

Oorlogstrauma's Stichting Equator verleent psychiatrische zorg

'Ik krijg de explosies, de doden niet uit mijn hoofd'

Ook Syrische vluchtelingen met een oorlogstrauma worden sinds kort opgevangen bij Stichting Equator in Diemen. 'Ik ben nerveus, bang, snel agressief. Waarom, dat weet ik niet.'

Bart Nauta
AMSTERDAM

De oorlog is nooit ver weg. Vluchtelingen zien hem terug in vele gedaanten: depressie, angst, wantrouwen en nachtmerries. Ook Yussef (40) uit Syrië – een gefingeerde naam – kampt met een oorlogstrauma.

Elke nacht heeft hij wel een nachtmerrie: over de bombardementen, het vuur, de verwoestingen en dat er een soldaat klaarstaat om hem neer te schieten.

Hij is een van de honderden mensen uit diverse oorlogsgebieden die een behandeling bij de Stichting Equator in Diemen krijgen. Sinds de oprichting in 2003 biedt Equator psychiatrische zorg aan voor asielzoekers en vluchtelingen. Nu worden hier ook Syriërs behandeld. Op dit moment slechts een handvol, maar er worden er aanzienlijk meer verwacht. Sommigen van deze cliënten hebben een verblijfsvergunning, anderen wachten daar nog op.

De Syriërs wonen in het asielzoekerscentrum in de voormalige Bijlmerbajes en worden doorverwezen door de huisarts. Door het oorlogstrauma zijn patiënten zoals Yussef niet in staat een normaal leven te leiden.

Slaappillen

Hooguit een half uur slaapt Yussef achter elkaar, langer niet. Dan staat hij snel op en staart uit het raam van zijn kamer op negenhoog. Na een tijdje gaat hij weer liggen.

De voorgeschreven slaappillen helpen niet. De volgende dag komt hij vermoeid bij Equator aan. Hij is er vijf keer geweest en doet dan zijn verhaal. "Ik praat met de therapeut over mijn herinneringen en mijn dromen, over mijn leven en de medicijnen die ik nodig heb."

Zijn benen schudden hevig terwijl hij praat, hij kan amper stilzitten.

Yussef was elektricien in een arme stad in Oost-Syrië, midden in de woestijn, met olievelden in de nabijheid. In 2012 werd zijn stad strijdtoneel van gevechten tussen het Syrische leger en de rebellen. "Toen begonnen de dagelijkse luchtaanvallen. Honderden onschuldige burgers zijn omgekomen. Ik krijg de explosies en de doden niet uit mijn hoofd. Zeven maanden zat ik vast in de stad en mijn huis is verwoest."

Hoofdpijn

Omdat Yussef tegen de overheid protesteerde, vreesde hij vermoord te worden. Sluipschutters van het Syrische leger schoten op iedereen, ook op vrouwen en kinderen, vertelt hij.

Zelf werd hij door een kogel in zijn rechterbeen



→ Yussef (niet zijn echte naam) hoopt dat de behandeling bij Equator iets van verlichting biedt.
FOTO'S MARC DRIESSEN

Een leefbaar bestaan

"De patiënten hebben de meest extreme vormen van geweld meegemaakt. Hoewel we ernaar streven, lukt het alleen bij hoge uitzondering om alle klachten te verhelpen. Ons doel is hun bestaan leefbaar te maken," zegt Pim Scholte, die in 2003 Equator oprichtte als onderdeel van de afdeling psychiatrie van het AMC.

Geschat wordt dat in het geval van een traumatische gebeurtenis een op de vijf mensen de posttraumatische stressstoornis (PTSS) krijgt. "Bij mensen die oorlogsgeweld hebben ondergaan ligt dat hoger, misschien wel een op de drie."

Het leven van de patiënten met PTSS is getekend door angst en nachtmerries. Sommigen zijn snel geprikkeld, schrikachtig en bovenmatig geïrriteerd, en komen daardoor snel in ruzies terecht. "Ook worden ze voortdurend achtervolgd door herinneringen. De minste of geringste dingen, zoals de geur van vuur of een reportage op televisie, roepen een herbeleving van de oorlog op."

Maar dat zijn niet de enige problemen voor vluchtelingen. "Ze zijn alles van betekenis kwijtgeraakt. Ze zijn geanonimiseerd en van hun identiteit beroofd. Niemand kent hun goede eigenschappen. Ze snakken naar erkenning."

Bij Equator wordt niet alleen gewerkt aan het verhelpen van klachten maar ook aan het herstel van zelfwaarde, zorgzaamheid en vertrouwen in de mensheid.

Een behandeling van een vluchteling met een oorlogstrauma duurt gemiddeld anderhalf tot twee jaar.



'De kogel in mijn rechterbeen deed geen pijn. De pijn die ik nu in mijn hoofd voel, is erger'

geraakt. "Het deed geen pijn. De pijn die ik nu in mijn hoofd voel, is erger." De continue hoofdpijn die hij door de bombardementen heeft opgelopen, gaat gepaard met een harde piep in zijn oren die 24 uur per dag aanhoudt.

Hij vluchtte via de Balkan en kwam in oktober 2015 in Nederland aan. Inmiddels heeft hij een verblijfsvergunning van vijf jaar en wacht hij op een huis, het liefst in Amsterdam.

Prikkels

Soms loopt hij naar het behandelcentrum in Diemen, een tocht van een uur. Reizen met de metro kan hij moeilijk aan, het zorgt voor te veel prikkels. "Van reizen met de bus of auto word ik duizelig en moet ik overgeven." Het liefst zou hij fietsen, maar een fiets heeft hij niet.

Zijn linkerhand ondersteunt zijn vermoeide hoofd. "Ik ben erg nerveus, continu bang en snel agressief – ik weet niet precies waarom. Misschien ben ik boos door de doden die ik heb gezien."

De gesprekken bij Equator luchten op. Hij hoopt dat de therapie hem van het oorlogstrauma afhelpt.

Hij wil werken, voor het Rode Kruis bijvoorbeeld, en mensen helpen in oorlogsgebieden zoals Syrië en Irak. Hij spreekt een behoorlijk woordje Engels.

En verder wil Yussef een 'normaal leven' leiden. Zwemmen in de Amstel, wandelen en fietsen. "Omdat ik in de woestijn leefde, houd ik van de Nederlandse natuur, met al het groen en de tulpen. Prachtig."