

# Ik geef niet op!

Voor velen is meedoen aan de HandbikeBattle in Oostenrijk een manier om een ingrijpend hoofdstuk in het leven af te sluiten en daarna met een 'schone' lei verder te gaan. Ook voor Petra Varekamp was dat de belangrijkste reden om deel te nemen aan de HandbikeBattle. Na een periode van negen jaar, na haar bedrijfsongeval in 2012, is uiteindelijk in 2021 haar linkerbeen geamputeerd. Petra vertelt aan LetselschadeNEWS over het bedrijfsongeval, de amputatie en haar plezier in handbiken.

Tekst Floor Verhees | Beeld Jan Kamberg

## HandbikeBattle

Iedereen die bekend is met de HandbikeBattle weet dat dit geen gewone Battle is, maar een tocht die alleen is weggelegd voor diegenen die niet van ophouden weten. Zij die het gevecht met zichzelf durven aangaan, op het tandvlees doorgaan en weten dat ze dit op eigen kracht willen en kunnen doen. En als het dan zover is, klinkt vanaf de zijlijn de toejuichende menigte en zodra de finish is bereikt, begint het feest.

## De Rijndam Racers

Het team van zes enthousiaste dames werd al in januari 2020 samengesteld, maar vanwege corona brak het moment van de waarheid pas twee jaar later aan; op donderdag 23 juni jl. was het zover. Helaas drukte corona op de valreep nog een stempel, want twee teamleden, waaronder Petra stonden niet aan de start.

## Petra, de HandbikeBattle is geweest. Wat is er gebeurd dat je niet aan de start stond?

We waren al met z'n allen in Oostenrijk en de laatste trainingen waren achter de rug, toen op dinsdagmiddag 21 juni jl. ik

overvallen werd door koorts en pijn in de stomp. In eerste instantie dacht ik aan een ontsteking. Om naar het ziekenhuis te kunnen voor een controle, moest ik me eerst laten testen en die was positief. Corona heeft mij van rechts ingehaald. Dus in plaats van dat ik donderdag 23 juni aan de start stond, lag ik thuis in mijn bed met een longontsteking.

## Wat een teleurstelling, hoe incasseer je dat terwijl je zo dichtbij was?

Het is ook een beetje 'the story of my life', ik heb het vaker meegemaakt dat iets toch niet doorging. Dat neemt niet weg dat ik natuurlijk ook ontzettend boos was op de situatie en dat ik niet mee kon doen, terwijl ik een half jaar lang kei- en keihard getraind heb. Corona heeft me echt overvallen, aangezien ik maandag nog een zware training heb gedaan en dinsdagochtend nog een klimtraining. De finish is op 2100 meter en tijdens de training zijn we tot 1800 meter gekomen. Toen was er niets aan de hand en voelde ik me hartstikke fit. Het was zo dichtbij, dat ik zeker de smaak te pakken hebben en volgend jaar opnieuw mee wil doen.



Petra Varekamp met buddy Bart tijdens de laatste trainingsdag in Oostenrijk

## Ga je dan weer met mee met de Rijndam Racers?

Dat weet ik nog niet. Het team voor 2023 wordt pas in het najaar samengesteld, maar ik heb al wel laten weten dat ik volgend jaar heel graag van de partij ben. En als ik niet in het team mee kan, dan ga ik alleen. Het doel om mee te doen aan de HandbikeBattle was om boven te komen en dat is nu niet gelukt, maar volgend jaar vast wel. Tijdens de trainingen heb ik geleerd om de tijd naast me neer te leggen, dat blijkt in mijn geval een heel ruim begrip te zijn, haha.

## Je wilde de Kaunertalergletscherstrasse trotseren, om aan een nieuw hoofdstuk in je leven te beginnen?

Inderdaad, voor mij was meedoen aan de Battle de manier om een dikke streep te zetten onder een zwarte periode. Die streep moet even wachten tot volgend jaar. Toch is de afgelopen periode voor mij dierbaar, ik heb zoveel geleerd. Zodra ik weer beter ben, stap ik op de handbike en ga rustig aan weer trainen. Eerst maar weer ontdekken wat mijn lichaam nog kan na corona en wat niet. Ik geef niet op, dat past niet bij mij!

## Kun je iets vertellen over de periode die achter je ligt?

Het bedrijfsongeval gebeurde tijdens een avonddienst in 2012. Ik was wat je noemt 'in between jobs' en op dat moment werkte ik tijdelijk via het uitzendbureau, totdat ik een paar maanden later als vrachtwagenchauffeur bij mijn nieuwe werkgever zou starten. Tijdens het voorladen van stalen buizen op de vrachtwagen, stond ik op de oplegger voor het aansturen van de kraanmachinist. Doordat plots buizen gingen rollen, heb ik

een noodsprong moeten maken, waarbij ik mijn linker knie dusdanig bezeerd heb, dat achteraf bleek dat er sprake was van een breuk. Pas na 7 weken werd dankzij een scan ontdekt dat de achterkant van mijn knieschijf was gebroken.

## Hoe kan dat pas zeven weken later ontdekt worden?

Direct na het ongeval was er een BHV'er bij geweest en omdat ik, ondanks de pijn, nog kon lopen was er geen aanleiding voor verder onderzoek. Zelf ben ik de

volgende dag naar de huisarts gegaan en die dacht in eerste instantie dat mijn kniebanden verrekt waren. Het advies was om rust te houden. Omdat de pijn aanhield en mijn knie steeds dikker werd, zijn eerst röntgenfoto's gemaakt, maar daar was niks bijzonders op te zien. Vervolgens is een scan gemaakt waarop wel te zien was dat de achterkant van de knieschijf was gebroken. Dat was het begin van de ellende, want ondanks revalidatie, heel veel oefenen, kijkoperaties, transplantatie van kraakbeen, hield de pijn aan en strompelde ik letterlijk door het leven. Het lopen ging steeds slechter en toch konden de artsen niets met mijn klachten. Na vijf jaar werd posttraumatische dystrofie vastgesteld als gevolg van een zenuwbeschadiging in de linkerknie. In die tijd, het was 2017, opererde ik voor het

eerst of amputeren van het linkerbeen een mogelijkheid zou zijn om van de pijn af te komen? Maar dat stuitte toch op veel weerstand, omdat het been te gezond was voor amputatie en daardoor was het ook niet bespreekbaar.

#### Was er ondertussen ook een letselschadezaak opgestart?

Alsof al het gedoe rondom mijn knie nog niet erg genoeg was, verliep de letselschadezaak ook stroef. Ondanks dat mijn advocaat alles uit de kast heeft gehaald om de onderste steen boven te krijgen, mocht het niet baten. Er was slechts tegenwerking.

#### Hoe is het afgelopen met de zaak?

Na vijf jaar strijd, besloot ik in overleg met mijn advocaat de stekker eruit te trekken. Dat was geen makkelijk besluit,

maar alle wegen liepen telkens dood. Dat kostte te veel energie. Ik ben heel erg boos geweest in die tijd. Vooral omdat ik volledig was afgekeurd. Het voelde voor mij dat ik echt met lege handen achterbleef. Want door het ongeval kon ik ook niet bij mijn nieuwe werkgever aan de slag als vrachtwagenchauffeur. Toch kon ik niet meer opbrengen om door te gaan.

#### Ondertussen ging het ook niet beter met je herstel?

Ook dat was behoorlijk uitzichtloos, want in diezelfde periode brak ik mijn enkel als gevolg van een val. Met name de heftige reactie van mijn been op de breuk vonden de artsen opmerkelijk. Ik kreeg in toenemende mate krampen. Die verkrampingen veroorzaakten weer zenuwbeschadigingen en de pijn werd alsmat erger. Voor mij was de situatie

bijna onhoudbaar, tot gelukkig in 2020 er eindelijk een arts was die wel gehoor gaf aan mijn wens voor amputatie. Hij stelde vast dat er echt geen andere opties waren om van de pijn af te komen dan te amputeren, met uitzondering van een mogelijk risico op fantoompijn.

#### Na negen jaar eindelijk goed nieuws?

Jazeker, het was een opluchting. In de centrale hal van het ziekenhuis onder de klok liet ik vóór de operatie een foto van mezelf met twee benen maken en 24 uur later op dezelfde plek een foto van mezelf met 1 been. Vier dagen na de operatie was ik weer thuis en na een week of drie was ik pijnvrij. Pijnvrij! Ik geloofde bijna niet meer dat het mogelijk was. Dat moment was onbeschrijfelijk! Soms heb ik nog wel last van fantoompijn, maar dat is niets in vergelijking met 24 uur per dag pijn.



Foto uit privécollectie

Advertenties

**EHC**

**Uw zorg, onze dienst**

*De zorgmanager wijst u de weg*

#### Bemiddeling op het gebied van:

- Arbeid en inkomen
- Persoonlijke verzorging
- Huishoudelijke hulp
- Kinderopvang
- Wonen
- Mobiliteit
- Dagbesteding
- Hulpmiddelen en voorzieningen



**EHC**

ARBEIDSKUNDIG ADVIES  
ZORGMANAGEMENT

---

## Over de HandbikeBattle

*De HandBikeBattle is een twintig kilometer lange race in de bergen van Oostenrijk en is gehouden op donderdag 23 juni jl.. Veertien verschillende revalidatiecentra doen mee aan de wedstrijd. Een team bestaat uit zes handbikers die een dwarslaesie of amputatie hebben, waardoor ze te weinig of geen beenkracht meer hebben om te kunnen fietsen en dus op armkracht de berg opgaan. Met dit evenement worden mensen met een motorische beperking uitgedaagd grenzen te verleggen door letterlijk de Kaunertalergletscherstrasse in Tirol te trotseren. Stichting LetselschadeNEWS steunde dit jaar wederom het team Rijndam Racers.*

*Dit jaarlijks terugkerend evenement kan alleen maar plaatsvinden dankzij sponsoring. Wilt u net als Stichting LetselschadeNEWS een handbiketeam sponsoren, neemt u dan contact op met één van de teams voor meer informatie hierover. Check: [www.handbikebattle.nl](http://www.handbikebattle.nl)*

---



Team Rijndam Racers 2022

## En toen dacht je: ik ga meedoen aan de HandbikeBattle?

Haha, zoiets. Ik ben eerst gaan oefenen met een koppelbare handbike, maar al snel merkte ik dat mijn voorkeur uitging naar een vastframe handbike. Omdat de aanschaf daarvan nogal duur is, wilde ik er eerst een proberen. Via Revalidatiecentrum Rijndam kon ik een aanvraag indienen voor een test en zo is het balletje gaan rollen. Uiteindelijk werd ik in december 2021 gevraagd om mee te doen met de Rijndam Racers. Die kans heb ik meteen aangegrepen.

## Wat heb je geleerd in de periode voorafgaand aan de HandbikeBattle?

Ik was wel iemand die overal 'vol' inging en dan vervolgens vergat dat het lijf ook mee moet kunnen doen. Aan het begin van de training in januari was ik hard van start gegaan. Ik vloog erin, zal ik maar zeggen. Mijn leerpunt was dan ook om beter naar mijn grenzen te luisteren, toe te geven aan de pijn en op z'n tijd gas terugnemen. Daar waar ik eerst eigenwijs doordenderde, heb ik nu geleerd me in te houden en te luisteren naar mijn lichaam. Doordat ik mijn grenzen beter in acht neem, kan ik langer meedoen. En dat levert heel veel plezier op. ♦