

Lottie van Starkenburg: Mijn vriend Damocles

Lottie van Starkenburg, 2023 ISBN: 9789083070520

Landurige zorg, chronisch ziek, praktische problemen, ziekte en werken, medicijngebruik, stress, veerkracht, emoties, coping, lotgenoten;Perspectief Patiënt

### **Over het boek:**

Gezondheid is een groot goed, en soms ook kwetsbaar. De meeste mensen worden daar gelukkig niet dagelijks aan herinnerd. Maar heb je, of krijg je een langdurige of ernstige aandoening, dan komt er veel onzekerheid in je leven. Je zoekt naar antwoorden: kun je beter worden? Is de ziekte te controleren? Wat hangt je nog meer boven het hoofd?

Maar het gaat niet alleen om medische onzekerheid, er zijn meer vragen. Welke werkgever wil jou nog aannemen? Wat betekent deze aandoening voor je relatie? En je kinderwens? Als je eindelijk in rustiger vaarwater komt, zijn de medicijnen waarvan je levenslang afhankelijk van bent, opeens niet meer leverbaar. Al die onzekerheden zijn een bron van chronische stress. Lottie van Starkenburg overkwam het allemaal. Na een paar jaar besloot ze: ik wil mijn leven niet meer door angst laten bepalen. Maar hoe doe je dat?

In dit boek vertelt Lottie over haar zoektocht en de ups en downs in het vinden van haar eigen weg in het moeras van ziekte en onzekerheid. Haar ervaringen vult ze aan met vijftien interviews met mensen die elk op een andere manier leven met een onzekere gezondheid. Samen schetsen ze de uitdaging van leven met het zwaard van Damocles boven je hoofd, de verschillende manieren om ontspannen te leven met een onzeker toekomstperspectief, en hoe het zelfs je leven kan verrijken.

### **Over de auteur:**

Mijn naam is Lottie van Starkenburg. Mijn droom voor iedereen die leeft met een chronische of langdurige ziekte of beperking, inclusief mezelf, is een eigen-zinnig leven. Een transformatie van ziekte en zorg naar leven met lef, lot en liefde.

“Zo heb ik er nog nooit naar gekeken”, is de feedback die ik vaak krijg. Daarom noem ik me een gids. Ik laat je nieuwe kanten van vertrouwde begrippen zien. “Ikke zelf doen”, was de eerste zin die ik sprak. Daarom maak ik gidsen waarmee jij met mijn ideeën aan de slag kunt.

Ik ben creatief en productief. In deze wegwijzer leg ik uit waar je wat kunt vinden.

Mijn ideeën illustreer ik met origami als symbool voor hoe eindeloze mogelijkheden en strikte beperkingen met creativiteit uitstekend samengaan.

### **Inzien:**

Het boek kun je [hier](#) inzien.