



Maaïke van Erp overleefde een hartstilstand en viert dat nog elk jaar

‘ZONDER DE AED WAS IK ER NIET MEER GEWEEST’

Op donderdagavond 4 november 2021 kreeg Maaïke van Erp (nu 53) uit Beek en Donk totaal onverwacht een hartstilstand. Dankzij het koelbloedige optreden van haar man Henri, hun dochters, 112, drie burgerhulpverleners, de brandweer én de AED overleefde ze dat. “We vieren elk jaar op 4 november het begin van mijn tweede leven.”

Zelf herinnert Maaïke zich niets meer van de dag waarop haar leven aan een zijden draadje hing; ze is zelfs het hele weekend erna vergeten. Maar haar man Henri weet alles nog precies. “Tijdens het avondeten vertelde ze dat ze last had van haar rug en dat het een andere pijn was dan normaal”, vertelt hij. “Ik zei nog: ‘Bel de huisartsenpost even’, maar dat vond ze niet nodig. Rond tien uur zaten we samen voor de tv, onze dochters Myrne en Imke waren al naar boven, toen ze ineens zei dat ze niet lekker werd. Meteen daarna zakte ze weg. Dat rugpijn bij vrouwen een teken kan zijn van hartproblemen, wist ik toen nog niet. Maar ik zag wel meteen dat het foute boel was.”

PINCODE OP AED

Henri reageerde snel en koelbloedig: hij riep de kinderen naar beneden en belde 112. Terwijl Imke buiten de ambulance opwachtte en Myrne naar de AED rende die bij de overburen aan de gevel hing, begon Henri met instructies van 112 te reanimeren. “Alles wat je doet, is beter dan niks”, zeiden ze bij 112. Gelukkig lukte het om kalm te blijven.” Wat hij niet wist, was dat Myrne op dat moment buiten in paniek raakte omdat de AED met een pincode was beveiligd en ze hem met geen mogelijkheid van de muur kreeg. Die code hadden ze zelfs bij 112 niet, alleen de burgerhulpverleners wisten hem. Goddank waren zij inmiddels ook gealarmeerd door 112, net als de brandweer.

BURGERHULP IN BADJAS

In een mum van tijd stond de huiskamer van de familie Van Erp vol met mensen. “Er waren drie burgerhulpverleners uit ons dorp op de oproep afgekomen; eentje had zelfs haar badjas nog aan”, herinnert Henri zich. “Een van hen nam

‘Slechts 21% van de mensen overleeft een hartstilstand, dus ik ben heel blij met waar ik sta’

direct de reanimatie van mij over. Ik was heel blij dat ik de verantwoordelijkheid kon overgeven aan iemand die wist wat ze deed.” Snel daarna arriveerde ook de brandweer uit het dorp, die een eigen AED bij zich had. Ze hoefden maar één schok toe te dienen, toen kwam Maaïke alweer bij. “Die AED heeft haar leven gered, hoorden we later. Met reanimeren alleen was het niet goed gekomen.”

In het ziekenhuis kwam Maaïke langzaam weer bij haar positieven. “In het begin vroeg ik alles honderd keer opnieuw aan Henri: wat is er gebeurd, wanneer mag ik naar huis, hoe is het met de kinderen? Een van de eerste dingen die ik me weer herinner, is dat ik geïrriteerd was omdat ik mijn föhn wilde hebben; die lag nog thuis. Dat ik bijna dood was geweest, drong toen nog totaal niet tot me door.” Dat besef kwam later



‘We hebben allemaal twee levens, het tweede begint als we ons realiseren dat we er maar één hebben’

wel keihard binnen, toen Maaïke weer thuis was. “Er is geen oorzaak voor mijn hartstilstand gevonden, ik was hartstikke gezond. Dat maakte me angstig. Zonder Henri was ik er niet meer geweest, hij was mijn reddende engel. Dat is natuurlijk een fijne gedachte, maar het betekende ook dat ik niet meer alleen durfde te zijn. Ook de kinderen hadden dat in het begin liever niet. We moesten allemaal opnieuw vertrouwen krijgen in mijn lichaam.”

HARD WERKEN AAN HERSTEL

In kleine stapjes lukte het Maaïke om haar leven weer op te bouwen. “Eerst bleef Henri zelfs aan de telefoon als hij even de hond uitliet, maar na een jaar durfde ik weer alleen te gaan slapen. Ook de ICD die onder mijn huid zit, geeft vertrouwen; dat apparaatje geeft mijn hart een elektrische schok als het nog eens stil valt. Het is gelukkig nog nooit nodig geweest.” Ook aan haar conditie heeft Maaïke hard moeten werken. “In het begin was zelfs een paar minuten wandelen te vermoeiend, maar inmiddels kan ik weer een hele wedstrijd tennissen. Daar ben ik trots op.”

Toch herwon ze qua gezondheid niet alles. “Ik slaap nog steeds heel slecht, ik heb de raarste dromen. Ook kan ik niet meer zo goed prikkels verwerken, op feestjes draag ik vaak oordoppen en bij het oversteken van een drukke weg vertrouw ik volledig op Henri want dat kan ik niet meer overzien. Mijn werk als gastvrouw in het verzorgingshuis moest ik opgeven, maar mijn

VOLG ONS!



DE HUISKAMER IS
ER VOOR IEDEREEN.

www.welkomindehuiskamer.nl



nieuwe baan als tandartsassistente kan ik gelukkig wel aan. Daar ben ik dankbaar voor. Slechts 21% van de mensen overleeft een harstilstand en maar 13% houdt er niks aan over. Ik ben heel blij met waar ik sta."

Bloemen

De drie burgerhulpverleners die op de bewuste avond hun huiskamer binnenstormden, bedankten Maaïke en Henri met een grote bos bloemen. "Het is fantastisch dat je eigen dorpsgenoten zich inzetten als burgerhulpverlener. Onze ambulance moest uit Helmond komen, dus we moesten het echt van hen en de brandweer hebben", vertelt Henri. Vanwege privacyregels kregen Maaïke en Henri hun namen niet, maar via via achterhaalden ze vrij snel twee van hen: Willemiek en Jenny. Maar wie de vrouw in de badjas was, ontdekten ze pas anderhalf jaar later. "Ik ontmoette haar per toeval in verzorgingshuis De Recht, waar ik toen als onderdeel van mijn revalidatie vrijwilligerswerk deed", zegt Maaïke. "Het was een emotioneel moment, ik was blij dat ik haar alsnog een bloemetje kon geven."

EÉN LEVEN

Terugkijkend op die bewuste 4 november constateert Maaïke dat het een ijkpunt in haar leven geworden. "Er staat een spreuk op mijn aanrecht, die luidt: 'We hebben allemaal twee levens. Het tweede begint als we ons realiseren dat we er maar één hebben'. Zo voel ik het precies. We vieren 4 november nog elk jaar met ons gezin, want het is de dag waarop mijn tweede leven begon. Ik geniet nóg meer van het leven nu ik weet hoe

kwetsbaar het is. Ik wil iedereen meegeven dat je nú moet genieten, denk niet: dat doe ik nog wel een keer. Geluk zit voor mij in aandacht hebben voor kleine dingen. Als ik 's morgens de vogels hoor fluiten, ben ik al blij. Zo is er uit iets heel ergs ook iets heel moois voortgekomen."

AED'S EN BURGERHULPVERLENING IN LAARBEEK

Een AED is een apparaat dat het hartritme kan herstellen bij een hartstilstand. In Laarbeek beheert Stichting AED Alert Laarbeek deze apparaten. AED's die buiten hangen zijn beveiligd met een pincode en alleen toegankelijk voor burgerhulpverleners. AED's binnen zijn niet beveiligd en kun je direct gebruiken. Ook zonder opleiding kun je een AED bedienen.

In Lieshout, Mariahout, Beek en Donk en Aarle-Rixtel zijn burgerhulpverleners actief. Zij worden opgeroepen bij een 112-melding. Wil je je aanmelden of meer weten? Kijk op www.aedalertlaarbeek.nl.

Bij alle Huiskamers hangt een AED buiten aan het pand. Wil je weten waar AED's in Laarbeek hangen? Scan de QR-code of bekijk de kaart via: AED's Laarbeek – Google My Maps.



www.welkomindehuiskamer.nl



VOLG ONS!



DE HUISKAMER IS
ER VOOR IEDEREEN.