

'Ik had
geen idee,
dacht dat ik
buikgriep
had'

Toen **Ryanne (25)** begon te ijlen en steeds moest overgeven, belandde ze op de **intensive care**. Het bleek **TSS** (Toxic Shock Syndroom), waarschijnlijk veroorzaakt door het gebruik van **een tampon**.

Interview **Merel Brons** Illustratie **Evelyne van den Broek**

“Het was herfstvakantie en ik had naast mijn studie een bijbaantje in de kaasfabriek waar mijn vader ook werkte. Die ochtend stond ik achter de lopende band toen ik me misselijk begon te voelen. Ik moest overgeven. Ik probeerde nog een paar uur door te werken, maar voelde me zo beroerd dat ik toch naar huis ging. Daar dook ik meteen mijn bed in. Omdat ik diarree had, dacht ik dat het buikgriep was. Uitzieken dan maar. Ik was ook ongesteld die dag, maar heb daar verder niet teveel bij stilgestaan.

De uren die volgden, knapte ik niet op. Mijn moeder en toenmalige vriend hadden hun handen vol. Ze brachten me glazen water en bouillon, die er vervolgens net zo hard weer uitkwamen. Zij moesten me steeds naar de wc begeleiden, want zelf lopen kon ik nauwelijks meer. Zodra ik uit bed omhoog kwam, werd het zwart voor mijn ogen. Ook werd de koorts hoger. Daardoor kreeg ik waanbeelden. Toen ik op een bepaald moment wakker werd, zei ik tegen mijn ex: ‘Ik heb net beha’s gekocht in de stad.’ Ik lag gewoon op bed! Mijn moeder en hij vertrouwden het niet, ik ben met mijn vader naar de huisarts gegaan. Die zei ook dat het een buikgriep was en dat ik moest uitzieken. Maar toen ik me de dag erna niet beter voelde, de hoge koorts bleef aanhouden en mijn armen en benen blauw begonnen te kleuren, kwam de huisarts langs en belde toch een ambulance.”

Shocktoestand

“Tijdens de rit naar het ziekenhuis raakte ik verder van de wereld. Ik was steeds even bij en viel dan weer weg in een shocktoestand. Ik herinner me dat de ambulancebroeder vertelde dat hij doorgaans

in Amsterdam werkte en nu inviel in Friesland. Door het ijlen dacht ik dat we de verkeerde kant opreden. Ondertussen probeerde de broeder me met een naald te prikken zodat hij een infuus kon aanleggen. Dat lukte niet omdat al het bloed inmiddels uit mijn armen was weggetrokken. Ik had een heel lage bloeddruk en veel te hoge hartslag. Toen ik bij het ziekenhuis aankwam, was ik er slecht aan toe. Ik had geen moment later moeten aankomen, dan had ik het niet kunnen navertellen. Ik herinner me hoe ik door de gangen werd gereden en de tl-balken aan me voorbij zag

**‘TSS is een
bloedvergiftiging
die ervoor zorgt dat
je organen stoppen
met werken’**

trekken. Op dat moment waren mijn nieren al gestopt met functioneren. Ik ging onmiddellijk naar de intensive care. Daar lukte het de verplegers infusen aan te leggen. Ik kwam aan vier zakken vloeistof te liggen en hoorde ze tegen elkaar zeggen: ‘Op de hoogste stand, allemaal.’ Toch leek het alsof ik in een droom was beland, ik had geen idee hoe ernstig de situatie was. Als ik er nu aan terugdenk, kan ik me goed voorstellen hoe geschrokken mijn ouders moesten zijn. Ondertussen was het medische team druk met uitvinden wat er aan de hand was. In een van mijn ‘heldere momenten’ heb ik het

voorzetje gegeven voor het redden van mijn leven. Ik schijn gezegd te hebben: ‘Vorige keer dat ik ongesteld was, voelde ik me ook al beroerd.’ Gelukkig is er toen een lampje gaan branden bij de arts. In het ziekenhuis in Sneek – waar ik lag – was een tijdje geleden een meisje overleden aan TSS. Dat is Toxic Shock Syndroom, oftewel de tamponziekte, een bloedvergiftiging. De vergiftiging zorgt ervoor dat je organen stoppen met werken. Bij mij waren dat eerst mijn nieren, maar uiteindelijk stopt ook je hart en kom je te overlijden. Ik ben nog steeds ongelooflijk dankbaar dat de arts me heeft gehoord en daardoor de juiste inschatting maakte. Ik kreeg de goede antibiotica en met die beslissing is mijn leven gered. Mijn toestand op de intensive care bleef de hele nacht kritiek. De verpleger zei tegen mijn vader: ‘Als ze de ochtend haalt, komt het wel goed.’”

Door het dollé

“Ik had nog nooit van de ziekte TSS gehoord. Sterker nog: toen ik in het ziekenhuis lag, is mij niet duidelijk geworden dat ik dát had. Ik wist dat het een bloedvergiftiging was, maar had geen idee wat de oorzaak was. Pas toen ik een paar maanden later bij een bezoek aan het ziekenhuis nog een gesprek met de arts had, werd me uitgelegd wat er waarschijnlijk met mij was gebeurd. Ik vond het fijn om nog even te spreken met de mensen die me hadden geholpen. En ik wilde ook de IC zien, omdat ik me daar niks meer van kon herinneren. Ongelooflijk vond ik het. Natuurlijk had ik weleens in de bijsluiters van tampons gelezen dat je er ziek van kon worden. Maar ik had er nooit bewust bij stilgestaan dat zo iets mij kon overkomen en ik zou de symptomen →

ook nooit hebben herkend. De bacterie komt voor op het lichaam, maar als-ie in de bloedbaan terecht komt – bijvoorbeeld door een tampon – kan hij een bloedvergiftiging veroorzaken. Het is daarom belangrijk dat je tampons niet langer laat zitten dan in de bijsluiter staat. Maar dan nog, ik had de tampon waarschijnlijk niet eens langer laten zitten en ik kreeg ook TSS. Het is dus vooral belangrijk dat je de symptomen herkent en daar niet mee blijft doorlopen: hoge koorts, waanbeelden, overgeven, diarree, tegelijkertijd met je menstruatie. Bij mij duurde het 36 uur voordat ik in shock raakte.

Hoewel ik wakker werd op de IC, en daar uiteindelijk vier dagen moest blijven, ging het stukje bij beetje beter nadat ik antibiotica had gekregen. De anesthesist zei tegen me: 'Dankzij je goede conditie, kom je hier wel weer bovenop.' Ik was fit omdat ik elke dag elf kilometer heen en terug fietste naar mijn opleiding.

Wel kreeg ik andere verschijnselen door de bloedvergiftiging. Mijn handen, mijn gehemelte en mond begonnen te vervellen. Een vriendin die bij me in het ziekenhuis op bezoek was, zei dat ze schrok van mijn ogen. Die waren helemaal bloeddorlopen, ik kon zo in een horrorfilm spelen. Uiteindelijk ben ik twee weken in het ziekenhuis gebleven, ook omdat ik naast de TSS nog een longembolie had opgelopen. Toen ik weer naar huis mocht, was ik door het dollé. Ik voelde me zwak en erg moe, maar het was heerlijk om weer in mijn eigen bed te slapen. Eindelijk ging het de goeie kant op."

Niet bang

"Natuurlijk was het fijn om weer thuis te zijn, maar hersteld was ik

bij lange na nog niet. Ik slikte zware medicijnen tegen longembolie en voelde me ook gewoon moe door alles wat er was gebeurd. De eerste periode kon ik ook nauwelijks praten over wat me was overkomen. Ik deed het al snel af met 'gelukkig ben ik er nog, dat is het belangrijkste'. Daarmee leek ik niet weg te komen, mijn lichaam hield me tegen. Ik kreeg steeds vaker

'Ik gebruik nog wel tampons maar 's nachts liever niet. En ik let nog beter op of ik ze niet te lang laat zitten'

paniekaanvallen en belandde dan hyperventilerend op de grond. Ook kreeg ik erge buikpijn en had dan het gevoel dat ik acuut naar de wc moest, net zoals toen bij het TSS. Dat kon overal gebeuren, in de bus, op school. Ik had het idee dat ik niet meer op mijn lijf kon vertrouwen en die gedachte vloog me soms zo aan dat ik in paniek raakte.

Ook het gevoel dat ik op het randje van de dood had gebalanceerd, begon steeds meer tot me door te dringen. Ik wilde zo min mogelijk missen, probeerde naar alle feestjes te gaan, maar voelde me vervolgens zo slecht dat ik op tijd weer naar huis moest. Pas na een aantal gesprekken met een psycholoog kreeg ik de dingen weer op een rijtje. Ze deed cognitieve gedragstherapie met me en adem-

halingsoefeningen. Het belangrijkste inzicht dat ik kreeg, was dat je met je gedachten onbewust je lichaam bestuurt. Als je die gedachten herkent, kun je ze ook proberen om te buigen. Daardoor ben ik meer op mijn gevoel en mijn lichaam gaan vertrouwen. Mijn angsten ga ik niet meer uit de weg, ik ga ze juist aan. Ik had vlieg angst en slikte pillen om rustig te worden voor het vliegen. Na alles wat was gebeurd, wilde ik een keer zonder medicatie vliegen. Ik ben in mijn eentje mijn zusje gaan opzoeken tijdens haar stage in Londen. Het ging hartstikke goed en dat gaf me veel vertrouwen. Na wat er met mij is gebeurd, ben ik voorzichtiger geworden met het gebruiken van tampons. Mijn vriendinnen trouwens ook. Ik gebruik ze nog wel, maar 's nachts liever niet en ik let nog beter op of ik ze niet te lang laat zitten. Ook ben ik alert op wat er met mijn lichaam gebeurt. Ik weet dat er een kans is dat het nog een keer terugkomt, dus ik pas extra goed op. Toch ben ik niet bang, ik weet inmiddels op welke signalen ik moet letten. Ik hoop dat andere meiden net zo alert zullen zijn na het lezen van dit verhaal. TSS is een sluipmoordenaar die mij bijna het leven had gekost. Als ik een leven kan redden door het vertellen van mijn verhaal, is dat me veel waard." ■

WAT IS TSS?

TSS (Toxic Shock Syndrome) is een ziekte die wordt veroorzaakt door bacteriën. Het kan ontstaan door het gebruik van tampons en wordt daarom ook wel de tamponziekte genoemd. De behandeling bestaat meestal uit het toedienen van antibiotica. Het is van belang dat er snel gehandeld wordt bij TSS, omdat de bacterie zich snel via de bloedbaan verspreidt.