

## **In de linten was ik vrij – Met elkaar sta je sterker**

Ik ben Noëmi en ik heb de ziekte van Crohn en jeugdreuma. Dat betekent dat mijn lichaam soms onvoorspelbaar is en dat ik sommige dingen niet kan doen zoals andere jongeren. Er zijn dagen dat ik moe ben, pijn heb, of iets niet kan doen wat ik leuk vind, zoals handbal of aerial hammock (linten in het circus). Ik heb helaas vanwege mijn reuma dan ook moeten stoppen met aerial hammock, wat een erg moeilijk moment was voor mij. Het was namelijk of doorgaan met aerial hammock en veel pijn ervaren of stoppen en minder pijn ervaren dan nu. Ik koos ervoor om te stoppen. Ik weet nog dat ik daar stond, kijkend naar de linten waar ik zo graag in hing. Ik wilde nog zo graag één keer dat gevoel van vrijheid ervaren, maar wist dat ik de volgende dag dan de prijs zou moeten betalen.

Het voelde alsof ik een stukje van mezelf moest loslaten. Ik was in de linten even niet de zieke Noëmi, maar gewoon even iemand die in de linten hing.

In die moeilijke momenten merk ik hoe belangrijk steun is. Mijn ouders helpen mij bijvoorbeeld in momenten waarin ik vervelend nieuws van mijn arts heb gekregen, veel pijn heb of het gewoon te zwaar vind. Ze zorgen dus niet alleen dat ik de juiste medicijnen krijg en op het goede moment, maar ze luisteren ook naar hoe ik me voel. Als ik huil of boos ben, omdat ik het leven gewoon even echt oneerlijk vind, zeggen ze nooit dat ik me aanstel. Ze herinneren me eraan dat het oké is om het moeilijk te hebben, en dat helpt me om niet te verdwalen in mijn eigen gedachten. Ze laten me voelen dat het oké is om moe te zijn, pijn te hebben, en dat ik niet hoeft te doen alsof alles goed gaat.

Naast mijn ouders zijn ook mijn vrienden een grote steun voor me. Zoals de vrienden die zelf IBD hebben en die ik heb ontmoet bij de Peter Pan Club. Ze begrijpen precies hoe het voelt om in strijd te zijn met jezelf. Met hen kan ik praten over dingen die anderen niet zouden begrijpen. Met hen voelt het alsof ik eindelijk mensen heb ontmoet die écht begrijpen hoe het is om chronisch ziek te zijn. Wij hoeven niets aan elkaar uit te leggen; wij knikken, delen verhalen over onze eigen ervaringen en steunen elkaar in moeilijke situaties. Die erkenning is zo belangrijk. Het voelt alsof ik niet de enige ben die sommige dingen niet kan of afspraken moet missen vanwege het ziekenhuis of ziek zijn.

Ook mijn vrienden zonder IBD zijn er altijd voor me: zij bieden een luisterend oor, helpen mij waar nodig, en steunen mij in moeilijke momenten door mij bijvoorbeeld weer wat vrolijker te maken of door erover te praten.

Ook in het ziekenhuis voel ik me gesteund. De aardige verpleegkundigen, de goede artsen, ook zij helpen mij om door alles heen te gaan.

Door hun steun heb ik geleerd dat ik mezelf mag blijven, zelfs met Crohn en Jeugdreuma. Ik hoef me niet te verstoppen of me anders voor te doen. Ik mag moe zijn, ik mag pijn hebben, ik mag boos zijn, maar ik mag ook lachen, plezier hebben en dromen zoals iedereen. Het geeft me moed om door te gaan op dagen dat het moeilijk is, omdat ik weet dat ik er niet alleen voor sta.

Met elkaar sta je sterker. Mijn ouders en mijn vrienden laten me zien dat steun geen zwakte is, maar een kracht. Het laat me zien dat ik niet hoeft te doen alsof alles perfect gaat, dat het oké is om hulp te accepteren, en dat die hulp echt verschil maakt. Crohn verandert mijn lichaam, maar het verandert niet de liefde en vriendschappen die me helpen vol te houden.

Samen met hen voel ik me minder alleen. Samen kunnen we lachen, huilen en doorgaan. Samen sta je veel sterker! 🧑🏻‍🦯 🧡 💜 💪

