

# Nieuwe documentaire onthult onbekende strijd van post-COVID patiënten

**BUNNIK** – Gerben G. van Dijk, een post-COVID patiënt sinds 2021, onthult in zijn nieuwe documentaire de emotionele strijd en rouwverwerking die vaak onzichtbaar blijven voor de buitenwereld. In "Post-COVID Rouwverwerking" deelt hij zijn persoonlijke ervaringen en belicht hij een onderbelicht aspect van de ziekte: het rouwproces. Hij had weliswaar geen budget, maar wel tijd om zichzelf en anderen houvast te bieden.

De documentaire is nu te zien via [www.gerbengvandijk.nl](http://www.gerbengvandijk.nl) [PERSBERICHT EN FOTO IN BIJLAGE]

Anno 2024 hebben naar schatting 100.000 mensen in Nederland ernstige post-COVID-klachten. Velen kunnen niet meer werken en hebben weinig energie voor een sociaal leven. "Het zal wel tussen de oren zitten", is een veel gehoorde, maar onjuiste gedachte, legt Van Dijk uit. "In werkelijkheid heeft het COVID-19-virus het lichaam van binnen beschadigd en is het autonome zenuwstelsel ontregeld. Het lichaam gebruikt dan teveel energie, met uitputting tot gevolg. Ook is denken en onthouden moeilijker.

Wat wél 'tussen de oren zit', is het rouwproces dat de ziekte met zich meebrengt. Van Dijk: "Het betekent elke dag de balans zoeken en intussen toch hoop houden op verbetering. Dat de persoonlijke situatie van patiënten een proces van permanente rouw op gang brengt, is sterk onderbelicht in de media. Het gaat vaak over onderzoek, behandeling en de medische kant. En bijna nooit over de rouwarbeid die gepaard gaat met langdurig ziek-zijn. Patiënten die nu al jaren post-COVID hebben, ervaren nu dat het verlies aan gezondheid, werk en contacten permanent wordt.

De documentaire is nu te zien via [www.gerbengvandijk.nl](http://www.gerbengvandijk.nl) [...red.... langere inhoud onder deze lijn....red...]

---

Met zijn documentaire wil Van Dijk bewustwording kweken over de belevingskant van Langdurige COVID-klachten; dus los van alleen de medische aspecten. Hij wordt de komende tijd belangrijk dat ook de omgeving van de patiënt beter doorziet wat post-COVID is en hoe naasten kunnen steunen. De documentaire benadrukt hoe het is om met een verstoorde energiebalans om te gaan en hoe vrijwilligerswerk of betaald werk het gevoel van ziek-zijn kan verdrijven. Dat het goed voelt om de maatschappij nog iets te kunnen brengen. Al is Van Dijk zelf 100% afgekeurd voor de WIA.

'Van dag tot dag leven' is zijn advies aan post-COVID patiënten wanneer zij zich wanhopig afvragen wat de toekomst hen zal brengen. Het zo goed en zo kwaad omgaan met de vermoeidheid en cognitieve klachten is al jaren de aanpak. Helaas zijn er nog geen medische doorbraken die grote groepen patiënten van hun klachten kunnen bevrijden. Wel lopen er internationaal veel onderzoeken naar de oorzaken van de ziekte en naar mogelijke, effectieve behandelingen op het gebied van medicatie.

Van Dijk weet ook dat er binnen enkele weken COVID-klinieken van start gaan bij de UMC's van Amsterdam, Maastricht en Utrecht. En dat er meer medische centra volgen. In Nederland is daarmee vier jaar gewacht. Gelukkig zijn er wel lessen uit Engeland en Duitsland over te nemen. Alhoewel fysiotherapie en ergotherapie een waardevolle rol kunnen spelen in goed ademen, rusten

en het leren verdelen van energie; ontbreken er nog integrale behandelingen en trajecten die post-COVID patiënten 'sneller weer op de benen' zet.

Van Dijk: 'Ik hoop dat de UMC's echt prioriteit geven aan een effectieve opzet van de COVID-klinieken. Je hoopt als patiënt dat de start van dit soort centra meer behelst dan alleen het operationaliseren van een nieuw emailadres', grapt hij. Hij roept andere patiënten op om zich aan te sluiten bij [www.postCOVIDonderzoek.nl](http://www.postCOVIDonderzoek.nl) zodat onderzoekers en klinieken hen beter weten te vinden als er toch ontwikkelingen zijn.

De documentaire "post-COVID Rouwverwerking" duurt 52 minuten, precies lang genoeg voor een gemiddelde post-COVID patiënt om het uit te kijken. Tekstuele uitleg wordt steeds afgewisseld met zelfgemaakte liedjes. Van Dijk: "Omdat ik in mijn leven meerdere ingrijpende gebeurtenissen heb meegemaakt, hoop ik dat ik andere patiënten kan gidsen in het doormaken van rouw."

Ik vermoed dat velen geen psycholoog in de arm zullen nemen, omdat hulp vragen nu eenmaal moeilijk is. En de energetische beperkingen, ook mentaal, helpen dan natuurlijk ook niet mee. Inmiddels biedt ook de Landelijke expertise website [www.postcovidnl.nl](http://www.postcovidnl.nl) een kit aan voor omgaan met levensvragen; deze is te vinden via de link: <https://bit.ly/leefkunstpostcovid>

Van Dijk hoopt dat zijn documentaire patiënten en hun naasten inzicht geeft in post-COVID, wat kan leiden tot meer begrip en steun. Er is meer te vertellen over deze ziekte en nog elke dag komen er nieuwe patiënten bij. Ik wil voorkomen dat zij, zoals ik destijds, 'niet weten wat hun overkomt'. De documentaire geeft wat grip en laat ook zien dat het mij in de afgelopen jaren toch beter is gegaan. Het slotlied gaat erover dat mijn leven "Weer ergens op begint te lijken, (al hoeft het nergens op te lijken)". 'In principe is dat een hoopvolle gedachte, want het ideale leven bestaat niet.'

Naast de documentaire heeft Van Dijk een popsong geschreven getiteld "Toch op je feest gekomen". Het nummer vraagt aandacht voor de vaak onzichtbare sociale problematiek van post-COVID patiënten en dient als 'ankeiler' om interesse te wekken voor de documentaire. 'Of mensen nu LongCovid hebben of niet, de gemiddelde kijktijd van filmpjes op YouTube is 2 minuten, dus ik moet in mijn documentaire van 52 minuten echt wat te vertellen hebben, en naar mijn mening is dat ook zo.'

Alle teksten zijn van Van Dijk zelf, terwijl zijn stem en de muziek is ingevuld via artificiële Intelligentie (A.I.); de sites zoals Elevenlabs, Suno en Udio. Het popnummer "Toch op je feest gekomen" is gratis te downloaden, te gebruiken en te verspreiden voor iedereen. Ga daarvoor naar Soundcloud: <https://bit.ly/tochgekomen>.

Van Dijk zou het erg leuk vinden als radiostations zijn nummer uitzenden en documentairemakers hem benaderen om zijn muziek te benutten. Het enige nummer dat iedereen kent en over COVID-19 is volgens Van Dijk "Anderhalf meter". Dus wat hem betreft is het anno 2024 wel weer eens tijd voor een nieuw liedje.

Geïnteresseerden kunnen de documentaire gratis bekijken via de homepage van de website [www.gerbengvandijk.nl](http://www.gerbengvandijk.nl).

VOOR DE REDACTIE (NIET VOOR PUBLICATIE):

---

### **RECHTENVRIJE FOTO**

Zie ook de rechtenvrije foto voor bij het artikel in de bijlage bij de mail, 2.3 MB.

### **CONTACT GEGEVENS (NIET VOOR PUBLICATIE)**

Gerben G van Dijk  
Deken Heinenstraat 9  
3981 WG Utrecht.  
[www.gerbengvandijk.nl](http://www.gerbengvandijk.nl)

Tel. 06-23661106  
[gerbengvandijk@gmail.com](mailto:gerbengvandijk@gmail.com)

(Foto met meer MB in de bijlage bij de email, het gaat om deze foto:)



### **Suggestie voor passend onderschrift:**

'Veel post-COVID patiënten en hun naasten weten niet wat hen overkomt, ik wil enige houvast bieden'.