

Depressie Cornelia Egelie-Sprenger hoopt lotgenoten te helpen

Balanceren om het leven aan te kunnen

Als je tegenover de ballotagecommissie zit van de golfclub in Wassenaar, moet je dan zeggen dat je een bipolaire stoornis hebt? Cornelia Egelie-Sprenger (45) schreef een boek over leven met een psychiatrische aandoening in gegoede kringen.

Bipolaire stoornis

- Mensen met een bipolaire stoornis wisselen stabiele periodes af met ernstige ziekte. Het gaat om pieken (manieën) en dalingen (depressies) in de stemming.
- Er zijn twee vormen van de bipolaire stoornis. Bij de bipolaire stoornis type 1 worden patiënten in hun manische periode psychotisch, bij de bipolaire stoornis type 2 gebeurt dat in de depressieve periode.
- Bij 2 tot 4 procent van de bevolking komt de aandoening voor.
- Omdat een bipolaire stoornis lijkt op andere psychiatrische aandoeningen, is het moeilijk om een goede diagnose te stellen.

CV

Cornelia Egelie-Sprenger (Wassenaar, 1972) studeerde rechten in Leiden. Ze studeerde in 1997 af in het Nederlands recht. Daarna gaf ze zeil- en skiles, werkte in de kinderopvang en werd moeder van drie kinderen. In 2012 begon ze als ambassadeur van Samen Sterk zonder Stigma. Sinds 2016 is ze ambassadeur van het Depressiegala, een jaarlijks evenement om het taboe op psychiatrische aandoeningen bespreekbaar te maken.



Cornelia Egelie-Sprenger, Pillendoos, De ups en downs van een manisch-depressieve vrouw. Uitgeverij Lucht BV, €19,95.

lijkt me verschrikkelijk dat mijn kind straks misschien manisch of suïcidaal over straat loopt, net zoals mijn broer."

Als had ze eerder geen naam voor haar toestand, ze wist wel dat het niet helemaal goed ging. Ze leed aan boulimia, was heel erg zenuwachtig voor de rechtententamens van de Rijksuniversiteit Leiden en ze kon slecht tegen prikkels. Feestjes van de corporale studentenvereniging Minerva waren soms een opgave.

De diagnose 'bipolaire stoornis' kwam in 2012. Het voelt als een overwinning. Dat ze zich ondanks haar goede leven – mooi huis, gewaardeerd lid van de golfclub, fijn gezin en leuke vrienden – zo ellendig voelde, mag uiteindelijk een oorzaak hebben. Met de dooddoener 'niet lullen, maar poetsen' is ze niet geholpen, zo zegt ook de psychiater. Wie een bipolaire stoornis heeft, is constant bezig met het midden. Kom je erboven, dan word je manisch. Kom je eronder, dan word je depressief. Echt depressief. Zo depressief dat je dood wil.

Spiritualiteit en alcohol

Egelie-Sprenger heeft veel gedaan om in het midden te blijven. Ze haalde reikidiploma's, ging naar een Bijbelclub om verlost te worden door Jezus en leerde chakra's lezen. Ook dronk ze een tijd te veel. Nu ze medicatie heeft, is haar interesse in spiritualiteit en alcohol geslonken.

Het duurde veertien jaar voordat ze in lithium de juiste pillen kreeg. Ze slikt ook medicijnen tegen psychosen en ze neemt antidepressiva. Verder zijn er kalmeringspillen. In haar boek *Pillendoos* wil ze laten zien wat een bipolaire stoornis

nu echt is. Ze hoopt mensen het onderscheid duidelijk te maken tussen een dip en een depressie. Als je je baan, je verkering of je huis verliest, is dat vreselijk, maar het is niet per se hetzelfde als ziekelijke somberheid. Ze hoopt ook dat ze de patiënten die in stilte lijden zo ver krijgt om naar de psychiater te gaan. Dat ze met de verkoop van het boek en met spreekbeurten zelf geld kan verdienen, vindt ze heel fijn.

Peuterleidster

Als klein kind zag Egelie-Sprenger de gezinsituatie verslechteren door de depressiviteit van haar vader. Hij verloor zijn baan en het gezin moest verhuizen van een net huis naar een sobere flat in Wassenaar ('die hebben we hier ook'). Vaak stond er goedkope bami uit de supermarkt op tafel. Ze nam zichzelf voor dat nooit mee te maken. Ze begon op de mavo en haalde uiteindelijk de universiteit.

Als student dacht ze eraan om advocaat te worden, of bedrijfsjurist. Maar voor zittende beroepen die veel regelwerk vereisen is ze niet geschikt. In Amsterdam werkte ze met veel plezier als peuterleidster, maar toen ze werd gevraagd om de kinderdagopvang te leiden, raakte ze opnieuw 'van het padje', zoals ze zelf zegt.

Ze is haar man 'diep dankbaar'. Ze kwam hem tegen bij de hockeyclub in Wassenaar. Hij is lief, begripvol, duidelijk en zonder zijn inkomsten zou het gezin niet kunnen draaien. Ook daarvoor kan ze een keer per week golfen met vrienden. Heel relaxed en gezellig.

Inmiddels heeft ze het wel verteld aan de ballotagecommissie, van die bipolaire stoornis.

'BUITENLANDSE AGENT'

Moskou pakt Amerikaanse media aan

Rusland verscherpt het toezicht op meerdere Amerikaanse media. Het Russische ministerie van Justitie bestempelde onder meer Radio Free Europe/Radio Liberty en Voice of America als vertegenwoordigers van buitenlandse machten. Ze moeten voor een Russisch publiek duidelijk maken dat ze als 'buitenlandse agenten' zijn aangeduid. De Amerikaanse autoriteiten hebben eerder de Russische nieuwszender RT onder druk gezet zich in de VS aan te melden als 'foreign agent'. Daarop kondigde Moskou aan met tegenmaatregelen te komen. (ANP)

ZORGVERZEKERING

'Met systeem aanvullende polis is niks mis'

Zorgverzekeraar VGZ kan zich niet vinden in de analyse van De Nederlandsche Bank (DNB) dat de aanvullende zorgverzekeringen op termijn dreigen te verdwijnen. De bank waarschuwt dat verzekeraars niet genoeg verdienen aan de aanvullende verzekeringen en er soms zelfs verlies op lijden. Een zegsman van VGZ herkent zich daar niet in. "Dat mensen zich aanvullend verzekeren, daar is niks mis mee. Dat is voor ons ook helemaal niet verlieslatend." VGZ noemt de conclusies van DNB voorbarig. "Dit levert onnodig onrust op bij onze klanten." (ANP)

AMBER ALERT

Vermiste Abdullah (15) terug bij familie

Abdullah Mazmahor is gisteren gevonden op tuinhuiscomplex Vijfsluizen in Schiedam. Hij maakt het naar omstandigheden goed. De tiener van 15 liep vrijdag weg van huis en was sinds die tijd vermist. Hij is doof, autistisch en verstandelijk beperkt; bovendien heeft hij medicijnen nodig voor zijn hart. Hij droeg geen jas toen hij vertrok. Vanwege de vermissing werd zondag een Amber Alert gegeven. Het is nog niet bekend waarom Abdullah wegliep. De politie wil hem en zijn familie eerst rust geven en pas later met hem praten. (ANP)

OPTREDEN NA 23.00 UUR

Geen boete André Rieu voor 'kinderarbeid'

André Rieu hoeft geen boete te betalen voor kinderarbeid, heeft de rechtbank in Roermond gisteren bepaald. De Inspectie SZW had Rieu een boete van 116.550 euro gegeven voor de optredens van minderjarigen tijdens concerten in de zomer van 2015 in Maastricht. Twaalf kinderen van een gezelschap van panfluitvirtuoso Gheorghe Zamfir traden tot middernacht op. Na 23.00 uur mogen minderjarigen niet meer optreden. Volgens SZW was Rieu werkgever en verantwoordelijk voor de kinderen. De rechtbank vond het bewijs van SZW te mager. (ANP)