

'n Pasiënt Praat

'ROHYPNOL' ROCHE

Components:

Flunitrazepam

Indications:

Tablets: sleep disturbances, whether occurring as an isolated functional disturbance or as a symptom of an underlying chronic disease.

Ampoules: pre-anaesthetic medication; induction of anaesthesia; maintenance of anaesthesia.

Dosage/Administration:

Treatment of insomnia. Adults: 1 – 2 mg; elderly patients: 0,5 – 1 mg, immediately before going to bed.

Anaesthesia:

Adults:

Premedication: 1 – 2 mg i.m.

Induction of anaesthesia: 1 – 2 mg by slow i.v. injection.

Maintenance of anaesthesia: if the amount used for inducing anaesthesia is inadequate, further small doses may be injected slowly.

Children:

For premedication and induction of anaesthesia: 0,015 – 0,030 mg per kg by i.m. or slow i.v. injection.

Contra-indications:

Severe chronic hypercapnia.

Hypersensitivity to benzodiazepines.

Precautions:

General: elderly patients with organic cerebral changes. Avoid alcohol during treatment.

Pregnancy.

Discontinue breast feeding.

Packs:

Tablets 2 mg: 30's, 100's.

Ampoule pack containing: 5 ampoules with 2 mg of active ingredient in 1 ml solution; 5 ampoules with 1 ml of sterile water for injections as diluent, to be added prior to i.v. or i.m. injection.

'n Kollega in Natal het die volgende brief aan die tydskrif gestuur wat hy van 'n nuwe pasiënt ontvang het. Ons plaas dit graag anoniem met hier en daar 'n verandering aan 'n naam, sodat niemand ge-eien kan word nie. Dit het 26 handgeskrewe bladsye van 'n Croxley A5-grote skryfblok geneem om die verhaal te vertel. Ons kan miskien meermale, soos Chris Ellis sê, van "Epistoterapie" gebruik maak ook met die eerste ontmoeting met pasiënte.

Dr – ek het besluit om die "langer weergawe" van my "mediese geskiedenis" vir u neer te skryf. Ek wil nie u tyd en my tyd mors nie, daarom sal ek my bes probeer om dit so kort moontlik te hou.

Kom ons sê dit het in St 7 begin, toe ek behandeling vir bloedarmoede ontvang het. Die dokter het my toe ook vir my velprobleem (aknee) begin behandel. Verder was ek gedurig moeg en het van ruggyn en pyn in die bene gekla, ek was geweldig gespanne. Die bloedarmoede is genees, mettertyd, maar nie die klagtes nie.

Ek is universiteit toe. Daar is ek na 'n velspesialis verwys, wat my vier jaar lank behandel het, sonder enige teken van verbetering. Hy was geskok dat ek op skool twee jaar lank antibiotika gedrink het vir my vel. As ek terugkyk, was dit die eerste aanduiding wat ek gekry het dat dokters nie onfeilbaar is nie – hulle maak foute, en hulle verskil van mekaar.

Teen die einde van my eerste jaar is 'n maagseer by my gediagnoseer. Dit het twee dokters en twee spesialiste geneem om 'n behandeling te 'ontdek' wat help. Intussen, meen ek nou, het my liggaam reeds soos 'n chemiese slagveld begin lyk.

Jy sien, dokter, die velspesialis het op sy centjie (dokters vra altyd of jy enige ander medikasie gebruik, maar dit beïnvloed nie werklik hulle besluit om meer voor te skryf sover ek kan sien nie) vir my 'n kalmeermiddel voorgeskryf. Intussen het ek al hoe erger sg spanningshoofpyn begin kry, en al hoe sterker en meer hoofpynpille begin drink. Naderhand het twee Syndols nie meer enige uitwerking gehad nie. Met die diagnose van die maagseer was ek in 'n dilemma en meteens kon ek nie meer hoofpynpille drink nie, behalwe Panado's, wat op daardie stadium net sowel lekkergoed kon wees, vir al die hulp wat dit oënskyklik gebied het.

Die moegheid het al hoe erger begin raak. Gevolglik het my dokter 'n stimulant voorgeskryf – natuurlik terwyl ek nog besig was om die velspesialis se kalmeermiddel te gebruik. Moenie vergeet van die behandeling vir my vel en die maagseer nie. Ek was nog nie twintig nie, en ek kon nie daaglik oorleef sonder 'n handvol pille nie. Ek moes oppas wat ek eet. Ek moes 5 klein maaltye op 'n dag eet. Ek was besig om totaal neuroties te raak oor my gesondheid, in plaas daarvan om my studentejare te geniet.

Teen die einde van my tweede jaar was ek oortuig dat ek nie die studentelewe kan hanteer nie, en ek het nie die selfvertroue gehad om werk te soek nie. Buitendien kon ek nie my potensiaal om as student briljant te vaar, sommerso vergeet nie – en tog kon ek om klaarblyklik fisiese redes glad nie meer konsentreer nie.

Aan die begin van daardie Desemberavakansie het ek ontdek dat ek nooit by die velspesialis was nie – die eindeksamen het alles deurmekaargekrap – en dat ek sou

... 'n Pasiënt praat

moes probeer om sy voorskrif by die kampusdokter te kry.

Op daardie stadium het ons 'n dokter, wat spesialiseer in sportbeserings, daar gehad. Hy was toevallig in die ontvangslokaal toe ek 'n afspraak gaan maak, en hy skryf toe sommer vir my die voorskrif net daar uit, sonder dat hy my tevore ooit met 'n oog gesien het.

Gedurende die vakansie het my gemoedstoestand versleg. Teen die einde daarvan het my moegheid nie opgeklar nie, en ek het vir my ma gesê ek sien nie verder kans vir universiteit nie – ek het blykbaar nie die nodige stamina nie.

Toe het ek die res van die kalmeerpille (die wat die dokter “oor die toonbank” voorgeskryf het) en 'n pakkie disprins gedrink.

My ma was ontsteld toe sy uitvind, en het die huisdokter gebel. Hy het gesê ek moet dit net uitslaap, nie die betrokke kalmeermiddel of die disprins was sterk genoeg om my dood te maak nie.

Die disprins het natuurlik pyn veroorsaak met my maagseer, maar verder was die dokter natuurlik reg.

Die ander gevolge was dat ek besef het ek wou nie regtig doodgaan nie – soos hulle altyd sê, dit was net 'n “noodkreet” om hulp.

My ma se onsteltenis het my ook laat besef hoe selfsugtig selfmoord is – ek sal dit nie weer probeer solank daar iemand is wat vir my omgee nie.

As ek egter hulp wou hê, kon ek dit net sowel gelos het. Al gevolg wat my selfmoordpoging gehad het, was dat my konsentrasievermoë verder afgeneem het. Waar Panado's vroeër

by die ‘handvol’ nie sterk genoeg was om my hoofpyne te genees nie, het 'n kwart Panado selfs, my nou so uit soos 'n kers gehad – so lomerig dat ek in die klas aan die slaap sou kon raak.

En ek het 'n swak blaas ook ontwikkel. Dit het erger en erger geword. Eksamentye was die ergste – om drie ure lank op my werk te probeer konsentreer onder spanningstoestande, en dan te weet as jy teen die einde opstaan om uit te gaan, moet jy voor honderde studente, klasmaats en lektore wat jou ken, met 'n rok wat papnat is agter, jou vraestel gaan inhandig.

Ek het my van my vriende onttrek – hoe kon ek in situasies waar mense sosiaal verkeer, 'n metgesel in die skande steek met my probleem? Net die teaterwêreld wou ek nie laat vaar nie, en ek het opvoerings alleen bygewoon, ten spyte van daardie oomblik wanneer die gordyn sak en die ligte aangaan en ek moes uitgaan. (Vandag spesialiseer ek in Literatuurwetenskap, Dramateorie)

Ek was te skaam om met enige iemand oor my probleem te praat – irrasioneel soos ek besef het dit was. Dit het my 'n jaar en ses maande geneem voor ek die moed kon bymeakaarskraap om my ma te vertel, en haar te vra of sy nie 'n afspraak by 'n spesialis kon reël vir my, sonder dat ek vooraf 'n algemene praktisyn hoef te raadpleeg nie. Sy het dit reggekry, en toe het 'n maandelange behandeling onder die uroloog gevolg.

Hy het 'n ondersoek onder narkose gedoen, hy het alle moontlike ‘leidrade’ opgevolg, maar hy kon geen fisiese oorsaak vir my probleem kry nie. Nie eers my teorie dat die pille wat ek met my ‘selfmoordpoging’

gedrink het, die probleem veroorsaak het, was vir hom aanvaarbaar nie. Hy het my toe 'n langdurige ontwateringsbehandeling gegee. Selfs my oë het uitgedroog, sodat ek my oogarts oor die pyn geraadpleeg het.

Toe het ek teruggekyk, en my lewe was so 'n verhaal van chemiese knope, dat ek besluit het ek gaan alle pille los.

Dit was soos 'n wonderwerk: die maagseer het my nie meer las gegee nie, die hoofpyne het opgehou, die lekblaas was iets van die verlede. Natuurlik nie eensklaps nie, baie geleidelik. Ek het besef dat die maagseerepisode my 'n gesonde dieet aangeleer het – geen kafeïen, geen tanniensuur, geen alkohol, geen baie skerp speserye nie.

Ek wou nooit weer 'n dokter sien of pille drink nie – ek het gevoel dat medikasie die oorsaak van al my probleme was.

Ek het besluit om voltyds met 'n MA te begin, en selfvertroue op te bou voor ek gaan werk soek.

Maar, ten spyte daarvan dat ek van soveel van my mediese probleme ontslae geraak het, het die moegheid en lusteloosheid vererger. My liggaam se reaksie op die maandelange ontwatering was om vog terug te hou – met die premenstruele tydperk enige iets van een tot drie kilogram in my gewig.

Ek het al hoe meer slaap nodig gehad, en omdat ek met my voltydse MA geen klasse bygewoon het nie, maar op my eie gestudeer het, was daar niks om my te verhoed om in die bed te bly nie.

Toe ek op 'n stadium van myself

FORUM

... 'n Pasiënt praat

bewus word, het ek 'n week lank in 'n donker kamer gelê sonder om 'n behoefte aan kos te voel.

Toe het ek besef ek sou my belofte aan myself moet verbreek en weer dokter toe gaan.

Ons het 'n nuwe dokter op die kampus gehad - 'n algemene praktisyn-spesialis - en iemand vir wie ek van die begin af respek gehad het. Hy het begin met chemoterapie vir depressie, en vitamien B vir die

premenstuele spanning. Vir die eerste keer het ek besef dat depressie 'n liggaamlike siekte ook is. Deur my hele "geskiedenis" van mediese behandeling soos ek dit nou hier neergeskryf het, het ek psigoterapie ontvang - van my eerste jaar af - sonder om ooit vir my terapeut te noem dat ek mediese behandeling ondergaan, en sonder dat hy ooit gevra het.

Hierdie behandeling - toe reeds 5 jaar lank - gaan ek nie ook nog vir u

beskryf nie (my voorneme om nie u tyd te mors nie, is al 17 bladsye lank), maar ek kan net noem dat ek oortuig was dat ek geestelik-verstandelik-emosioneel uiteindelik op kranksinnigheid afstuur.

Dan kan u verstaan wat die nuwe kampusdokter se rasonale benadering tot depressie vir my beteken het.

Uiteindelik moes ek werk soek, en ek beland toe in 'n nuwe dorp. Ek het

... 'n Pasiënt praat

hier aangekom met twee vrese: Hoe gaan ek, wat nie meer die konsentrasievermoë of die motivering gehad het om 'n MA te voltooi nie, in my eerste betrekking vaar? Hoe gaan ek 'n dokter kry wat ek werklik weer kon vertrou soos die dokter wat my begin hoop gee het? (Dit was selfs moeilik om by enige dokter as nuwe pasiënt 'n afspraak te kry tensy dit 'n noodgeval was).

Die eerste dokter het dit duidelik gemaak dat depressie en premenstruele spanning wat hom betref geen werklike fisiese oorsake het nie, en hy het vir my 'n rekening vir 'oorpyn' gestuur.

Ek het paniekerig geraak, en meer en meer van die pille wat ek nog by die kampusdokter gekry het, gedrink, tot ek 6 in plaas van 2 daaglik gedrink het. Dit was gou op, en ek het totaal radeloos teenoor die apteker gebieg. Hy het my kampusdokter gebel, en toe het hy my verwys na 'n dokter toe - 'n vriend van hom, en 'n bekende sportman.

Dit was te verwagte dat hy ook gemeen het depressie is alles verbeelding. Volgens hom was ek bloot aan pille verslaaf en sy raad was dat ek by 'n gym aansluit.

Ek was toe sonder my pille, en in so 'n emosionele toestand dat ek my bedanking by die werk ingedien het. My hoof wou dit egter nie aanvaar nie, en het my na 'n dokter van sy keuse toe laat gaan.

Dié het vir my drie pille op 'n dag voorgeskryf, en 'n daaglikse vitamin B-inspuiting vir 'n week lank.

Toe het ek slaaploos geword. Vir drie weke kon ek glad nie slaap nie - en het dwarsdeur die nag gestudeer, en

as ek nie meer kon nie, het ek my woonstel skoongemaak, of die mure geplak. Na drie weke het ek die dokter gespreek om my vir die naweek onder narkose te laat slaap, soos ek gehoor het mense word soms vir uitputting behandel.

Boonop het my seksuele drange onbeheerbaar geraak. Mans het dit agtergekem, die 'nuwe meisie by die werk' het nog geen reputasie onder hulle opgebou nie, en ek het allerhande voorstelle gekry - terwyl my selfbeheer daarmee heen was.

Naderhand het selfs een van die boodskappers my saans na werk as ek huis toe stap, langs die pad begin treiter. Ek het begin bang word.

Ek het ekseem aan my vinger gekry - die senuweepunte was geweldig sensitief, en die vel het oopgebars dat die rou vleis uitkom.

Toe het die dokter my na 'n psigiater toe verwys. Hy het onmiddellik die dosis van die drie na een pil per dag toe verminder, ek kon dieselfde nag weer slaap. Dokter, ek was byna kranksinnig as gevolg van 'n dokter se onkunde en oordosering.

Toe het die psigiater begin spekuleer oor wat die oorsaak van my depressie is. Maar nie op die basis van 'n chemiese oorsaak nie, maar soos 'n amateur (pastorale) sielkundige, uiteindelik het hy my onverwags omhels (om uit te vind of ek homoseksueel is - nadat ek pas deur weke gegaan het dat ek soos 'n teef op hitte gevoel het; vulgêr en verneder). Ek kon dit nie verder verwerk nie.

Ek het huis toe gegaan en die pille in die toilet afgespoel. Dit was 'n oplossing vir die eerste van my

probleme, die behandeling het my R500,00 per maand gekos, op daardie stadium die helfte van my salaris, terwyl ek ook besig was om vir my verdere studie te betaal. Die mediese fonds was net bereid om te vergoed wanneer ek kon bewys dat alles betaal was.

Dokter - die res weet jy. Ek neem nou verantwoordelikheid vir my gesondheid. Ek hanteer depressie al twee jaar lank sonder behandeling - en glo my ek was nog nooit heeltemal ontslae daarvan nie.

In daardie twee jaar het ek my konsentrasievermoë teruggekry. Ek is nou 'n harder werker, en ek doen goeie werk - by die werk, en in my studies. Ek het my selfrespek teruggekry.

Nou is ek gereed om u oor spesifieke probleme te raadpleeg, maar ek hoop u sal verstaan waarom ek nie sondermeer alles aanvaar wat u sê nie.