

Lennie Bunnik - de Groot: 'In blind gevecht met Corona' Mijn strijd. Uitgeverij Boekscout, Soest 2021. ISBN 978946431392 (Virusinfectie/ Coping/ Vermoeidheid/ Revalidatie/ Familieverhoudingen/ ED/PO) Zie ook:

<https://www.boekscout.nl/shop2/boek.php?bid=11704>

### **Soort boek/ziekte stijl:**

*Covertekst: Lennie is een gezonde, fitte, werkende moeder en valt duidelijk niet in de risicogroep voor COVID-19, dus wat kon haar gebeuren? Totdat ze op 16 maart 2020 ziek werd en het coronavirus haar leven totaal op zijn kop zette. Ze kon thuis uitzieken en viel daardoor onder de groep patiënten met 'milde klachten'. Zelf heeft ze dit echter heel anders ervaren. Lennie weet .... een compleet beeld te schetsen van een situatie die voor velen abstract blijft. ...'*

Basis van het boek is het dagboek dat Lennie gedurende 2020 bijhield. Ze begon eraan omdat ze merkte dat het van zich afschrijven haar hielp, maar ook om anderen te vertellen hoe het met haar ging.

Lennie beschrijft hoe ze halverwege maart 2020 last van Corona kreeg. Ze ging er aanvankelijk van uit dat ze wat griepiger zou zijn omdat ze jong is en een goede conditie had. Dat bleek verkeerd gedacht: ze kreeg koorts, begon te hoesten, was kortademig, kreeg het benauwd had last van vermoeidheid, hoofdpijn en vele spieren deden pijn. Ze was wekenlang bedlegerig, lag als een dwiel in bed, ging langzaam vooruit en kreeg weer een terugval. In het boek schrijft ze over hoe ze die periode door is gekomen. Hoe ze revalideerde, welke impact deze hele periode op haar en haar gezin heeft gehad. Hoe ze, met terugslag, leerde welke activiteiten ze op wat voor manier kon doen, alleen of samen met haar gezin. Wat ze moest loslaten, niet meer kon. Mede door steun van familie, vrienden en hulpverleners ging ze langzaam vooruit. Aan het eind van het boek, op 2 december 2020 loopt ze nog met een rollator, gebruikt een rolstoel en scootmobiel en vraagt ze zich af of haar lichaam weer sterk genoeg wordt en hoe lang dat nog gaat duren. Het boek telt 160 pagina's.

### **Over de schrijfster:**

Lennie Bunnik - de Groot is getrouwd met Bas. Zij hebben twee dochters Isa en Emma. Voordat zij Corona kreeg werkte zij in het familiebedrijf, deed op diverse plekken vrijwilligerswerk, organiseerde en leefde zich op sportief gebied en andere vlakken uit in vele hobby's.

Boekscout.nl: Lennie Bunnik-de Groot woont met haar man en twee dochters op een mooie woonboerderij aan de rand van Zegveld. Ze was altijd zeer sportief en actief op allerlei vlak. Totdat ze in maart 2020 besmet raakte met het coronavirus, wat haar leven op zijn kop zette. Doordat ze te zwak was om iedereen persoonlijk te informeren, schreef ze berichten over hoe het met haar ging en stuurde die naar vrienden en bekenden. Hier kwamen zoveel positieve reacties op, dat ze dit regelmatig bleef doen. Ze hield voor zichzelf een dagboek bij en dat bleek een fijne uitlaatklep te zijn. Om meer aandacht te vragen voor de groep 'Corona patiënten met langdurige klachten' besloot ze haar verhaal uit te geven en zo een duidelijk beeld te schetsen van wat dit virus allemaal met jou en je omgeving kan doen. Zie ook:

<https://nl.linkedin.com/in/lenniebunnik>

### **Wat viel op:**

-De parallellen tussen de klachten die Lennie Bunnik-de Groot overhield aan Corona met klachten die mensen met ME/CVS hebben: o.a. de vermoeidheid, slechte concentratie, niet lang iets kunnen volhouden, snel last van prikkels.

- Natuurlijk ook de impact die de ziekte op haar en ook haar omgeving heeft.
- Wat Lennie allemaal heeft moeten opgeven door Corona: o.a. werk, activiteiten met kinderen, man en vriendinnen, huishoudelijk werk, voetballen, brandweer, fun 2do en hoe ze langzaam terrein terugwint.
- De creativiteit waarmee ze probeert met beperkte energie toch met haar gezin activiteiten te doen.

### **Citaten:**

Pag. 5: 'Maar ik was relatief jong en vitaal, sportief, actief. Dus wat kon mij gebeuren? Voetballer, brandweervrouw, ik kon de hele wereld aan. Als ik corona krijg, kan ik er wel even ziek zijn, maar dan heb ik het maar gehad.'

Pag. 73: 'Ik merkte dat ik dat lastig vond. Ik reageer voor mijn kinderen dus te heftig. Vanaf nu ga ik proberen meer aan te geven dat ik moe ben.'

Pag.94: 'Ik houd enorm van gezelligheid en normaal kan het me niet druk genoeg zijn. Ik heb altijd graag veel mensen om mij heen en prikkels zijn mij niet snel te veel. Helaas is het nu andere koek. Prikkels zijn nu juist snel te veel en het aanwezig zijn bij grote groepen is op dit moment slopend voor mijn energie.'

Pag. 158: 'Ik ben inmiddels acht en een halve maand verder. Ik heb mijn ups en downs gehad. En nu, na deze nieuwe 0-meting, gaat het pas beginnen? Het is 'even slikken en weer doorgaan.'

Er zijn zoveel vragen die nog wachten op een antwoord, zoals:

- Hoelang gaat het nog duren?
- Is dit allemaal nog door Corona?
- Wat is er nu eigenlijk met mijn spieren aan de hand?....'

### **Inzien:**

<https://www.boekscout.nl/shop2/boek.php?bid=11704>

### **Recensies/Extra:**

<https://lenniebunnik.auteursblog.nl/>

[https://www.ad.nl/gezond/sportieve-lennie-40-vecht-al-een-jaar-om-beter-te-  
worden-na-corona-binnen-1-5-week-belandde-ik-in-een-rolstoel~ac799201/](https://www.ad.nl/gezond/sportieve-lennie-40-vecht-al-een-jaar-om-beter-te-worden-na-corona-binnen-1-5-week-belandde-ik-in-een-rolstoel~ac799201/)

<https://www.linda.nl/nieuws/lennie-corona-rolstoel-restklachten/>