

Anna was bedrijfsleidster in een warenhuis was toen 49 jaar, nu 51 jaar



Overprikkeling is in een lichaam zitten waar je niet in wilt zitten. Het wel willen maar het niet kunnen. Men ziet de eenzaamheid niet maar je zit wel gevangen en blijft lachen naar de buitenwereld want je leeft toch nog zo mooi. Tja langs de zijlijn maar niet meer midden in het leven zoals het was!

Mique



Als ik overprikkeld ben kan ik niets meer aansturen, geen denken, geen praten, geen lopen, niks. Mond hangt scheef en arm en been raken in een spasme. Daardoor is zelfstandig aan t verkeer deelnemen, ook niet lopend!, niet meer verantwoord.

Marjan, afgekeurd als Landmeter, 38 jaar, moeder van 2 kleine kinderen.



Overprikkeling betekent het muurbloempje te zijn in jouw eigen leven.

Cobie



24/7 marathon in watertrappelen om "boven" te blijven....

Nancy



Als of mijn hoofd geen stil knop heeft en het op hol slaat dat is voor mij overprikkeling en liefst onder me kussen ga liggen en donke4 om dat hoofd te blussen.

Marleen



Ik heb o.a veel last van visuele overprikkeling. Het is vermoeiend om te kijken naar drukke patronen, bewegingen. Het kijken naar beeldschermen is ook vermoeiende. Moeite met schaduw-licht.

Wat dan helpt is uitrusten met mijn ogen dicht.... Maar dat is zooo moeilijk, echt helemaal niets doen.

Daarnaast zijn de auditieve prikkels er ook. Plotselinge harde geluiden doen pijn in mijn lijf. Het gaat door merg en been. Al het geluid komt even hard binnen en ik moet extra moeite doen om dan een gesprek te volgen.

Ik ben er blij mee dat ik er altijd fris en fruitig uitzie, maar het maakt het extra moeilijk om serieus genomen te worden.... Van hulpverlener voor anderen naar goed zorgen voor mezelf.

Joke



Van drukke leerkracht naar solistisch kunstenaarsbestaan..... De wereld op z'n kop, niets is wat het was, ik ben niet wat ik lijk, ik doe wat ik kan.

Arnie



Veranderd van een onvermoeibare vrouw in een emotioneel wrak bij vermoeidheid. Van alle ballen de lucht in kunnen houden, in het niet eens weten wat alle ballen zijn.

Ina, van enthousiaste klachtenfunctionaris, mediator en oma nu huismus



Ik raak onder meer overprikkeld van geluid, beweging om me heen, mijn eigen bewegingen, buitenshuis zijn, tv kijken, lezen en concentratie. Ik kan tot mijn grote verdriet de kleinkinderen niet om me heen hebben.

Het hoofd voelt dan vierkant, duizelig, een druk op het achterhoofd, kan niets meer verdragen, niet meer denken en moet steunen. Ik word traag, emotioneel en voel me ziek. Alsof ik griep krijg. Het enige dat helpt is volledige rust, soms dagen.

Overprikkeling betekent véél alleen zijn. Zonder geluid om je heen.

Ellen



Van psychiatisch verpleegkundige, die 10 dingen tegelijk kon ...naar iemand die maar 1 ding tegelijk kan. En daarbij een chronisch lege batterij en ik kan de opladen niet vinden 😊

Debby



Van vliegende keeper. ..naar reserve speler die amper word ingezet...en het blijft iedere dag een strijd om in de competitie te blijven spelen!!

Joke, 50 jaar, voor mijn hersenbloeding leidinggevende in een verpleeghuis



Een sterke en zelfstandige vrouw en nu door overprikkeling kwetsbaar en afhankelijk. Leven is nu elke dag overleven.

Olga



Hersenletsel is een voortdurend watertrappelen geweest om het hoofd boven water te houden. Met daarnaast de overprikkeling leidde dit tot onoverkomelijke situaties.... duizelig, misselijk, sociale isolement.

Janine



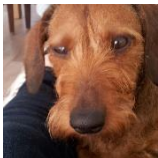
Overprikkeling is als een trage computer. Start je teveel taken op dan slaat hij vast!

Ria



Een zeer actieve. ...sportieve leerkracht altijd bezig als duizendpoot.....leeft nu door alle overprikkeling als slak en kruipt in haar zelf meedragend huisje voor rust.

Wilma



Overprikkeling kan soms zoo intens zijn dat je ervan moet huilen. en de frustratie dat niemand begrijpt waar je het over hebt.

Monique



Overprikkeling is ook steeds keuzes moeten maken. Een leuke activiteit betekent vaak van te voren je rust pakken en van te voren geen andere werkzaamheden kunnen doen. Krijg je toch met onverwachte prikkels te maken dan gaat het geplande vaak niet door...Weer een teleurstelling. Je sociale leven staat op zijn kop. Na een "inspannende"activiteit mag je dit weer bekopen met weer je rust proberen te pakken.

En dat is dan niet uurtje! Om hopelijk later weer wat verder te kunnen want je huishouden gaat ook door. Ik ben nog jong maar voel me hierdoor vaak gefrustreerd en gesloopt!

Martine, "Malfunction" since 27-2-2009 😊



Overvallen worden door een griepaanval zonder koorts.

Gezond en weldenkend verstand...

Waar je door overprikkeling geen gebruik van kan maken.....

Een geïsoleerd bestaan!

Anita, hartstilstand gehad, tia gehad en ms, was verkoopster



Zwemmen in drijfzand, je wil wel maar komt er niet meer uit

Wendy, voormalig medewerkster kinderdagverblijf.

Voor elk probleem is een oplossing
Maar mijn oplossing is onbereikbaar...

Oververmoeid wordt
overprikkeld wordt
Onvoorspelbaar wordt
Ondraagbaar wordt
Onherkenbaar....

Joke



Van zelfstandig ondernemer met een druk sociaal leven naar onzelfstandig, geen sociaal leven. Alleen nog maar elke dag proberen te overleven door auditieve overprikkeling.

Daphne



Overprikkeling is voor mij een intense vermoeidheid die ontstaat door interne en externe prikkels; keer op keer dringt een virus door op mijn harde schijf waardoor functies uitvallen.

Sonja nu 42 jaar, was verpleegkundige geriatrie
Overprikkeling is mijn onzichtbaar ziekmakend gevangenis.
Overprikkeling rooft mijn levenskwaliteit.

Liesbeth, 31 jaar waarvan 17 jaar met NAH

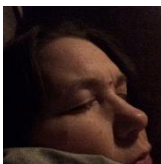
Leven met overprikkeling is simpel proberen te overleven, geen hobby's, geen invulling, enkel overleven en blijven hopen...
Prikkel... kijken, horen, voelen, evenwicht, emoties, denken. Alles tegelijk, terwijl je hersenen nog 1 ding kunnen verwerken. De emmer loopt continue over en is nooit leeg!

Josine



Overprikkeling, plotselinge kortsluiting die alleen op te lossen is door de stroom er langdurig helemaal af te halen door complete stilte voor alle zintuigen.

Michaela



'Geluid, licht, drukte, informatie: voor mijn hersenen is het al snel te veel. Duizelig, misselijk, wazig en warrig trek ik me terug in een stille, donkere kamer. Het overgrote deel van de tijd sta (of lig) ik buiten spel'.

Danielle

What you see is not what you get..

Renske



Er gaat geen dag voorbij zonder rekening te hoeven houden met energiehoeveelheid en prikkelverwerking.

Overprikkeling betekent voor mij, enorme moeheid, duizelig, misselijkheid, down gevoel, pijnlijk lichaam.... herstellen kan door rust, alleen zijn en slaap.

Betty



Van een zeer zelfstandige, onafhankelijke, super-multitaskende, mantelzorgende, "volg-de-gids", wandelende-agenda, werkende vrouw naar een onzelfstandige, afhankelijke, 1-ding-tegelijk-kunnen doen, mantelzorg-nodig-hebbende, niks onthouden, voor het arbeidsleven afgekeurde vrouw.

Juan



1 seconde was genoeg om mijn wereld op z'n kop te zetten. 1 seconde. Inmiddels heb ik een haat-liefde verhouding met mijn rolstoel, rollator en vierpoot. Net zo erg, maar onzichtbaar, is de fysieke pijn die licht, geluid en aanraking geeft. Alleen rust en stilte lijkt wat te helpen.

Daniëlle



Overprikkeling is constant keuzes maken en proberen te overleven! Soms gaat het licht helemaal uit; kortsluiting in mijn brein ☀️

Ineke



Chaos, overzicht kwijt, alles is teveel, energie in 1x weggezogen; altijd rekening met je omgeving houden = overprikkeling..... blok aan je been in een jong gezin!!

Janny, 58 jaar en was audiologie assistent in een Audiologisch Centrum



Ik stond heel actief in het leven. Nu sta ik aan de zijlijn, geen verjaardagen en feestjes of gezellig winkelen voor mij. Ik ben oma van 2 kleinkids die ik maar heel kort om me heen kan hebben. Leven met overprikkeling is 'eenzaam'.

Ria



Die muziek overal! Hoe kun je nu ook nog een gesprek voeren? Het is dan zo'n chaos in mijn hoofd, dat ik niet meer weet wat te doen! Als ik muziek wil luisteren, doe ik dat in mijn eentje!

Christel



Van een drukke, fulltime baan als bedrijfsleidster in een winkel en een gezellig sociaal leven, feestjes enz. ben ik nu iemand die juist al die drukte vermijdt. Vooral door geluidsoverprikkeling en teveel mensen om me heen kan ik niet op mijn benen blijven staan, hoofdpijn, misselijk. Ineens is je hele leven veranderd, maar je omgeving niet.

<Anoniem>

Hele dagen als een hert in de koplamp@ ernstige lichthinder/fotofobie kunstlicht en zonlicht.

Ann



Is elke dag als alleenstaande, voorheen muzikant pianiste, leven in de stilte zonder radio, zonder muziek.

Astrid



Arjen, 51 jaar



In mijn vorige leven zonder NAH stond ik volop in het leven. In het nieuwe leven met NAH is mijn leven drastische veranderd, alle invloeden van buitenaf komt harder binnen omdat mijn hersenen niet alles meer goed kan filteren.

Riëlka



Buiten spel, aan de kant gezet. Haast alsof je er niet mag zijn. Laat staan deel mag nemen aan de maatschappij. Een heel eenzaam bestaan. Deels, omdat ik alleen nog voor mijzelf kan zorgen in stilte en deels, doordat de maatschappij overprikkeling grotendeels niet lijkt te willen (h)erkennen. En zo heb ik nog een hele lange rit te gaan als nog jong persoon...

Martin

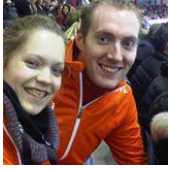


Teveel teveel.

Els

Tsunami in my head....zonder voorafgaand alarm... soms verwoestend...soms helendmaar altijd : stikvervelend....

Debbie



Overprikkeling is uitgeput zijn maar niet kunnen slapen door de chaos in mijn hoofd

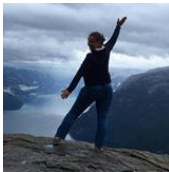
Overprikkeling is alleen willen zijn, liggend op bed in een stille en donkere kamer zonder te hoeven communiceren

Overprikkeling is een koortsachtige reactie in mijn nek, pijn, geen eetlust, een piep in mijn oren en het zien van lichtflitsen

Overprikkeling is je terugtrekken uit het sociale leven

Overprikkeling is je niet kunnen concentreren, niet op woorden kunnen komen, geen prioriteiten kunnen stellen en geen gesprek kunnen voeren

Monique



Dingen die vroeger leuk waren (restaurant, kermis, kroeg, winkelen, werk) geven me nu een overbelast brein

Nannique

Het niet kunnen afspreken met vriend(inn)en en het niet actief kunnen deelnemen aan het sociale leven vind ik nog vaak moeilijk te accepteren.