



Hulpmiddel

Cynthia Lukassen
blogt, moedert en slaapt elke nacht met een cpap. In haar column plukt ze steeds een moment uit haar dagelijks leven met slaapapneu.

'Wat ga je zo meteen doen als ik naar school ben, mam?' vraagt mijn dochter tijdens het ontbijt. 'Ik ga een stukje over hulpmiddelen schrijven, schat.' 'Oh leuk, dus je gaat over mijn allergiedrank schrijven', zegt ze enthousiast. 'Dat is echt een goed idee. Want het helpt me zo goed tegen die stomme pollen.' Met volle mond schud ik mijn hoofd. Verbaasd kijkt ze me aan. 'Oh, ga je over papa's bril schrijven? Of over oma's rollator?' 'Nee schat', antwoord ik.

'Oeh! Ik weet het! Ik weet het!' Ze wijpt van enthousiasme op haar stoel. 'De wasmachine!' Vragend kijk ik mijn dochter aan. 'Huh? De wasmachine is toch geen hulpmiddel?' 'Nou, echt wel, mam', zegt mijn kleine meid terwijl ze de laatste hap brood in haar mond steekt. 'Anders moet je al die vieze onderbroeken helemaal zelf wassen. Dat wil je echt niet, hoor!' Ze trekt een vies gezicht. 'Gelukkig hoef jij dat niet, mam. Jij kunt lekker stukjes schrijven, terwijl de was voor je wordt gedaan. Dus dat is echt wel een hulpmiddel, hoor.'

Lachend geef ik haar gelijk. We staan op en ruimen de ontbijtspullen op. Maar mijn dochter is nog niet klaar. 'Oh mam, onze vaatwasser helpt ons ook', zegt ze terwijl ze onze bordjes erin stopt. 'En de oven, de koelkast, de kraan. Vet handig, hoor! Wat een goed idee om daarover te schrijven, mam!' 'Nou, eh...', zeg ik weifelend, 'ik wilde eigenlijk alleen maar over mijn cpap schrijven. Je weet wel, dat apparaat waar ik 's nachts mee slaap. En dat ik zo blij ben dat het me helpt.'

Met grote ogen kijkt mijn dochter me aan. 'Oké', zegt ze en er verschijnt een frons op haar gezicht. 'Maar ben je dan niet blij met die andere hulpmiddelen? Ik vind dat je ook over al die andere hulpjes moet schrijven. Iedereen wordt de hele dag geholpen, niet alleen jij door de cpap, mam.'

Terwijl we de laatste ontbijtspullen opruimen, blijven haar woorden door mijn hoofd spoken. Het is waar. Die cpap is slechts een van de vele hulpjes in mijn luxeleven. Mijn wereld zit vol met handige apparaten, tools en gadgets die mijn bestaan leuker, comfortabeler en fijner maken. Daar mag ik best wat meer bij stilstaan. En dankbaar voor zijn.

'Weet je', zeg ik, terwijl mijn kleine helper de vaatwasser met een flinke klap dichtgooit. 'Je hebt helemaal gelijk. Wat ben ik toch een mazzelkont dat ik elke dag zo goed geholpen word. Niet alleen met goed slapen, maar ook met de vieze-onderbroeken-was. En nu zelfs met het schrijven van mijn column. Dankjewel, lieve kleine hulp van me.'

Die cpap is slechts een van de vele hulpjes die mijn leven leuker, comfortabeler en fijner maken