

# Long covid: terugkeer in het arbeidsproces is vaak moeilijk

**Pien Heuts**

Journalist

Long covid kan grote gevolgen hebben voor het werk en inkomen van mensen. C-Support in Nederland ondersteunt en adviseert long covidpatiënten met re-integratie en behoud van werk als doel. Vakbond FNV pleit voor een financiële tegemoetkoming voor mensen die tijdens hun werk besmet zijn geraakt.



Photo: © Belga

Werknemers die niet kunnen terugkeren in hun oude functie, zelfstandigen die bij gebrek aan inkomen hun huis moeten opeten, mensen die in de schulden terechtkomen - de gevolgen van long covid beperken zich niet tot het lichamelijke vlak. “We zien schrijnende situaties”, vertelt Diana ter Mull, nazorgadviseur bij C-Support. Ze heeft dagelijks contact met patiënten die “verwoestend moe” zijn, cognitieve klachten hebben als concentratie- en geheugenproblemen of nauwelijks prikkels kunnen verwerken. “Mensen zijn niet alleen ziek, maar krijgen ook te maken met soms verstrekkende gevolgen op het gebied van werk en inkomen. Wat kun je doen als je je werk dreigt te verliezen, omdat je te lang ziek bent? Of je hypotheek niet meer kunt aflossen omdat je ziektebewijzing te laag is? Of als je als zelfstandige geen arbeidsongeschiktheidsverzekering hebt? Mensen met long covid en elke andere langdurige ziekte krijgen met heel veel regels en verschillende wetten te maken. Terwijl ze vaak te ziek zijn om door de bomen het bos te zien. Wij

**etui.**

helpen alles op een rijtje te krijgen. Hoe beter het overzicht, hoe minder stress en hoe meer energie de patiënt in zijn herstel kan steken.”

## Maatwerk devies

Sinds oktober 2020 kunnen mensen die langer dan drie maanden Covid-19 klachten hebben zich melden bij C-Support. Deze stichting werkt in opdracht van het Nederlandse ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport en adviseert en ondersteunt mensen met langdurige coronaklachten. Nazorgadviseurs brengen samen met de patiënt de klachten en de gevolgen daarvan op alle leefgebieden in kaart. Daarbij kan het gaan om de lichamelijke- en geestelijke gezondheid, sociale leven en werk en inkomen. De medisch adviseurs kijken wat nodig is om de situatie te verbeteren en helpen bij het vinden van de juiste zorgverleners. Maatwerk is het devies. In Nederland krijgen long covidpatiënten gedurende een jaar de kosten van fysiotherapie, ergotherapie of psycholoog vergoed. Via C-Support worden ook juristen, arbeidsdeskundigen of financieel adviseurs ingeschakeld om te helpen bij problemen op het gebied van werk en inkomen. In 2021 heeft C-Support zo'n 8000 long covidpatiënten geadviseerd en ondersteund.

---

*“De gezondheidsproblemen van zieke werknemers worden te vaak onderschat.”*

---

“We zijn een spin in het web van zorg en ondersteuning voor de long covidgroep”, vertelt directeur Annemieke de Groot. “We zijn een verbinder tussen patiënt enerzijds en zorgprofessionals, bedrijfsartsen, gemeenten en uitkeringsinstanties anderzijds. Want vaak spelen problemen op al deze terreinen. Onze nazorgadviseurs die in heel Nederland actief zijn, gaan zo nodig mee naar gesprekken bij de bedrijfsarts, werkgever of een gemeente of bank waar een betalingsregeling moet worden afgesproken. Ook zijn we een schakel richting schuldhelpverlening. Naast het ondersteunen van patiënten, geven we ook scholing en trainingen aan bedrijfs- en verzekeringsartsen, zorgprofessionals en werkgevers. En omdat er nog weinig bekend is over long covid zijn we betrokken geweest bij een nieuwe richtlijn voor arbeids- en bedrijfsgeneeskunde. De gezondheidsproblemen van zieke werknemers worden te vaak onderschat. Patiënten stuiten vaak op onbegrip. Aan de buitenkant is niet altijd te zien hoe ze zich vanbinnen voelen.” (zie kaders).

## Langdurig ziek

In Nederland raakten in 2007 tussen de vijftig- en honderdduizend mensen besmet met Q-koorts. Ook in Frankrijk, Duitsland en Zwitserland brak de ziekte uit. Geiten bleken de bacterie over te dragen. Mensen hadden hoge koorts, longontsteking en soms hersenvliesontsteking. Het duurde lang voordat patiënten serieus werden genomen. Er werd lange tijd geen relatie gelegd tussen Q-koorts en klachten. Een politieke discussie over het in gebreke blijven van de overheid bij het waarschuwen voor de gevaren van zogeheten zoönosen, leidde in 2013 tot de oprichting van Q-Support (C-Support is een zusje van Q-Support). Annemieke de Groot: “Net als bij Covid-19 knapten veel patiënten op, anderen waren langdurig ziek, konden nauwelijks meer functioneren, laat staan werken. Q-koorts had enorme gevolgen voor de levens van mensen - op fysiek, sociaal

en financieel niveau. We konden patiënten, destijds en nog steeds, hulp en begeleiding bieden, professionals trainen en meerjarig onderzoek stimuleren. Belangrijk is dat de patiënt te allen tijde centraal staat en we niet alleen naar de ziekte kijken, maar ook naar de omgeving.”

Toen Covid-19 uitbrak had Q-Support dus een model klaarliggen ter ondersteuning en begeleiding van patiënten met langdurige klachten. “We zagen en zien onherstelbaar leed”, zegt De Groot. “Patiënten die zich van de ene naar de andere zorgprofessional sleepten. Zonder verder te komen, omdat er weinig kennis is over de ziekte. Omdat we veel ervaring hebben opgedaan met Q-koorts, dat ook zo’n divers ziektebeeld geeft, is de erkenning van long covid wel sneller gegaan. We leren van de lessen van toen. Dus ook dat goede nazorg heel belangrijk is. Bij Q-koorts hebben we gezien hoe moeilijk het soms is weer in het arbeidsproces terug te keren.”

## Erkende beroepsziekte

Bij vakbond FNV weten ze daar alles van. Vooral in de sector Zorg & Welzijn (ziekenhuizen, verpleeghuizen, thuiszorg en gehandicaptenzorg) zijn veel werknemers besmet geraakt. Naar schatting gaat het tot nu toe om circa 190 000, ongeveer één op de zes zorgwerknemers, vaak vanwege gebrek aan persoonlijke beschermingsmiddelen. Niet voor niets is in april 2020 Covid-19 in Nederland als beroepsziekte erkend, een ziekte waarvan het aannemelijk is dat deze op het werk is opgelopen. Bij FNV Bureau Beroepsziekten (BBZ) kunnen vakbondsleden met gezondheidsschade veroorzaakt door Covid-19 op het werk zich melden. “Wij kijken per dossier of een aansprakelijkheidsprocedure haalbaar is”, zegt Marike Schooneveldt van FNV BBZ. “Er hebben zich tot nu toe ruim honderd mensen gemeld die hun werkgever aansprakelijk willen stellen. Het gaat dan om zorgpersoneel, maar ook om schoonmakers, beveiligers en werknemers in het openbaar vervoer of de kinderopvang.” Aansprakelijkheidsprocedures duren vaak jaren. Het causale verband tussen blootstelling op het werk en gezondheidsschade moet immers worden aangetoond.”

---

*“Werknemers zijn de dupe geworden van veelal slechte arbeidsomstandigheden tijdens de coronapandemie.”*

---

Om werknemers die ziek zijn geworden van hun werk en langere tijd klachten hebben tegemoet te komen, pleit de FNV bovendien voor een door de overheid gefinancierd coronafonds. “Werknemers zijn de dupe geworden van veelal slechte arbeidsomstandigheden tijdens de coronapandemie”, licht Rian van Nispen, FNV-beleidsmedewerker Zorg & Welzijn toe. “We hebben keer op keer de minister op zijn verantwoordelijkheid gewezen. Er is een groep die langdurig klachten heeft en er financieel flink op achteruit is gegaan. Na een jaar ziekte krijgen ze nog maar 70 procent van hun salaris en ook de onregelmatigheidstoelagen vallen weg. Uit onderzoek dat we voorjaar 2021 deden bleek dat een kwart van de zorgmedewerkers die ziek werden in de eerste golf, financiële schade had of verwachtte te lijden.”

Maar ook in andere cruciale beroepen zouden zieke werknemers volgens de FNV aanspraak moeten kunnen maken op het fonds. Van Nispen: “En dan gaat het nadrukkelijk om een

tegemoetkoming, niet om een schadevergoeding. Wanneer mensen de tegemoetkoming ontoereikend vinden voor de geleden schade, moet de weg openblijven om alsnog de werkgever aansprakelijk te stellen.”

Het tegemoetkomingsfonds waarvoor de FNV al langer pleit zou naar het voorbeeld van het asbest- of OPS-fonds kunnen worden ingericht. In Nederland krijgen slachtoffers die deze ziekten op het werk hebben opgelopen, een tegemoetkoming van maximaal 21 847 euro. Daarnaast wordt de werkgever aansprakelijk gesteld. “Voor een grote groep long covidpatiënten zou het lucht geven als ze 20 of 30 000 euro krijgen”, weet Van Nispen. “Dat blijkt ook uit onderzoek dat we onder zorgpersoneel doen. We zijn dat ook moreel verplicht: je kunt niet eerst staan klappen voor zorgmedewerkers en ze later met de ellende laten zitten.”

### **Marjolein van den Diepstraten (41)**

- Diëtiste zorgorganisatie
- Covidklachten sinds december 2020

#### **“Ik voel me schuldig dat ik al zo lang ziek ben”**

Voordat Marjolein van den Diepstraten corona kreeg kon ze alles. Voor een skeelertochtje van 120 kilometer draaide ze haar hand niet om. Ze ging bijna dagelijks naar de sportschool, had een bloeiend sociaal leven. Het komt wel goed dacht ze toen ze in december 2020 griepachtige klachten kreeg. Bijna een jaar later is ze nog steeds doodmoe. Als ze zich te veel inspant, krijgt ze hoofdpijn en wordt ze ziek. Er zijn dagen dat opstaan al te veel inspanning vergt.

“Het gaat op en af”, zegt ze. “Dat is het lastige. In plaats van een lijn omhoog zijn er pieken en dalen. Bij de ergotherapie leer ik mijn energie zo goed mogelijk te verdelen. En zodoende te voorkomen dat ik elke keer een grote terugslag krijg. Samen met de fysiotherapeut probeer ik aan mijn conditie te werken. Ik kan inmiddels bijna een uur wandelen. Het is heel confronterend zó tegen je grenzen aan te lopen. Terwijl ik altijd zo fit was; ik had een megaconditie.”

Voordat ze ziek werd werkte Marjolein 32 uur per week als diëtiste. Nu 20 uur. Tijdens de lockdown probeerde ze het contact met haar cliënten via beeldbellen te onderhouden. “Ik voel me schuldig dat ik al zo lang ziek ben. Zeker als collega’s mijn spreekuur moeten overnemen als ik te ziek ben. Mijn werkgever heeft begrip voor mijn situatie. Ik leg mezelf veel druk op om maar beter te worden. Alles staat nu in het teken van werk. Dat vergt zóveel hersteltijd dat ik nauwelijks een sociaal leven heb. Ook maak ik me zorgen over wat er gebeurt als ik long covid blijf houden. Een nazorgconsulent van C-support helpt me nu om te kijken wat ik kan doen als ik na een jaar ziekte in salaris achteruitga. Feitelijk word je afgestraft voor iets dat je op je werk hebt opgelopen. Mentaal vind ik dit heel zwaar.”

## Bianca van der Heijden (50)

- Administratief medewerker zorgorganisatie
- Covidklachten sinds april 2020

### **“Ik vind het heel ingrijpend dat ik mijn baan kwijtraak”**

Bianca van der Heijden was doodziek. Na twee weken ziekenhuis moest ze negen maanden in thuisisolatie. Ze maakte nauwelijks witte bloedlichaampjes aan, waardoor elke infectie fataal kon zijn. Nog steeds zijn haar bloedwaarden niet in orde. Ook kampt ze met enorme vermoeidheid, hoofdpijn, heeft ze moeite met het verwerken van prikkels zoals geluid en licht en kan ze zich moeilijk concentreren. Bianca: “Als ik moe ben, kom ik gewoon niet meer uit mijn woorden. Ook ben ik veel emotioneler dan voor corona. De tranen zitten hoog. Het vervelende is dat geen dag hetzelfde is. De ene dag kan het redelijk gaan terwijl ik me de volgende dag of soms een paar uur later slechter dan slecht voel.”

Haar werkgever eiste dat Bianca elke dag belde om te laten weten hoe het ging. Ook toen ze doodziek in het ziekenhuis lag. Nadat Bianca eind 2020 aangaf vanuit huis weer wat werkzaamheden te willen doen, merkte ze dat de sfeer veranderd was. “Er was geen werk meer voor me, mijn functie zou vervallen zijn - ze wilden van me af. Dat was een klap in mijn gezicht. Ik werkte er ruim 25 jaar.

“Van vakbond FNV hoorde ik dat ze me pas kunnen ontslaan na twee jaar ziektewet. De ziektewetperiode vanwege een polsoperatie in 2020 wordt bij het coronaverzuim opgeteld. Daardoor is het in december 2021 einde dienstverband. Ik ben 100 procent afgekeurd voor mijn huidige functie en doe nu voor 75 procent aangepast werk op een andere locatie. Ik werk nu viereneenhalve dag. Dat is zwaar. Er zijn dagen dat ik het licht van het beeldscherm en mijn telefoon niet kan verdragen. Ik lig 's avonds om 8 uur in bed en het weekend is om te herstellen. Ik voel me schuldig richting mijn man en mijn familie.”

Bianca meldde zich in oktober 2020 bij C-support. “Zij bieden een luisterend oor en snappen wat de impact is van long covid. Je wordt eindelijk serieus genomen. Bovendien krijg je met heel veel wettelijke regelingen te maken als je langdurig ziek bent. Mijn hoofd stond daar helemaal niet naar. Ze hielpen me de juiste fysiotherapeut en ergotherapeut te vinden. En adviseerden me een advocaat te nemen nadat duidelijk werd dat mijn werkgever me wil ontslaan zodra het kan. De nazorgadviseur is ook bij gesprekken met mijn leidinggevende geweest. Die veranderde opeens in een mak lammetje. Ik vind het heel ingrijpend dat ik mijn baan verlies, omdat ik corona heb gekregen - op mijn werk. Het is al erg genoeg dat ik mijn gezondheid kwijt ben.”

**Patrick X. (37)**

- Docent voortgezet speciaal onderwijs
- Covidklachten sinds september 2020

**“Ik hoop dat ik me uiteindelijk weer fit ga voelen”**

Twee keer raakte docent Patrick X. besmet met Covid-19, in september en december 2020. Hij was er behoorlijk ziek van. Bovendien was de hoge koorts gevaarlijk vanwege zijn hartaandoening. Sinds de vaccinatie heeft hij het gevoel dat zijn klachten wat minder worden. “Ik heb zoveel mogelijk doorgewerkt. Moe bleef ik toch. Soms was ik te moe om naar huis te rijden. Of de kinderen zeiden dat ik iets voor de derde keer vertelde. Er ligt nog steeds een deken van moeheid over me heen. Mijn vrouw is na haar bevallingsverlof niet meteen gaan werken om thuis van alles te kunnen doen. Pas sinds deze zomer werkt ze weer volledig.”

Patrick begon vier maanden na de eerste besmetting met revalideren. Of de fysiotherapie helpt, weet hij niet. De ene keer kan hij de oefeningen aan, de andere keer niet. Wel is het belangrijk dat zijn te lage zuurstofpeil stijgt door beweging, waardoor hij zich energiekeker voelt. “Ik heb het gevoel dat het doorwerken me op de been heeft gehouden. Tijdens de zomervakantie merkte ik hoe ik door de rust achteruitging. Je moet bezig blijven. Ik heb ook wel dagen moeten missen en vergaderingen en naschoolse activiteiten hebben collega’s overgenomen. Met adviezen van de arboarts om halve dagen te gaan werken, kon ik niet zoveel. Het geeft heel veel stress en het kost vooral veel tijd als je van alles moet overdragen. Ik hoop dat ik me uiteindelijk weer fit ga voelen. Voorlopig moeten we het hiermee doen.



## Jolanda Visscher (52)

- Taxichauffeur
- Covidklachten sinds februari 2020

### **“Ik heb het gevoel dat ik me steeds moet verdedigen”**

Ze heeft de dood in de ogen gekeken, zegt Jolanda als ze terugkijkt op haar ziekenhuisopname in februari 2020. Toen ze na twee weken thuiskwam was er weinig van haar over. De thuiszorg en wijkverpleging liepen in en uit. Haar puberkinderen cijferden zichzelf weg voor hun moeder die maandenlang in het ziekenhuisbed in de woonkamer lag. Het frustrleert haar dat ze nog steeds heel weinig kan. Overal hulp bij moet vragen. Voorheen behing en schilderde ze het hele huis. “Nu ben ik nergens zonder scootmobiel. Ondanks het revalidatietraject blijft mijn concentratie slecht, mijn spieren zijn pap, heb ik altijd pijn in middenrif en borst. Alsof er een blok beton op mijn borst ligt. Het ergste vind ik het dat mensen denken dat het tussen de oren zit. Dat ik me aanstel. Ik heb het gevoel dat ik me steeds moet verdedigen.”

Ook financieel betekent Covid-19 een behoorlijke aderlating. Het jaarcontract dat Jolanda als taxichauffeur had, is niet verlengd. Ze krijgt een tijdelijke ziektebewijuitkering van de overheid en mogelijk volgt een schamele arbeidsongeschiktheidsuitkering. “We zijn er nu al zo’n 400 euro per maand op achteruit gegaan. Ik leen af en toe geld van mijn dochter. Dat wil je niet. Ik heb premier Rutte een e-mail gestuurd. Met de vraag of hij niet alleen voor bedrijven, maar ook voor mij de portemonnee wil trekken. Buiten mijn schuld ben ik in een nachtmerrie terechtgekomen. Mijn zoon die autisme heeft, zei: ‘Als je dood was gegaan, had ik zelfmoord gepleegd.’ Het wordt vaak vergeten wat de impact van long covid op een gezin is. Mijn kinderen hebben zich opgeofferd om mij te helpen.”