

I'm Okay

Josien Smit

I'm Okay

*Over reuma, het leven
en andere ongemakken*

Copyright © 2017 Josien Smit

Omslagontwerp Josien Smit

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de auteur.

Voor overname kunt u zich wenden tot: smitjosien@gmail.com

ISBN 978 94 021 [5995 0]

www.bravenewbooks.nl

Voorwoord

Wat leuk dat je dit boekje hebt opengeslagen! Ik wil je dan ook van harte welkom heten in mijn wereld. Dit boekje gaat over mij. Het gaat over mijn ziekte, over ergernissen en passies.

De titel *I'm OK* is een beetje lollig bedoeld. Bij ons thuis is 'I'm OK' een terugkerend grapje. Het komt uit een internetfilmpje van een skiër die een duizelingwekkende val van meerdere meters naar beneden maakt, waarbij hij een paar keer stuitert en verschillende koprollen maakt. Eenmaal tot stilstand gekomen kijkt hij beduusd om zich heen en roept hij "I'm OK!" Zijn maten, die natuurlijk flink geschrokken zijn, lachen vervolgens opgelucht.

Ook ik viel een aantal keren flink in mijn leven. Niet letterlijk, want ik ben gelukkig heel voorzichtig aangelegd, maar wel figuurlijk. Mijn eerste gewrichtsklachten ontstonden toen ik een peurtje was. Tijdens mijn jeugd gingen die klachten op en neer. Er waren perioden dat ik met krukken liep en tijdens uitjes in een rolstoel zat. De situatie leek soms hopeloos doordat een diagnose uitbleef. Gelukkig kreeg ik die uiteindelijk wel (jeugdreauma) en ik leefde dankzij de medicijnen weer wat op. I'm OK!

Helaas kreeg ik er een paar jaar geleden een nieuwe ziekte bij, het Syndroom van Sjögren. Een nieuwe klap om te verwerken, maar dat lukt steeds beter. I'm OK...

Ook op mentaal gebied maakte ik een lelijke val. Zo heb ik een vervelende chronische depressie en kreeg ik vorig jaar op 24-jarige leeftijd de diagnose Asperger (een autismespectrumstoornis). Gelukkig geldt ook hiervoor: ik ben er elke dag hard mee bezig en ik ga er steeds beter mee om. I'm OK!

Natuurlijk ben ik niet echt 'OK'. Ik voel me vaak slecht en acceptatie gaat met pieken en dalen. Maar 'I'm OK' gaat ook over