

# AU? DISSOCIEREN BIJ PIJN | MARJON KUIPERS

Onlangs op een vrijdagochtend had mijn zoon een behoorlijk onaangenaam contactmoment met een auto. Klassiek geval van oversteken zonder uitkijken. Hij is daarbij in de flank geraakt door een auto waarvan de bestuurder op geen enkele manier meer kon uitwijken. De klap was dusdanig hard dat de autoruit brak. Zoonlief stond echter gelijk weer op zonder schijnbare verwondingen.

Gelukkig fietste er een leraar van school achter hem die zich om hem bekommerde en hulptroepen van school in schakelde. Moeder laten bellen, zoon op laten halen door medewerker school voor vervoer naar de huisarts en vervoer fiets naar school. Bij de huisarts trof ik mijn pinkende “nuchtere” zoon. “niets aan de hand mam, en ik heb sorry gezegd”. Na grondig onderzoek was de diagnose: vermoedelijk hersenschudding en flinke schaafwonden. En gefeliciteerd! Je hebt super veel geluk gehad!

Fiets total loss, scheur in z'n broek en jas maar als ouders ben echt zo blij dat je kind alleen maar een grote pleister op z'n knie heeft.

De volgende dag stond zoonlief fris en monter weer op. Van geschudde hersenen leek ons geen sprake en het pinken met zijn been viel reuze mee. Als fanatiek golfer wilde hij gewoon naar de baan en we hebben hem maar laten gaan. Zondag wilde hij een beetje over het ongeluk praten. Hij vond het heel erg en de pijn tijdens de aanrijding wel een dikke 8 op de schaal van 10. Voor de verhouding: Kiezen trekken scoort 4, gebroken pink en nagel eraf 5, gat in zijn hoofd en 2 hechtingen een 7. De hele week gewoon naar school en geen centje pijn. Die week ook nog 3 keer naar de baan geweest om in totaal zo'n 8 uur te golfen, naar sportschool en nog een paar uur fietsen.

Tot ruim een week na het ongeluk. Zoon komt met pijn 4 aan zijn been uit bed en 's middags komt hij bijna huilend in huis met pijn 8 in zijn been. Lopen kon hij niet meer maar nog wel op zijn laatste kracht 6 kilometer naar huis fietsen. Bleek en zwetend van de pijn lag hij op de bank. Toch maar naar de huisartsen post en hij bleek na onderzoek een behoorlijke

spierkneuzing te hebben op zijn bovenbeen. Artsen staan versteld. 11 dagen na het ongeluk en dan nu pas last van de extreme pijn?

Eigenlijk had ik alerter moeten zijn. Ik weet dat mijn zoon nauwelijks bewust pijn beleeft. Als kleuter kon hij zijn hoofd stoten en een half uur later “au” zeggen. Ook heeft hij al eens 3 weken rond gelopen met een gebroken sleutelbeen en ook hierbij geen pijn gevoeld.

Het komt vaak voor bij mensen met autisme dat er gedissocieerd wordt van het gevoel. Sommigen weten dat ze “pijn” moeten hebben als ze bloed zien en is er geen bloed dan is er geen pijn. Ook mijn zoon kan zijn lichamelijke gevoel blokken. Dat verklaart ook waarom hij bij extreme warmte of kou of regen op z’n gemak door speelt met golf en nergens last van heeft.

Bewust dissociëren is een vaardigheid die je kunt leren en die in voorkomende situaties handig kan zijn. Gebeurt dit echter onbewust zoals bij mijn zoon na het ongeluk dan kan dit toch hele vervelende gevolgen hebben. Door het dissociëren van zijn gevoel heeft hij zijn been sterk overbelast en is daardoor erg achterop geraakt wat betreft het herstel. Hij kan nu niet meer om de pijn heen. Zijn been weigert op alle mogelijke manieren en dwingt hem om een beetje op de bank te hangen tot hij weer mobiel is.

De drie artsen die ik gisteren en vandaag heb gesproken kunnen zich niet voorstellen dat iemand op zo’n manier pijn kan blokken. Toch komt het vaker voor en in mijn optiek mag dit een punt van extra aandacht zijn bij iemand met een vorm van autisme.

Wat mijn zoon betreft: dat komt wel weer goed. Wat mij betreft: mooi leermoment over de ondoorgrondelijkheid van autisme.

Uiteraard ga ik samen met mijn zoon oefenen om hem te leren associëren of te dissociëren als bewuste vaardigheid. Om toe te passen als handigheid mocht het nodig zijn maar vooral om bewuster te kunnen voelen ook in situaties als je dat liever niet doet.