

Ton Sijm: 'Whiplash de Baas.' 'Ondanks alles kan ik weer lachen.' Het verhaal van een whiplash patiënt. Vernieuwde herdruk. Uitgeverij Simeon, Zwaagdijk 2008. ISBN 9789081262019. (Whiplash/1) <http://www.whiplashdebaasboek.nl/> zie ook: www.whiplashdebaas.nl

Soort boek/stijl: Ervaringsverhaal van Ton Sijm waarin hij beschrijft hoe hij heeft leren omgaan en leeft met een posttraumatisch Whiplash syndroom. Met bijdragen van zes behandelaars van mensen met het posttraumatische Whiplash Syndroom. Vernieuwde uitgebreidere versie van een eerdere druk. Goed leesbaar.

Over de schrijver: De Westfriese Ton Sijm (53) had na verkeersongelukken zoveel klachten van zijn whiplash dat hij zijn baan als groepsleider bij de PTT in 1990 moest neerleggen en zijn leven gedisciplineerd in moest richten. Hij is getrouwd en heeft 2 zonen. Ton nam waar mogelijk huishoudelijke taken en vrijwilligerswerk voor zijn rekening en zijn vrouw ging 4 dagen werken. Ton is tevens oprichter van de stichting Whiplash de Baas. Zie ook bovengenoemde website. Zie ook:- [Ton Sijm op youtube](#).

Korte beschrijving: In dit boek beschrijft Ton Sijm hoe hij met verschijnselen als concentratiestoornissen, vermoeidheid, vergeetachtigheid, duizeligheid en licht gevoel in het hoofd, motorische stoornissen en depressie omging. Het zijn allemaal verschijnselen die hij kreeg nadat hij twee keer een auto ongeluk had gehad waaraan hij whiplash klachten overhield. Zijn leven stond op z'n kop. De klachten werden aanvankelijk niet echt erkend en verkeerd behandeld. Hij beschrijft hoe die behandelingen waren en zijn omgeving op hem reageerde. Zijn gezin was en is erg begripvol. Zijn vrouw ging meer en zwaarder werk verrichten als kostwinster, terwijl Ton huisman werd. Zijn kinderen waren gewend aan een papa die vaker moest rusten en niet alles kon en kan, maar namen en nemen hem zoals hij is. Hij legt uitgebreid uit hoe zijn leven er nu uit ziet en hoe hij heeft geleerd 'anders om te gaan met hetzelfde'. Zijn leven ziet er zeer gedisciplineerd uit, met elke dag ingelaste rustpauzes lichaamsbeweging en op tijd naar bed gaan. Natuurlijk gaat hij wel eens over grenzen. Dat moet hij dan bekopen, maar is de moeite waard. Zijn eerste boek met dezelfde titel, dat in 1997 uitkwam, schreef hij vooral voor zichzelf en daarna pas voor anderen. Nu weet hij dat anderen steun kunnen vinden in het geschrevene. Met deze vernieuwde uitgebreidere versie, waarin ook andere informatie te vinden is en bijdragen van diverse hulpverleners, hoopt hij nog meer steun en begrip voor anderen te kunnen geven.

Wat viel op: Hoe thematisch Ton zijn ervaringen nu beschreven heeft, in combinatie met zaken die hem hebben geholpen. Zo krijg je veel zicht in hoe hij omgaat met vermoeidheid en andere klachten. Hoe hij ook kan genieten van een humoristische reactie waaruit begrip blijkt. Mooi is om te lezen hoe hij een nieuw evenwicht heeft gevonden, waarmee niet gezegd is dat alles moeiteloos verloopt. Integendeel. En dat wat hij met het boekje nog meer wil bereiken zeer duidelijk in de inleiding staat beschreven. (zie citaat 2)

Citaten: Pag. 10: 'Wat mij anno 2008 nog het meest verbaast is het feit dat mijn boekje nog steeds symbool staat voor wat iemand ook regelmatig moet doormaken die een klachtenpatroon heeft dat past bij het posttraumatisch whiplash syndroom. Nog steeds wordt er niet assertief en adequaat ingesprongen op de hulpvraag bij dit diffuus letsel. Ik krijg naar aanleiding van mijn boekje reacties dat ze het huilend hebben doorgelezen.'

Pag. 10: 'In deze nieuwe uitgave van het boekje Whiplash de Baas leveren zeven behandelaars een bijdrage die wel interactie voor staan, die in de praktijk van iedere dag middenin de hulpvraag staan bij het fenomeen dat whiplash heet. Zij zijn bereid over het eigen vakgebied heen te kijken en daarmee samen met anderen de hulpvraag van de whiplashpatiënt beter te bedienen. Geen behandelaar heeft een toverstok, maar alle zeven hebben ervaring hoe de hulpvraag te bedienen in verbetering dan wel herstel. In die zin is dit boekje empowerment van de whiplashpatiënt.'

Pag. 24: 'Het meest extreme voorbeeld van wat ik vergeten ben, geeft aan hoe luchtig ik soms met dit fenomeen omga. Ik kom bij de bakker. Daar kennen ze mij. De verkoopster zegt dat ik die morgen al geweest ben, wat ik mij niet meer kan herinneren. Ik bedank haar en zeg: 'Goed opgemerkt, want zo groot is onze vriezer niet. De eerstvolgende keer dat ik bij mijn huidige huisarts ben, vertel ik dit voorval. Een week later loop ik met twee broden onder mijn arm over de weg. Mijn huisarts komt naast me rijden en zegt: "Vandaag maar één keer brood halen, hoor".'

Recensies: <http://www.boekbesprekingen.nl/cgi-bin/boek.cgi?boek=47631>:

Tienduizenden Nederlanders hebben een whiplash; hoofdpijn, duizeligheid, vergeetachtigheid, motorische stoornissen, concentratieproblemen en andere symptomen maken het leven vaak tot een kwelling voor deze groep.

(...) Dit verhaal van een whiplashpatiënt is een indringend relaas van de strijd om erkenning die hij heeft moeten voeren en van het moeizame leven dat hij leidt. Na jaren van onzekerheid en vergeefse behandelingen, die hem tot de rand van de wanhoop brachten, kan hij 'ondanks alles weer lachen'.

Dit boek is niet alleen voor whiplashpatiënten en hun familie van belang, maar ook voor ieder die geïnteresseerd is in de aard en de gevolgen van deze steeds vaker voorkomende ziekte.'

Ilse (<http://www.whiplashinformatie.nl/forum/viewtopic.php?f=22&t=665>):

'Dit boek gaat over een whiplashpatiënt. Erg indrukwekkend en heel veel herkenning wat je leest. Toevallig heeft de schrijver ook bij Heliomare gezeten waar ik ook ga starten. Kent iemand toevallig de schrijver Ton Sijm? Ik zou graag wat willen vragen aan hem.'