen zaten allemaal bij opa en oma aan de lunch. Dat leidde ze gelukkig even af en eerlijk gezegd ons ook een beetje. 's Middags ging ik met de kinderen wandelen. Even frisse lucht, even iets anders doen dan wachten. Ma en Suus gingen ondertussen met Annemarie naar jou. Jouw situatie was nog steeds hetzelfde. Geen verbetering, geen verslechtering, maar het wachten begon nu echt zwaar te worden. We dronken een glühwijntje op je, daar op het station. Proost, broertje. Zondagmiddag, na het bezoekuur en de wandeling, hebben we even samen gegeten. Gewoon zoals we het hadden gepland. Met elkaar. Het was fijn en eerlijk gezegd ook precies wat we op dat moment nodig hadden. Zet 'm op, Ricky.

Rick
We zouden op 15 december met zijn allen gaan wandelen en daarna een hapje eten bij eetcafé De Remise in Partij. Een soort klein uitje, omdat mam op de 16e aan haar voet geopereerd zou worden en daarna een tijd niet meer kon wandelen. Voor mij is dat uitje nooit meer doorgegaan.

Door Maud (IC-verpleegkundige)
Ramon en ik hebben de afgelopen twee avonddiensten voor u gezorgd. U wordt op dit moment in slaap gehouden en beademd. Omdat uw longen zo ernstig ziek zijn, ondersteunen we u met een speciaal apparaat dat uw bloed van zuurstof voorziet: de ECMO.
U krijgt antibiotica en verschillende andere medicijnen toegediend, in de hoop dat uw longen de komende dagen kunnen herstellen.
Heel veel beterschap gewenst.

Rick:
Zoals ik eerder al benoemde, hield een goede vriend me, op zijn eigen manier, op de hoogte van het 'nieuws van de dag'. Met een flinke knipoog, natuurlijk. Achteraf besef ik pas hoe waardevol dat is geweest. Kleine berichten, soms grappig, soms bot, soms compleet van de hak op de tak... maar allemaal met grote impact. Het zijn precies die kleine gebaren die je raken wanneer je ze terugleest. Vanaf dit punt zal ik zijn appjes combineren met de datums uit het dagboek, zodat er één compleet overzicht ontstaat van wat er om me heen gebeurde terwijl ik zelf niets meekreeg. En nog even dit:
sommige van zijn berichten kunnen rauw of grof overkomen voor wie mij minder goed kent. Voor mij is dat totaal niet zo. Hij stuurde ze aan míj, op onze manier. Dus lees het niet te serieus of te zwaar, dit is gewoon hoe wij met elkaar praten.

Nieuws van de dag 16 December:
Zo, auwuh... Omdat jij voorlopig toch in slaap wordt gehouden, ga ik maar een paar (niet) noemenswaardige dingetjes per dag voor je bijhouden.

- Roda verliest vrijdag van Dordrecht. Symptomatisch: wel overwicht, nul creativiteit, geen afmaker. Aansluiting wéér gemist.
- In de nacht van vrijdag op zaterdag wordt ene Rick H. in Simpelveld voor de tweede keer in een paar jaar uit zijn nest gelicht. Deze keer met een andere bestemming.
- Er is een appgroep voor Rick H. opgericht waarin wat bekenden hun steun uitspreken. Best dom eigenlijk, want de betreffende persoon ligt in coma. Maar hé, het idee is lief.
- Mocht je nog crypto hebben: Bitcoin is door de €100.000 heen. Misschien word je slapend rijk.

Maandag 16 december

Door Roy

Maandag. Weer een drukke dag. Bijna iedereen heeft slecht geslapen, deels omdat ze zich zorgen maken om jou, deels vanwege de operatie van mam vandaag. Ik heb, wonder boven wonder, nog best redelijk geslapen. Intensief weekendje achter de rug, maar op de één of andere manier heb ik het vertrouwen dat het uiteindelijk goed komt met je. In 2025 pas, dat wel... maar goed, dat is dan maar zo. Om half tien bel ik even met je 'bewaker'. Alles is onder controle, weinig veranderd. Oké. Goed genoeg voor nu. Eerst mam klaarmaken voor haar ingreep. Ze is er inmiddels van overtuigd dat ze het nu toch maar moet laten doen. Suus, Annemarie en ik houden de boel (en pa) in de gaten. En misschien kan zij de tijd ook wel gebruiken om aan haar eigen herstel te beginnen. Rond een uur of twaalf laad ik mam in, haal Suus op en gaan we naar de dagverpleging. De intake van mam gaat als een raket; tien minuten later sta ik alweer bij Suus. En mam? Die was nog steeds bezorgder om jóu dan om haar eigen operatie. We mogen pas om twee uur op bezoek, dus we doen maar even een 'Wevertje'. (Mam weer boos om die veel te dure soep daar.) Kwart voor twee lopen we je kamer binnen. Iedereen op de ICU is vriendelijk. De rust en kalmte die ze uitstralen geeft een soort vertrouwen, alsof ze precies weten wat er moet gebeuren. Tegelijkertijd blijven ze eerlijk: het is nog steeds kritiek. Geen mooipraterij, geen valse hoop. Gewoon duidelijke uitleg over wat er met je gebeurt, wat al die machines doen en hoe ze proberen jouw lichaam de tijd te geven om te herstellen. Je zou dit zelf machtig interessant vinden. Je mag straks vast nog eens terugkomen om het van dichtbij te bekijken.

Rick:
Ik lees nu de zin: “dat is wat het is dan”. Grappig eigenlijk, want die uitspraak komt in de rest van mijn ziekteperiode en revalidatie nog heel vaak terug. Typisch dat juist híj dat zo opschrijft, soms lijken we net broers. Het toeval (of niet) wilde ook nog dat er rond Pasen een gedicht in het ziekenhuisblad stond met precies dezelfde titel. Het voelde bijna alsof iemand me iets wilde zeggen. En ja, achteraf gezien is het allemaal enorm interessant. Ik ken mijn broer goed genoeg om te weten dat hij alles wat een arts of verpleegkundige zegt meteen opzoekt, zodat hij zich kan verdiepen in wat er met mij aan de hand is. Die nazorg dag hebben we inmiddels gehad. Ik geef het toe: het was machtig interessant, alleen jammer dat ik zelf het lijdend én leidend voorwerp was.

Door Roy
De operatie van mam is goed gegaan. Annemarie had zondag, ondanks haar protesten, toch een rolstoel geregeld. Dat ding is nu twee uurtjes in gebruik en blijkt ontzettend handig. Ik heb zo’n vermoeden dat we die nog vaker gaan gebruiken... Vanavond zijn we met Suus en Annemarie naar het bezoekuur geweest. Voor mij was het een vreemd soort rustmoment. Even niets anders. Hoofd niet leeg, maar wél iets geruster. ’s Avonds zaten de twee oudjes op de bank. Pa was iets minder gespannen nu de operatie van mam goed verlopen was, maar nog steeds compleet van de leg om jou. Als hij me even alleen had, vroeg hij hoe het nou echt was, alsof ik tegen de rest iets anders zou zeggen. Verder hoor je hem nauwelijks. Alleen wat zuchten en steunen. En de duiven hebben een topweek: die krijgen extra veel aandacht. Mam doet het goed. De pijnstillers werken, ze ligt lekker op de bank en houdt rust.

Rick:
En ook hier had hij weer een prima inschatting. Mijn eerste ‘uitstapje’, toen het eindelijk weer mogelijk was, werd de Formule 1 in Spa-Francorchamps. En ja... moeders’ rolstoel ging mee. Die kwam dit keer niet voor háár, maar voor mij verdraaid goed van pas.

Door Jeroen (IC-verpleegkundige)
Ik zorg vanavond voor je, voor het eerst. Je ligt nog steeds aan de ECMO en aan de beademing, en je krijgt medicijnen om je bloeddruk te ondersteunen. Je bent ernstig ziek, maar op dit moment wel stabiel. Dat betekent dat je hartslag, bloeddruk en zuurstofgehalte gelijk blijven of zelfs een beetje verbeteren. Ik had dan ook niet veel nieuws te melden aan je vrouw, schoonmoeder en broer tijdens het bezoekuur, maar gelukkig was er ook niets negatiefs te vertellen. Verder hoop ik dat mijn collega’s de komende dagen misschien wat meer interessante updates voor jullie hebben, want hier ben ik niet zo goed in, haha. Het ga je goed.

Rick:
Ook hier kan ik alleen maar zeggen hoe waardevol deze stukjes voor mij zijn om terug te lezen. Ze geven me verschillende invalshoeken, en bij elkaar vormen ze langzaam maar zeker een duidelijker beeld van wat er allemaal is gebeurd. Voor mijzelf was het in die periode namelijk nog steeds één en al ZWART...