

Lenneke Vente: Lichter leven met een chronische ziekte - Lessen in veerkracht, vertrouwen en innerlijke rust

Uitgeverij Balans, Amsterdam 2023 ISBN: 9789463822947

Chronische ziek, lotgenoten, coping; Perspectief Patiënt

Over het boek:

Wat tijdelijk leek, wordt blijvend. Lichter leven met een chronische ziekte biedt concrete aanknopingspunten, zowel fysiek, mentaal als emotioneel. Je bént je ziekte niet, je hébt hem alleen maar.

‘U moet er helaas mee leren leven.’ Als een dokter je dat vertelt, staat je leven op zijn kop. Chronisch ziek: je gaat niet dood, maar wordt ook nooit meer beter. Het overkomt talloos veel mensen; ruim tien miljoen mensen in Nederland hebben één of meer chronische ziekten. Dagelijks worden meer dan twee miljoen mensen daardoor belemmerd in hun werk. Eén miljoen mensen kunnen niet meer werken. Of je nu MS hebt of reuma, een burn-out of long covid, een hersenziekte, een hartaandoening, een spierziekte of restverschijnselen van een kankerbehandeling, iedereen met een chronische ziekte loopt tegen dezelfde dingen aan. Naast fysieke klachten hebben invaliderende vermoeidheid, verminderde belastbaarheid en onzichtbaarheid van de ziekte invloed op je relatie, je werk, je sociale leven en vaak ook je financiële situatie. Hoe houd je in die omstandigheden zelf de regie? In dit boek biedt Lenneke Vente concrete aanknopingspunten, zowel fysiek, mentaal als emotioneel, niet alleen vanuit haar eigen ervaring, maar ook uit die van vele anderen en van artsen. Je bént je ziekte niet, je hébt hem alleen maar. Al je competenties, talenten en ervaringen zijn er nog steeds. Als je de nieuwe situatie aanvaardt, ontstaat er ruimte voor een nieuw en zinvol leven, vol veerkracht, vertrouwen en innerlijke rust.

Over de auteur:

Lenneke Vente (1973) geeft als ervaringsdeskundige met een chronische ziekte lezingen over kwaliteit van leven. Eerder schreef ze Tien onzichtbare jaren (2019). Daarnaast heeft ze de blog ‘Pillen en prosecco’. Tot aan haar diagnose werkte ze als directeur corporate communicatie.