

Mijn naam is Ger Quellhorst.

Mijn verhaal rond mijn hartproblemen begint 11 september 2003. Mijn vrouw kreeg, vlak voor een operatie, te horen niet meer geholpen te kunnen worden aan haar kwaal, lymfklierkanker. Er waren al te veel uitzaaiingen. Alle behandelingen, op pijnbestrijding na, werden stopgezet. Uiteindelijk overleed mijn vrouw op 11 februari 2004.

Tijdens de mantelzorg, eind november 2003, heb ik de hartaanvallen gehad. Zuiver door de stress. Zowel bloeddruk als cholesterol was goed. Ook had ik geen last van plaque in de bloedvaten.

Ik heb toen vrijwel zeker twee zogenaamde “stille” hartinfarcten gehad. Geen pijn op de borst, schouder of arm. Nee, mijn keel werd enkele momenten dichtgeknepen. Ik had moeite om adem te halen. Beide keren gebeurde dit 's-morgens, op het moment dat ik sokken uit het nachtkastje wilde halen. Na ongeveer een uur kreeg ik het zeer benauwd.

Zowel de eerste als de tweede dag de dokterspost gebeld. Maar in het weekend komt er wel een vreemde dokter bij je. Allebei gaven aan dat het waarschijnlijk een longontsteking was. Ook mijn eigen arts ging op maandag hier in mee. Na twee antibiotica kuren en veel rust weer aardig opgeknapt. In april/mei ging mijn conditie steeds verder achteruit. Mijn huisarts stuurde me naar de longarts. Die zag later op de röntgenfoto dat mijn hart veel te groot was en stuurde me door naar zijn buurman, de cardioloog. Daar kon ik de volgende dag al terecht.

Daar bleek dat ik één of meerdere hartaanvallen heb gehad. Uit de echo kwam een slecht EF percentage naar voren. Reden voor hem om contact op te nemen met een collega in het LUMC. Deze was het met hem eens en ik kreeg een oproep voor het LUMC. Na een katheterisatie bleek mijn EF lager dan 29% te zijn. De regels waren dat jaar gewijzigd, zodat ik in aanmerking kwam voor een ICD. Deze is enkele dagen later geplaatst.

Toen ik weer bij zinnen was op zaal, merkte ik twee grote brandplekken op mijn borst. Men had dus gebruik moeten maken van de externe apparatuur om mijn hart weer op gang te helpen. Vragen over het hoe of wat zijn nimmer beantwoord.

Ik heb in die tijd contact gehad met een patiëntenbegeleider van Hartzorg. Die hielp me goed op weg met informatie. Voor mij een reden om, toen ik weer wat tot rust was gekomen, mij op te geven als lid van Hartzorg. Na enkele maanden stond er een oproep voor penningmeester, waarop ik reageerde. Omdat er twee mensen reageerden ben ik toen als ledenadministrateur bij het bestuur gekomen.

Van mijn werkgever kreeg ik al bijzonder verlof voor de mantelhulp. Deze is echter omgezet in ziekteverlof. Na twee jaar ben ik volledig afgekeurd. De bedrijfsarts had in zijn familie iemand met dezelfde klachten en wist dat ik geen toneel speelde.

Na de samenvoeging werk ik bij De Hart&Vaatgroep als secretaris/penningmeester in het huidige bestuur van de regio Zuid-Holland. Een tweede “liefhebberij” is het werken in de redactie van ons kwartaalblad Samenspel.

Begin 2009 moest de ICD vervangen worden. De batterij was nagenoeg op. Dit gebeurde in het Erasmus MC. Deze vervanging zou zonder problemen verlopen zijn, ware het niet dat de ICD goed was

vastgegroeid. Het heeft de chirurg een kwartier trekken en snijden gekost voor hij deze er uit kon halen. Nieuwe er in gezet, toen paste het kabeltje niet. Volgens mij was zijn hobby tekenen, want hij pakte een operatiemes en krabte heel voorzichtig wat van de kabelpunt af. Uiteindelijk paste deze.

Echter na driekwart jaar begon de ICD te trillen. Bij controle bleek de kabel niet meer goed te kunnen werken. Na contact met de leverancier besloot men de kabel te vervangen. Op zich weer een eenvoudige operatie, ware het niet dat de gebruikte ader volledig was dicht geslipt. Met jodiumhoudende contrastvloeistof werd een andere weg gezocht. Ook dit was weer snel gebeurt.

Na een uur of drie op zaal kwam de zuster binnen. Meneer, u lijkt wel een indiaan. Mijn hele bovenlichaam was rood en leek wel licht te geven. De opgeroepen chirurg had een eenvoudig antwoord, jodium allergie. Goed, ook dat hebben we weer achter de rug. Loop nu wel met deze waarschuwing en de behandeling op zak.

Het werk als ledenadministrateur was, zeker in het begin, een noodzakelijke maar leuke afleiding. Nu heb ik als secretaris/penningmeester genoeg te doen. Vooral het redactiewerk vraagt heel wat tijd. Daarnaast werk ik zo nu en dan nog mee aan onderzoeken op het gebied van hartziekten of hartfalen door ziekenhuizen.

Het vrijwilligerswerk, ik doe dit ook nog in mijn wijk, is leuk en broodnodig. Vooral de gesprekken met mensen, als we op een beurs staan, zijn zeer interessant. "Wat klaag ik dan?" is vaak mijn reactie. Ik doe het vrijwilligerswerk o.a. om niet achter de geraniums te gaan zitten. Daarnaast hebben organisaties en bedrijven alle hulp nodig, zeker in deze tijd van bezuinigingen.

Bovenstaand is een weergave van de periode dat ik hartpatiënt ben. Mijn verhaal is echter veel en veel langer. Bent u geïnteresseerd? Bezoek dan mijn genealogiesite [www.gquellhorst.nl](http://www.gquellhorst.nl)

Wordt ook vrijwilliger.

Wilt u zich ook inzetten voor mensen met een hart- en/of vaatziekte? Wilt u doen waar u goed in bent, prettig samenwerken en uw kennis verruimen? Dan is werken als vrijwilliger bij De Hart&Vaatgroep iets voor u.

Kijk op de landelijke site naar de functies die binnen de regio Zuid-Holland beschikbaar zijn. Wij kunnen nog genoeg vrijwilligers gebruiken.

Bent u geïnteresseerd in vrijwilligerswerk maar heeft u beperkt tijd? Geen probleem. De gevraagde inspanning varieert van een paar dagen per jaar tot een paar uur per week.