

Foliumzuur kan (geen) kwaad? – Column

door Marleen

Mijn blogs/columns zullen de komende tijd een kijkje terug in de tijd zijn. Ik neem jullie terug na het najaar van 2018. Al jaren loop ik met vele onverklaarbare klachten en mijn huisarts weet het niet meer, ik werd doorverwezen naar de internist K. Internist K snapt dat ik graag antwoord wil op mijn vraag, wat is er aan de hand dat ik zoveel onverklaarbare klachten heb?

Ze wil dan ook graag mijn bloed, urine, ontlasting en lichaam goed onderzoeken. Na een lichamelijk onderzoek ga ik samen met mijn man naar huis, we zijn eigenlijk best heel blij hiermee, deze dame neemt me serieus en keert me helemaal binnenstebuiten.



De dag erna ga ik om mijn urine en ontlasting in te leveren en om bloed af te laten nemen naar het ziekenhuis. Ik app mijn man kwart voor 9: Eer zijn maar 57

mensen voor me met de letter b, daarnaast zijn er ook nog mensen met een a, c, d, k en s nummer” (de letters staan voor of je alleen bloedonderzoek hebt, of bloed met röntgenfoto's

of iets anders).

De tijd dood ik met appen met mijn man, hij appt dat de s voor spannend bloedprikken staat, ik antwoord "Nou die wil ik ECHT niet hebben dan, ik weet zeker dat ik dan heeeeel hard kan rennen. Ik ga voor de 'b'rave manier".

Half 10 ben ik dan eindelijk aan de beurt, de dame die me prikt vertel ik dat ik een verschrikkelijke ramp ben als het gaat om prikken, niet omdat ik bang ben, maar omdat ik heel slecht te prikken ben. Ze doet haar best om een goed bloedvat te vinden en die vind ze uiteindelijk op mijn hand, ze twijfelt wel of het vat genoeg is voor de vele buisjes bloed, uiteindelijk 11 buisjes. Maar gelukkig lukt het haar om geen tweede naald te hoeven prikken.

Op de fiets ga ik naar huis waar Damaris (hond) zit te wachten, ze wil er graag uit. Ja hoor, jij gaat voor. Ik pak de lijn en wandel met haar naar het park. Onderweg merk ik hoe beroerd ik me begin te voelen, ook niet echt gek, 11 buisjes bloed armer en nog altijd nuchter en inmiddels is het bijna half 11.

Een paar weken later heb ik weer een afspraak met internist K, zelf heb ik de uitslagen ook bekeken en de nodige vragen erover. Ze verteld tijdens het gesprek dat alle uitslagen goed zijn, ook daar waar ik twijfels over heb. Alleen mijn foliumzuur is iets aan de lage kant (lees hij was 8,7 en moet minimaal 8,8 zijn volgens internist K), haar advies is om 3 maanden lang 2 keer per dag een tabletje foliumzuur te slikken, ze vervolgt haar zin met "foliumzuur kan geen kwaad voor het lichaam".

Zo gezegd zo gedaan, eind september dat jaar begon ik met het slikken van de foliumzuur.

De maanden erop ging ik hard achteruit. Ik had die zomer heel erg mijn best gedaan mijn conditie omhoog te schroeven en wandelde dagelijks tussen de 4 en 6 km en dat was voor mij

doen echt al heel erg veel, maar dat ging vanaf oktober hard achteruit. Het lopen ging zeer doen, het staan ging zeer doen, aanraking ging zeer doen en hoe verder te tijd verstreek hoe erger en heftiger het werd.

Dan moet ik toch maar weer naar de huisarts, want dit kon toch niet langer zo?? Mijn huisarts maakte zich geen zorgen, misschien komt het door je astma, want we zitten niet in het beste tijd van het jaar. En zo ging ik dan weer naar huis.

In december ging het nog meer achteruit, ik kreeg tremoren in mijn benen (vooral rechts) en later ook nog eens flinke schopbenen, de pijn was niet meer te harden... Een week voor de kerst contact gehad met de huisarts en gaf aan dat ik meer moest gaan rusten, maar helaas ook dat hielp niet. “

Kerstdag, ik kon niet meer en heb weer de huisarts gebeld, de assistente was denk ik klaar met mijn gebel, want ik kreeg de arts niet te spreken. Na lang gezeur zou ze met de arts overleggen en me terug bellen. Mijn man en ik zijn maar naar het strand gereden om wat afleiding te zoeken. Daar belde ze me terug, ik moest maar blij zijn dat ik niet aan extra medicijnen hoef, waarop ik in tranen uit ben gebarsten en haar vroeg hoe zij het zou vinden als je 's nachts niet slaapt door de pijn en de onrust in je benen, daardoor meer benauwd bent en dus nog slechter slaapt en dus nog meer pijn en onrust hebt. Haar reactie “ik zou toch proberen fijne kerstdagen te maken en blij zijn geen medicijnen te hoeven slikken hiervoor”. Boos schreeuwde ik over het strand dat ik haar een hele fijne kerst wens zonder pijn en benauwdheid en hang op. Mijn man staat vol verbazing naar me te kijken, dit kan toch niet, zegt hij??

Zo ging ik dus de kerstdagen in, pijnlijk vermoeide dagen voor mij... Ik kon me toen niet bedenken dat het nog erger kon, maar helaas, begin januari, begin 2019 kon het nog vele malen erger...

In mijn volgende column 'Sluipmoordenaar' zal ik vertellen hoe het nog vele malen erger kon worden...