

“ Het zit bij ons helemaal niet in de familie, maar kennelijk ben ik de pechvogel die het toch spontaan gekregen heeft.



Sharon met Epilepsie-hulphond Ola

SHARON HERWINT ZELFVERTROUWEN MET HULPHOND OLA

‘Ik wilde rust voor mijzelf en voor mijn familie’

Wanneer epilepsiepatiënt Sharon Koenhen uit Giesbeek bij Hulphond Nederland kennismakt met drie honden die mogelijk haar hulphond kunnen worden, staat hond Ola voor haar op de derde plaats. “Ik vond haar enorm druk en erg actief, ik wist niet of ik dat wel zou trekken”, vertelt Sharon. “Mijn vriend vond Ola juist wel heel goed bij mij passen. Uiteindelijk is het tóch Ola geworden – en daar hebben we zoveel geluk mee gehad! Ola is absoluut mijn super-nummer-één-keuze nu.”

Als Sharon Koenhen op zestienjarige leeftijd op de luchthaven staat om naar Egypte af te reizen, voelt ze zich helemaal niet lekker. Ze krijgt een blikje cola en een Ibuprofen aangereikt om het misselijke gevoel te onderdrukken, maar dit blijkt een averechts effect te hebben. “Toen ik uit het toilet kwam waar ik die medicatie had ingenomen, viel ik meteen flauw. Het werd een hele toestand. Uiteindelijk heb ik de hele weg naar Egypte gespuugd, maar eenmaal op de bestemming was het over. Tot ik drie maanden later thuis wéér buiten bewustzijn raakte. Mijn ouders hadden inmiddels veel op internet gelezen over wat er met mij gebeurd was en dachten al aan epilepsie. In het ziekenhuis kreeg ik nog een aanval in het bijzijn van artsen en hen was het meteen heel duidelijk: ik heb

gegeneraliseerde tonisch clonische epilepsie. Het zit bij ons helemaal niet in de familie, maar kennelijk ben ik de pechvogel die het toch spontaan gekregen heeft.”

Hulphond Ola

Sharon krijgt medicatie waarmee ze langer dan twee jaar aanvalsvrij blijft. Daardoor is ze in staat haar rijbewijs te halen. “Ik ben met mijn vader een autootje gaan kopen, maar heb daarvan maar drie maanden kunnen genieten. Vanaf dat moment kwamen de aanvallen vaker terug. Het CBR heeft uiteindelijk besloten dat ik niet meer mag autorijden.” Wanneer het aantal epileptische aanvallen blijft oplopen, trekt de familie bij stichting Hulphond Nederland aan de bel. “We kenden mensen die gastgezin zijn voor pups

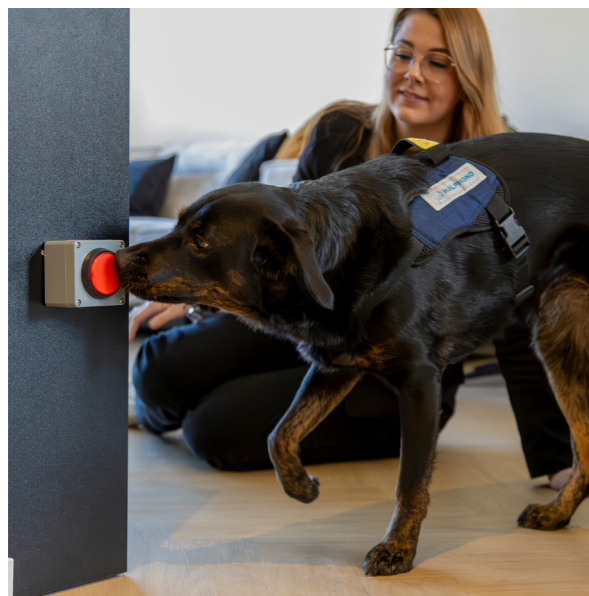
“Ik slaak een soort noodkreet bij het begin van een aanval; dat is een heel naar geluid. Daar moet Ola nog aan wennen.

en wisten zodoende van het bestaan van epilepsiehonden. Anderhalf jaar na de eerste contacten is in de zomer van 2024 hulphond Ola bij me komen wonen. En hoewel we nog veel moeten trainen om goed op elkaar ingespeeld te raken, is zij echt al niet meer weg te denken uit mijn leven.”

Noodknop

Ola is een kruising tussen een Labrador en een Bordercollie en heeft ook een klein beetje Golden Retriever in zich. “Ze is zwart met bruine wenkbrauwen en heeft bruinige poten”, vertelt Sharon enthousiast. “In maart wordt ze drie jaar.” Sinds de komst van Ola heeft Sharon drie epileptische aanvallen gehad. “De eerste keer schrok Ola heel erg. Ik slaak een soort noodkreet bij het begin van de aanval en dat is een heel naar geluid. Daar moet Ola nog aan wennen. Ze houdt nu nog wat afstand als er mensen met me bezig zijn, maar komt daarna heel dicht bij me liggen en houdt me goed in de gaten. Ik merk al wel dat ze aangeeft wanneer ik mij te druk maak, bijvoorbeeld in het huishouden. Ze helpt mij om sneller even te gaan zitten.”

Ola leert in huis om op de noodknop te drukken wanneer Sharon een aanval krijgt. “We hebben het geluid van de noodkreet opgenomen met een Ring-camera en laten dat af en toe aan haar horen. Daarna doe ik alsof ik op de grond val en dan moet



Ola op de knop drukken. Na zes seconden wordt er telefonisch contact gelegd met mijn ouders en mijn vriend Tijmen. We proberen Ola te leren om mij te likken wanneer ik buiten bewustzijn ben. Hierdoor zou ik me eerder weer bewust worden van mijn omgeving en wellicht sneller uit een aanval kunnen komen. Ook willen we Ola leren om na het indrukken van de noodknop naar de zolder te gaan, waar Tijmen vaak aan het studeren of sporten is. Ze kan hem dan ophalen om bij mij te komen.”

Rust en zelfvertrouwen

Sharon werkt 32 uur per week als receptioniste bij een bungalowpark, waar ze gasten in- en uitcheckt en de mails beantwoordt. “In overleg met mijn werkgever hebben we een plan gemaakt voor de komst van Ola. Ik moest een goed plekje voor haar zien te vinden, waar ze onze gasten of mijn collega’s niet stoort en waar ze zelf rustig kan liggen. Dat is bij mij achter de balie geworden. Ze gaat nu elke dag mee naar mijn werk.”

Ola heeft Sharon meer zelfvertrouwen en rust gegeven. “Ik merk dat ik met Ola aan mijn zijde meer vertrouwen heb. Ik durf nu naar de plaatselijke supermarkt te lopen, omdat er toch altijd iemand bij me is. Nu ik ouder word, wil ik graag wat minder afhankelijk zijn van mijn ouders. Ze doen alles voor me en wonen op driehonderd meter afstand. Mijn moeder heeft haar werkrooster op dat van mij aangepast: als ik thuis ben, is zij ook thuis en als ik werk, werkt zij ook. En mijn vader werkt vlakbij mij en brengt en haalt mij drie dagen per week. Als er op mijn werk iets zou gebeuren, is mijn vader als eerste ter plaatse. Als ik even niet



reageer op een appje, blijven mijn ouders berichten sturen om te controleren of alles wel goed gaat. Ik wilde rust voor mezelf, maar ook voor mijn familie.”

Op vakantie naar Spanje

De connectie tussen Sharon en Ola is nog volop in de maak. Door samen te trainen en steeds meer samen te beleven, raken de hulphond en haar baasje gaandeweg beter op elkaar ingespeeld. “Ik hoop van harte dat ik

met behulp van Ola op termijn rustig op de bank kan gaan zitten vóórdat er een aanval komt en dat ik in de gelegenheid ben om mijn ouders en mijn vriend te waarschuwen dat er een aanval aanstaande is. Nu al ben ik veel minder gehaast geworden. En aangezien stress een belangrijke trigger is voor een aanval, is dit winst. Binnenkort vliegen Tijmen en ik met Ola naar Spanje. Heel spannend! Maar er lonkt op deze manier samen met Ola een heel nieuwe toekomst.” ●

De waarde van een Epilepsie-hulphond: het EPISODE onderzoek naar effecten en kosten

In de EPISODE-studie is onderzocht of een Epilepsie-hulphond van waarde kan zijn voor mensen met ernstige epilepsie. Deze studie, uitgevoerd door de Erasmus Universiteit Rotterdam in opdracht van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, volgde 25 volwassenen met frequente epileptische aanvallen gedurende drie jaar. De deelnemers hielden dagelijks hun aanvallen bij en vulden elke drie maanden een vragenlijst in. Zo werd de periode met en zonder Epilepsie-hulphond vergeleken, wat inzicht gaf in de effecten van de hond.

De resultaten zijn veelbelovend: na het krijgen van een Epilepsie-hulphond nam het aantal epileptische aanvallen gemiddeld met een derde af. De kwaliteit van leven verbeterde voor zowel de persoon met epilepsie als voor hun mantelzorgers. Deelnemers kwamen daarnaast minder vaak in het ziekenhuis en hadden minder hulp nodig van hun mantelzorgers. Hierdoor is de verhouding tussen de kosten en de effecten van een Epilepsie-hulphond gunstig. Voor zes deelnemers bleek het traject met een Epilepsie-hulphond echter niet geschikt, wat aantoont dat een Epilepsie-hulphond niet voor iedereen de oplossing is.

Al met al toont het EPISODE onderzoek aan dat de Epilepsie-hulphond over het algemeen een waardevolle aanvulling is op de huidige zorg voor volwassenen met ernstige epilepsie. Epilepsie-hulphonden dragen niet alleen bij aan een verbeterde kwaliteit van leven voor mensen met ernstige epilepsie en hun mantelzorgers, maar kunnen ook een kosteneffectieve aanvulling zijn op de bestaande zorg.