

Dinsdag 6 april

Ik ben inmiddels een week thuis. De oxazepam is afgebouwd. Slapen gaat steeds beter. Ik word nog wel regelmatig wakker, maar ben nog steeds van mening dat dit te maken heeft met het feit dat ik overdag te weinig energie verbruik.

De alledaagse handelingen kan ik wonder boven wonder zonder probleem uitvoeren. Ik ben de afgelopen dagen naar de kapper geweest, heb boodschappen gedaan en ook wat huishoudelijke taken opgepakt. Ik merk dat het mij meer energie kost dan voorheen, maar het lukt wel.

Het verwerken van het redactiecommentaar is afgerond en ik heb zelfs het schrijven alweer opgepakt. Concentreren gaat weer als voorheen. Wellicht heeft dit ook te maken met het afbouwen van de oxazepam.

Ik heb nog een weg te gaan, daar ben ik mij van bewust. Maar als het in dit tempo gaat, ben ik dik tevreden.