

Chronische stress en uitstel van zorg: coronamaatregelen treffen laaggeletterden harder

Voor wie lezen en schrijven lastig vindt, leveren de coronamaatregelen veel stress op. Dat blijkt uit onderzoek in opdracht van het RIVM. Bijna een kwart van de Nederlanders valt in deze groep.

Lezen en
schrijven
is niet voor
iedereen
vezlafne-
sprekend.

De 51-jarige Dicky Gingnagel leerde op latere leeftijd lezen en schrijven en vindt het nog steeds niet makkelijk. In de eerste maanden van de lockdown ervoer hij enorm veel stress.

Dicky, die als beheerder in een parkeergarage werkt, heeft diabetes. Hij is gewend om geregeld zijn bloedsuikerwaarden te laten meten bij de huisarts. Die metingen geven hem de zekerheid dat het goed gaat met zijn gezondheid, iets wat hij erg belangrijk vindt.

Maar de coronamaatregelen zetten de praktijk van zijn huisarts op de kop. Dicky kon er een tijd lang niet terecht. Hij bleef thuis en was zo bang om ziek te worden dat hij twee keer per dag zijn temperatuur opnam. "Het gaf me veel stress, is mijn suiker te hoog, te laag? Ik dacht als ik verhoging heb moet ik meteen aan de bel trekken. Ik was ook bang dat ik formulieren verkeerd in zou vullen. Bijvoorbeeld dat ik per ongeluk zou

opgeven dat ik ziek was geweest, Dan zou ik helemaal niet meer in het ziekenhuis zijn gekomen als ik echt wat zou krijgen.”

In die tijd kreeg hij ook last van een litteken van een buikoperatie. Een afspraak bij het ziekenhuis stelde Dicky uit, omdat hij dan met de trein zou moeten reizen.

Hij had gehoord dat de trein alleen bedoeld was voor mensen die naar hun werk moeten. “ik wilde me wel aan alle coronaregels houden”, zegt Dickie. Maar hij had niet in de gaten dat een reis naar het ziekenhuis waarschijnlijk gewoon binnen de regels valt.

Intussen kwam de persoon die Dicky normaal gesproken helpt zijn belastingformulieren in te vullen wegens corona niet meer langs. Ook dat veroorzaakte stress. “Ik was bang dat ik te veel of te weinig op zou geven. En dat ik daardoor in de problemen zou komen met de belasting”.

En toen de huisarts weer mensen ontving die níet voor corona-klachten kwamen, stond Dicky met vijf mensen voor de deur van de huisarts te wachten, dicht op elkaar. “Het was een enorm stressvolle periode.”

(Bron en volledig artikel EenVandaag)