

GOED ZIEK



# Goed ziek

een K-kroniek

Barbara de Vos

Utrecht 2019

Copyright © 2019 Barbara de Vos, Utrecht

Omslag en binnenwerk Thibaud Sabathier  
[www.norma-design.com](http://www.norma-design.com)

ISBN 9789402195408

Elke dag is een nieuw geschenk  
van de dood aan het leven.

*J.C. Bloem*

# Inhoud

1 Heremetiet.....	1
2 Dus toch.....	5
3 Tijd vullen.....	11
4 Infiltratie.....	16
5 Bijbel.....	24
6 Project.....	31
7 Circus.....	39
8 Telefooncel.....	44
9 Lichtpuntjes.....	52
10 Pruikenkabinet.....	57
11 Gif(t).....	66
12 Doorrademen.....	71
13 Pauze.....	75
14 Spijbelen.....	83
15 Uitval.....	92
16 Dood haar.....	102
17 Vredeling.....	111
18 Plafondwereld.....	117
19 Toekomstmuziek.....	128
20 Paviljoen.....	134
21 Gladiolen.....	139
22 Aftellen.....	146
23 Zwelgen.....	154
24 Kwintencirkel.....	158
25 Dolly's Home.....	166
26 Wondermiddel.....	171
27 Sliptong.....	180
28 Drieteenstrandloper.....	186
29 Wittejassenvrees.....	192
30 Levenslang.....	200
31 Werkdruk.....	207
32 Messteken.....	213
33 De dertiende.....	218
34 Mazzel.....	227

35	Vieux couple.....	234
36	Laatste blad.....	242
37	Booskijsbaby.....	251
38	Leichte Stücke.....	255
39	Gemene deler.....	263
40	Havée.....	268
41	Borderliner.....	275
42	Familiediner.....	278
43	Muizenkoning.....	285
44	Eng gevoeletje.....	288
45	Pennenfetisj.....	293
46	Oud zeer.....	398
47	Spuitje.....	304
48	Krokodillentranen.....	314
49	Huisdierloos.....	320
50	Ouwwieverbal.....	332
51	Huizenjacht.....	338
52	Roffa.....	344
53	Puddingbenen.....	352
54	Respons.....	359
55	Snijranden.....	364
56	Ot en Sien.....	373
57	Survivor.....	378
58	Controlefreak.....	388
59	Adem in.....	397
60	Paaskipjes.....	404
61	Waterval.....	414
62	Halflandelijkheid.....	424
63	Morning has broken.....	427
64	Matzes.....	435
65	Visdiefjes.....	441
66	Oost west.....	446
67	Back to normal.....	453
68	Examenstress.....	459
69	Camouflagestift.....	466
70	Drama queen.....	471
71	Kees.....	479

*De gelijkenis met bestaande personen berust niet op toeval. Allen hebben een andere naam gekregen.*



## 1 HEREMETTET

Zoals de meeste mensen ben ik niet over alle onderdelen van mijn lijf even tevreden: mijn neus is te groot, mijn ogen hangen een beetje naar beneden zoals die van een hush puppy, mijn heupen zijn nogal breed en mijn dijen iets te dik. Voor de rest vind ik mezelf redelijk normaal tot oké. Over één of eigenlijk twee onderdelen heb ik weinig te klagen gehad: mijn borsten. Die zijn rond, stevig (inmiddels iets minder, maar toch), niet te klein en niet te groot en afgewerkt met een nette, roze tepel. Ik had er nooit zo bij stilgestaan tot ik op een mooie dag mijn moeder, die over mij in tegenstelling tot over mijn oudere zus Isolde doorgaans weinig positiefs te melden had, erover tegen een vriendin hoorde opscheppen: ‘Sabine, die heeft mooie borsten’. Een vrij gênante mededeling, maar daarna ben ik wel even in de spiegel gaan checken en voor de variatie moest ik mijn moeder een keer gelijk geven. Inderdaad: goede, sympathieke borsten. Niks op aan te merken eigenlijk.

Drie dagen geleden kreeg ik slecht nieuws: in een van die twee borsten huist een dodelijke ziekte: borstkanker. Geregeld heb ik me voorgesteld hoe het is om op een dag te horen te krijgen dat je ergens in je lichaam kanker hebt en me afgevraagd hoe ik daar dan op zou reageren. Nu weet ik het. Er draait een film die niet direct over jezelf gaat. Een jonge radiologe meldt ernstig dat ze zowel de tumor als de lymfeklier in de oksel er niet goed vindt uitzien. ‘U denkt aan iets kwaadaardigs,’ help ik haar op weg. Voor mijn geestesoog verschijnt een grote K, overblijfsel uit de tijd dat hardop uitspreken van het woord kanker zoveel mogelijk werd vermeden. ‘Zij van Bogers is weg met K,’ sprak mijn oma Alie, nadat haar buurvrouw was overleden. De paniek zou nu moeten toeslaan, maar de film loopt kalmpjes door. De radiologe knikt en spreekt van een ‘communicatiefoutje waar ik verder niet omheen wil draaien’. Het enige wat ik kan bedenken, is de assistente te vragen mijn man Thomas, die in de wachtkamer nietsvermoedend een Volkskrantje zit te lezen, te laten binnenroepen.

Dit wordt dus een kankerchroniek. Een borstkankerchroniek, daar gaan we de originaliteitsprijs niet mee winnen. Laat ik beginnen met het foutje waar de radiologe op doelde. Drie maanden geleden was ik hier ook.

Op de eerste Koningsdag ever voelde ik 's morgens in bed iets in mijn linkerborst. Met mijn licht hypochondrische natuur heb ik door de jaren heen in mijn borsten van alles en nog wat gevoeld, maar dit keer wist ik het zeker: dit dingetje zat hier eerder niet. Zelfs mijn man Thomas die altijd bereid is plichtmatig mee te voelen en nooit voelt wat ik voel, moest dit keer toegeven dat er duidelijk iets zat. Ik heb sinds jaar en dag een hekel aan Koninginnedag en dus ook aan deze eerste Koningsdag. Ik liep langs de toch al treurigmakende kraampjes van de Utrechtse vrijmarkt met in mijn hoofd allerlei borstkankerscenario's. Daar heb je weinig fantasie voor nodig. Eén op de acht Nederlandse vrouwen wordt getroffen door borstkanker. Als zestigplus vrouw ken je in eigen kring een flink aantal lijdsters aan deze kwaal. Ook ik kan er zonder moeite ruim een dozijn opnoemen, inclusief een zus en een nicht. Je kent ze wel: vrouwen die de ziekte manmoedig hebben doorstaan en overleefd, vrouwen die er kwijnend in zijn blijven hangen en enkele – meest jongere - vrouwen die er zonder pardon aan zijn doodgegaan. Een op de acht Nederlandse vrouwen, een compleet leger.

De eerste werkdag na Koningsdag zat ik met een verwijfsbrief van de huisarts in het Diakonessenziekenhuis, samen met mijn jongste dochter Ruth die zelf huisarts is, de boel niet erg vertrouwde en graag mee wilde. Behalve de mij welbekende pletfoto werd een echo gemaakt. Na overleg met een radioloog kwam de vriendelijke echo-laborante melden dat ik alweer naar huis mocht. De tumor in mijn borst bleek een goedaardige cyste, hetgeen volgens mij een pleonasme is. In de wachtkamer omhelsde dochter Ruth mij met de woorden: 'O wat fijn, ik dacht echt dat het niet goed zou zijn.' Haar woorden klonken even na in mijn hoofd, want ik heb veel vertrouwen in haar klinische blik. In het ziekenhuisrestaurant namen we een kop koffie met een te koude appeltaartpunt. Dat was dan dat.

Een week geleden, drie maanden na Koningsdag, wandelde ik met mijn man Thomas over een bergpad in de Dolomieten toen mijn iPhone rinkelde: mijn nieuwe huisarts, die ik pas één keer had gezien. Het verbaasde me dat hij mij belde. Er schoot een schicht door mijn maag en plotseling stond ik met slappe benen in mijn stevige nieuwe Meindl bergschoenen. Vlak voor de zomervakantie had ik meegedaan aan het twejaarlijkse bevolkingsonderzoek voor borstkanker. Ik had nog met de

gedachte gespeeld deze keer over te slaan vanwege het recente onderzoek in het ziekenhuis, maar ging toch maar. Dit soort dingen afzeggen is bijna ingewikkelder dan er even langsgaan. Voor ons vertrek naar Italië had ik er thuis nog geen uitslag van ontvangen. Zou er misschien toch iets mis zijn? De huisarts stelde me gerust: bij het bevolkingsonderzoek was een afwijking vastgesteld, maar die betrof natuurlijk de eerder geconstateerde cyste. Zijn advies: niet meer over nadenken en na de vakantie in september nog maar eens laten checken. Dat vond men op de mammapoli waarmee hij contact had gehad namelijk toch wel raadzaam. Als mijn kleindochter Tamar van drie vertelt over iets wat haar heeft verbaasd, zegt zij: 'Ik dacht: huh?' Dat dacht ik nu met haar. De huisarts wenste mij een prettige voortzetting van de vakantie en ik bedankte hem – toch wel opgelucht – voor zijn telefoontje. De rest van onze wandelweek passeerde het voorval nauwelijks mijn brein.

Tot afgelopen maandag, nu drie dagen geleden. We waren zondag thuisgekomen uit de Dolomieten en hadden het plan op dinsdag te vertrekken naar ons vakantiehuisje op Goeree waar we de rest van onze eindeloze vakantie – leve het onderwijs - zouden doorbrengen. Op maandag had ik mooi tijd om die borst nog even te laten controleren. Waarom wachten tot september? Mijn dochter Ruth vindt dat je nooit alleen naar een ziekenhuis moet gaan: twee weten, begrijpen en onthouden meer dan één. Dit keer ging Thomas mee. Ervan uitgaande dat het een routineonderzoekje betrof, vond ik dat enigszins overdreven, vooral omdat hij in de wachtkamer meteen verdiept was in zijn krant en niet de moeite nam een praatje met mij te maken, hetgeen ik hem net voor ik werd binnengeroepen nog snel even verweet: 'Als je hier toch alleen maar de krant gaat zitten lezen, kun je net zo goed naar huis gaan.' Dat deed hij niet, gelukkig. Hij bleef netjes zitten tot hij tot zijn verrassing door de assistente ineens wordt binnengeroepen.

Ik vat de woorden van de radiologe kort voor hem samen: het is waarschijnlijk toch kanker, al uitgezaaid naar de lymfeklieren. Communicatiefoutje. Thomas is sprakeloos. In zijn ogen zie ik de woede: 'Een communicatiefoutje? Betekent het dat jullie hier al wisten dat het geen cyste was?' Ik probeer hem te sussen: 'De dokter heeft het meteen toegegeven.' De arts knikt: 'In tweede instantie waren er drie maanden

geleden al twijfels over de diagnose.’ Ze laat het verslag zien op de monitor. Onder het eerste verslag staat een zogeheten addendum waarin ik lees dat een radioloog zijn of haar twijfel uitspreekt over het randje van de ‘cyste’ en dat ‘mevrouw’ (ik dus) toch terug mag komen voor een punctie. Deze informatie heeft mij nooit bereikt. Wiens fout is dat? Van het ziekenhuis of van de huisarts, die mij precies een week geleden – het lijken lichtjaren – in de Dolomieten nog zo geruststellend toesprak? De radiologe belooft het te zullen uitzoeken. ‘Ik was er destijds in elk geval niet bij betrokken,’ pleit ze zichzelf vrij. Ik onderga een en ander nog steeds verwonderlijk rustig, maar moet wel plotseling heel nodig naar de wc. Ik vraag of ik even snel kan gaan en omdat het op de radiologieafdeling spitsuur is, raad ik de radiologe aan ondertussen even wat anders nuttigs te gaan doen. Ik houd er niet van iemand tot last te zijn. ‘Voor sommige dingen moet je tijd maken,’ zegt de besliste radiologe, ‘voor zoiets als dit dus.’ Als ik terugkom van de wc, blijkt ze toch maar even te zijn weggegaan en het duurt best lang voor ze terugkomt. De assistente die weet dat ik net slecht nieuws heb gekregen, wrijft vriendelijk over mijn rug. Ik ben een beetje allergisch voor inlevende verpleegkundigen. Vijfendertig jaar geleden bracht ik de laatste tien weken van mijn eerste zwangerschap wegens hoge bloeddruk door in een ziekenhuis. Als je lang in een ziekenhuis verblijft, word je gek van lieve verpleegkundigen met inlevende vragen. Op de afdeling liep één oudere, barse verpleegkundige met steunkousen, voorwaarts-mars-schoenen en een stem als een klok rond, de schrik van de afdeling. Ik was blij als zij aan mijn bed stond. ‘Valt niet mee, hè?’ vraagt de assistente. ‘Heremetiet’ schiet het door mijn hoofd. Mijn zus Isolde en ik keken ooit naar een plattelandsserie waarin een meisje uitriep: ‘Heremetiet, daar hey je de dom’neel!’ De keurige vloek hebben we er sindsdien ingehouden. Vandaag komt die goed van pas.

\*\*\*\*\*

## 2 DUS TOCH

Bij verdenking van borstkanker wordt hier op de mammapoli - je zou denken dat dit een afdeling in het ziekenhuis is, maar het is een verzameling medewerkers die zich ergens in het ziekenhuis soms bezighouden met borstkanker - snel en accuraat gehandeld (als er tenminste geen fouten worden gemaakt). Een halfuur na de onheilsboodschap heeft de radiologe met een apparaat dat klinkt als een zware nietmachine twee cilindervormige bipten uit de tumor en een hapje uit een lymfeklier gehaald. Weer een halfuur later hebben we een afspraak bij een zogeheten nurse practitioner, een verpleegkundige met een speciale status – in de medische terminologie raak je wonderbaarlijk snel ingevoerd. Ik bel onze dochter Ruth, want ik wil graag dat zij bij het gesprek aanwezig is. Ze schrikt zich lam, ten eerste omdat ze het natuurlijk erg vindt dat haar moeder hoogstwaarschijnlijk toch borstkanker heeft, maar vooral omdat ze vindt dat ze drie maanden geleden haar gevoel had moeten volgen en alerter had moeten reageren op de toen als gunstig gebrachte diagnose. Ze komt spoorlags naar het ziekenhuis en treft ons in de wachtkamer waar zij zich meteen begint uit te putten in het betuigen van haar spijt. Ik probeer haar op andere gedachten te brengen – ‘Ruth, je was mee als mijn dochter, niet als mijn arts’ - maar ik zie nu al dat zij, de perfectionist die zij is, haar schuldgevoel niet zomaar laat wegpraten.

Daar zitten we dan een dag na terugkeer van onze redelijk zware wandeltochten die ik ondanks de daar heersende hittegolf zonder al te veel moeite heb uitgelopen, gedrieën in de wachtkamer met een vrijwel zekere diagnose van borstkanker. Bizar. Ik voel me nog steeds verbazend rustig en bespeur bij mezelf ook geen echte boosheid over de ‘communicatiefout’ die mij wat betreft voortgang van onderzoek en behandeling op drie maanden achterstand heeft gezet. Thomas is er nog steeds woest over en Ruth vraagt of ik vanwege de valse start alhier niet liever naar een ander ziekenhuis wil gaan. Altijd bereid me te schikken wil ik al bijna toegeven, als we worden binnengeroepen door de nurse practitioner, luisterend naar de naam Nadine Boezeman. Zo’n speaking name zou je voor een roman niet durven verzinnen. We betreden een kleine oranje-bruin gesausde spreekkamer met boven de behandeltafel een portret van Nijntje. Ik hoop maar dat ze hier meer verstand hebben van borstkanker dan van decoreren. Bij deze Nadine met haar onmiskenbaar Vlaamse tongval voel ik me meteen

op mijn gemak. Ze benoemt professioneel de communicatiefout, belooft uit te zoeken waar en door wie die is gemaakt, relativeert de drie verloren maanden door te melden dat het ook twee jaar had kunnen zijn en gaat over tot de orde van haar dagen: borstkanker. Het is al zeker dat ik die heb, want een snelle patholoog heeft in de tussentijd weten aan te tonen dat er in het hapje lymfeklier kwade cellen zitten. Dat heet dan een ‘positieve’ klier. Verwarrend. Naast mij hoor ik Ruth snikken en in mijn ooghoek zie ik Thomas bleek wegtrekken. Waarom zit ik dit vonnis hier zelf zo kalm te aanhoren? Uitgerekend ik die in mijn leven periodiek heb geleden aan irrationele angsten met bijbehorende paniekaanvallen? Wat mij van dit eerste gesprek met name bijblijft, zijn Nadine’s woorden: ‘Ik sleep u erdoorheen, hoor.’ Er valt dus nog iemand – ik dus - ergens doorheen te slepen. Ik besluit bij deze sympathieke, kordate vrouw die haar werk serieus neemt, onder behandeling te blijven. Omdat ik dan veel met haar van doen zal hebben, vraag ik of ze mij mijn voornaam wil noemen en ‘jij’ wil zeggen. Een domme vraag: Vlamingen zeggen u tegen jij. Omdat er sprake is van een positieve klier, is het eerste wat te doen staat een PET/CT-scan laten maken waarmee kan worden vastgesteld of er elders in het lichaam uitzaaiingen te zien zijn. Dat kan op vrijdag, vier dagen later dus. De uitslag krijg ik pas de dinsdag daarna, wanneer ook het behandelplan zal worden besproken. Dat betekent meer dan een week in spanning afwachten. Ik ben benieuwd of ik de rust zo lang kan bewaren. Nadine meldt dat het relatief weinig voorkomt dat er bij een eerste diagnose sprake is van uitzaaiingen buiten het borstgebied, waarbij genezing in feite niet meer mogelijk is, maar dat stelt me niet direct gerust. Zo’n dure scan zullen ze niet voor niks laten maken. Nadine wil de tumor even voelen; de uitzaaiing in de lymfeklier voelt zij net als ik niet. Op de monitor laat ze de tumor op de echo zien: die van drie maanden geleden – ook zij met haar getraide oog zou gedacht hebben dat de tumor een cyste was – en die van vandaag die duidelijk wat groter is. Na nog wat vragen van Thomas, die verzot is op vragen stellen, verlaten we, gewapend met een stapeltje informatiefolders, het kamertje van Nadine.

Daar staan we dan in het zonnetje voor het ziekenhuis. De wereld ziet er vrolijk en niet erg anders uit dan vanmorgen. Dat is geruststellend: niet alles staat op zijn kop. Vanmorgen zat ik nog nietsvermoedend bij mijn moeder op de koffie. Ze weet dat ik vanmiddag een mammografie zou laten maken. Die had ik nog half en half gebruikt als smoes om niet bij haar te hoeven

blijven lunchen. Ruth biedt aan om haar de nare tijding te gaan brengen. Zij vindt dat ik mijn moeder niet telefonisch kan laten weten dat een tweede van haar vier dochters is getroffen door borstkanker. Ik besluit samen met Thomas zelf naar haar toe te gaan. Ik moet de rest van deze namiddag en avond toch ergens mee vullen en bij Ruth thuis breekt met haar twee dochters van drie en één jaar zo meteen het avondspitsuur aan. Onze dochters – jonge werkende moeders – beleven tropenjaren. Voor de vakantie heb ik op school geregeld om erna een paar uur minder te gaan werken, zodat ik onder andere meer tijd heb om op mijn drie kleindochters te passen. Dat plannetje wordt nu lelijk doorkruist. Voor Ruth vertrekt, bespreken we wie ik vandaag moet en wil inlichten. Thomas stelt voor onze andere dochter Simone die met haar man Sacha en dochtertje Rivka op vakantie is in Italië pas volgende week dinsdag in te lichten als er meer duidelijkheid is. Dat lijkt mij een slecht plan. Ook Ruth is daartegen: ‘Simone zou woedend zijn.’ Ik ga dus eerst naar mijn moeder, zal Simone en mijn drie zussen bellen, mijn drie beste vriendinnen en de vriendin en vriend bij wie we vanavond eigenlijk een borrel zouden gaan drinken. Nog een heel karwei. Ruth fietst naar huis. Ik kijk haar na en een misselijkmakend schuldgevoel bekruipt mij.

Thomas en ik rijden naar mijn moeder in De Bilt. Het is spitsuur en op de Utrechtseweg staat een file. Dat geeft mij de gelegenheid vast wat telefoontjes te plegen. Omdat ik voor mijn dochter Simone genoeg tijd wil hebben, begin ik bij mijn zus Charlotte zodat mijn moeder na mijn slecht nieuwsgesprek met haar kan bellen. Ze neemt niet op. Ik spreek iets in waaruit ze kan opmaken dat ik niet over iets leuks of alledaags bel. Haar tweelingzus Linette, kortweg Lien, is aan de beurt, degene die zelf borstkanker heeft gehad. Dat is niet niks geweest. Op haar vijftigste werd ze er bij haar eerste deelname aan het bevolkingsonderzoek meteen uitgepikt. Inmiddels zijn alle behandelingen achter de rug, fysiek is momenteel alles rustig – ze is alleen nog steeds buitensporig moe -, maar psychisch heeft ze het nog altijd bijzonder zwaar. Eerlijkheid gebiedt te vermelden dat Lien een geweldige stresskip is en dat er ook voordat de borstkanker zich aandiende, talloze beren haar levenspad hebben gekruist. Ontelbare malen heb ik haar door de jaren heen zonder en met borstkanker snikkend aan de telefoon gehad. Als klein meisje kwam ze ooit thuis met de mededeling te zijn in elkaar geslagen ‘door tien jongens met tien stokken’. Die uitspraak werd al

gauw spreekwoordelijk voor klein leed dat in Liens fantasie grote vormen kan aannemen. Vrezend voor haar reactie zie ik er misschien wel het meest tegenop om haar te bellen. Het valt mee. Als haar grote zus die weet wat er zoal in de wereld te koop is, vertel ik doodrustig wat er aan de hand is. De verwachte huilbui volgt snel genoeg, maar ik kan het gesprek redelijk vlot beëindigen zonder het gevoel te hebben haar in complete distress achter te laten. De volgende die ik bel, is vriendin Ine bij wie we deze avond waren uitgenodigd. Doorgaans nodigen we elkaar over en weer uit voor het eten, maar nu het zomervakantie is, proberen we ook de sociale activiteiten op een laagje pitje te houden en zouden we alleen een borrel gaan drinken. Thomas suggereert nog dat we misschien gewoon kunnen gaan – ‘Je moet toch wat’ – maar ik heb behoefte de ervaringen van deze dag straks thuis toch eerst maar eens in rust en stilte te kunnen overdenken. Zijn voorstel verbaast me niet al te zeer: zo’n vijftien jaar geleden raakten hij en ik op een kwade dag van het ene op het andere moment – wat uiteraard onzin is – verzeild in een heftige huwelijks crisis. Ook die dag stelde hij voor een gepland bezoekje aan vrienden gewoon te laten doorgaan. Bij de doorgaans nogal nuchtere Ine val ik met de deur in huis. Haar reactie is heftiger dan verwacht: ‘Hè wat? Wat afschuwelijk, wat vreselijk, wat een ellende! Hoe kan dat nou zomaar ineens?’ Ja, als ik dat wist. Intussen zijn we aanbeland bij mijn achtentachtigjarige moeder. Een uiteenzetting van mijn verwachtingen ten aanzien van haar reactie zou me op zijn minst vijftig pagina’s kosten. Voor nu houd ik het er maar op dat de uitingen van empathie van mijn moeder zich doorgaans beperken tot het uit het stof halen van het handjevol kwalen waaraan zijzelf ooit heeft geleden en de behandelingen die zij daarvoor heeft moeten ondergaan. Het is haar manier om te laten zien dat ze met je meevoelt. Ze kijkt verbaasd op als ik deze dag voor de tweede keer, dit keer in gezelschap van Thomas, haar mini-appartement binnenstap. Ik wind er geen doekjes om: ‘Mam, daar ben ik weer. Geen goed nieuws: die plek in mijn borst is toch borstkanker.’ Wetend hoeveel moeite het haar kost iemand vast te houden, verman ik me en sla ik mijn armen om haar korte, gekrompen lichaam en even meen ik binnen in haar een diep verdriet om een tweede dochter met borstkanker te bespeuren. Ik weet wat me te doen staat: praten, praten, praten, de vanaf mijn vroege jeugd beproefde strategie om mijn moeder en wie er verder voor in aanmerking komt, in een gunstige modus te krijgen. Ook vandaag heeft deze het beoogde effect: ik ratel door over de onderzoeken en gesprekken en zie hoe mijn moeder ontspant. Wat



helpt, is dat ze is gezegend met een onwrikbaar geloof in de medische stand - 'Ze kunnen tegenwoordig zo veel' - , ze al eerder met dit bijltje heeft gehakt - mijn zus Lien is er ook nog - en dat ik op een of andere onverklaarbare manier nog steeds de kalmte zelf ben. Geroutineerd schakel ik over op koetjes-en-kalfjes, in de hoop dat ik mijn moeder zo meteen zonder al te veel pijn in het hart alleen achter kan laten. Als ze vraagt wat we met het eten doen, durf ik dit keer te zeggen dat ik naar huis wil om nog wat mensen te bellen. Ik raad haar aan vanavond nog even te bellen met een van mijn tweelingzussen en vooral niet te schromen het nieuwtje te bespreken met bevriende medebewoners in haar appartementencomplex.

De rest van de dag en avond gaat heen met het bellen van naasten en dierbaren. De meesten reageren zoals je zou verwachten. Mijn oudste zus Isolde, die na haar scheiding haar leven jaren geleden heeft verplaatst naar een onbeduidend Provençaals dorp waar ze samenwoont met een lavendelboer, een vroegere zomerliefde, is kampioen in het nemen van de eerste de beste vluchtweg. Na een korte uiteenzetting over borstkanker mijnerzijds, - ik weet dat die haar raakt - begint zij een oeverloos relaas over een plaatselijke, van origine Spaanse stukadoor die bij het stuken van de buiten-wc overal in haar huis - mijn zus woont in een oud dorpspostkantoor - waarvan de loketten en een telefooncel nog in haar huiskamer getuigen - witsel heeft achtergelaten. Ja, dat is natuurlijk ook vervelend, zeker als je bedenkt dat zij al een drukke dag heeft als de meteropnemer langskomt. Met mijn zus Charlotte ben ik sneller klaar. Haar conclusie luidt: 'Nou, Saab, dat is kut. Klote.' Ja, dat is wel zo. Het wordt dus ook een kut- en klotekroniek.

Nu dan het zwaarste gesprek van de avond, dat met mijn oudste dochter Simone. Op de terugweg van onze wandelvakantie brachten we haar en haar gezin twee dagen geleden nog een zorgeloos bezoekje op haar vakantieadres, een boerderijpension met een panoramisch uitzicht op de Dolomieten waar zij een week verblijven en waar onze kleindochter Rivka van vier (en driekwart, zoals zij er zelf de laatste tijd corrigerend aan toevoegt) tot haar grote geluk zonder enige beperking de hele dag babykonijntjes mag vasthouden en aaien. Ik bel als Simone met man en kind in een restaurantje zit. Rekening houdend met haar hypersensitieve natuur probeer ik de boodschap zo luchtig mogelijk te brengen. Het helpt niet. Ze staat erop

onmiddellijk naar huis te komen. Ik probeer haar ervan te overtuigen dat ze vooral lekker daar moet blijven, zodat Rivka de konijntjes kan blijven knuffelen, dat er wat mij betreft tot de uitslag van volgende week dinsdag niks bijzonders op stapel staat, maar ik weet het: mijn pleidooi is vergeefs. Als mijn oudste dochter iets in haar hoofd heeft, krijgt niemand het eruit. Ik weet haar er nog net van te overtuigen vooral eerst met Sacha te overleggen en dan pas te beslissen. Na nog wat tranen van haar kant – ‘Mama, ik vind het zo erg voor jou’ -, een woede-uitbarsting over het communicatiefoutje en een oproep op zoek te gaan naar de allerbeste artsen in het allerbeste ziekenhuis, hangen we op. Zo, dit klusje is geklaard. Daar zit ik dan: de moeder met borstkanker.

De volgende die ik bel, is Helena, een van mijn beste vriendinnen. Zij heeft twee kanten: een grappige, relativiserende, vette lach-kant en een sentimentele, overmatig invoelende kant. Ze zijn me alle twee lief, maar vandaag vrees ik voor de tweede. Het valt alles mee. Ik hoor even een trilstem, maar het nieuws wordt redelijk adequaat afgehandeld. Wel wil zij mij de volgende dag meteen komen opzoeken. In nee-zeggen ben ik niet goed, maar dit keer lukt het me. Eerst maar eens even kijken hoe ik mijn nieuwe staat in kleine kring ga beleven. Ik haast me te beloven later deze week een afspraak met haar te maken. Volgens mij betekent het uitstel ook voor haar een opluchting. Mijn andere beste vriendin Els is op vakantie in Frankrijk. Die laat ik nog maar even. In mijn hoofd maak ik een lijstje van alle mensen die ik snel op de hoogte wil of moet stellen, maar voor vandaag houd ik het voor gezien. Ik pak de roman waaraan ik in Italië ben begonnen. De niet al te zware, naar mijn idee enigszins ontorechte nummer één bestseller van deze zomer. Wonderlijk genoeg kan ik mijn gedachten er aardig bijhouden. Wanneer ik boven mijn boek een aantal keren in slaap sukkel, ga ik naar bed. Thomas houdt me vast en ik val zowaar in slaap. Als ik ’s nachts wakker word, weet ik hoe ik me voel als ik net heb gehoord dat ik een dodelijke ziekte heb: kalm. Ik kijk naar het schuine dak in mijn slaapkamer. Mijn eerste huis, mijn lichaam, mijn ‘vleschelijke woning’ om met de dichter Bloem te spreken, heeft me in de steek gelaten, maar mijn tweede, echte huis voelt vooralsnog gelukkig als een veilige haven.

\*\*\*\*\*

### 3 TIJD VULLEN

De volgende ochtend begint dan de eerste dag van mijn leven als kankerpatiënt. Het is dinsdag. De eerstvolgende afspraak in het ziekenhuis is vrijdag: de PET/CT-scan. We zitten middenin de zomervakantie. Wat gaan we in godsnaam doen? Mijn dochter Ruth belt met de oplossing: of we meegaan naar Dierenpark Amersfoort. Een moment van twijfel: ik heb borstkanker; kun je daarmee wel gewoon naar een dierentuin? Waarom ook niet? We gaan mee. Ik ben fan van dierentuinen. Het zal te danken zijn het feit dat ik mijn vroege jeugd heb doorgebracht in de Rotterdamse wijk Blijdorp. Met ons gezin en op verjaarspartijtjes van vriendjes en vriendinnetjes heb ik talloze uren doorgebracht in de Diergaarde met dezelfde naam. Ik vind weinig dingen leuker dan in het gedrag van dieren – terecht of onterecht - menselijke trekjes te herkennen. Toen mijn dochter Simone nog in Amsterdam woonde, had ik een abonnement op Artis, zodat ik geregeld met haar en haar dochter mee kon gaan. Inmiddels woont zij evenals Ruth in Utrecht en hebben beide gezinnen een abonnement voor Dierenpark Amersfoort. Mijn laatste verjaardag – ik werd 62 – heb ik samen met Thomas – geen fan van dierentuinen - , kinderen en kleinkinderen, mijn moeder en tweelingzussen daar gevierd. Het was een van mijn leukste verjaardagen ooit. Als cadeau kreeg ik een abonnement. Vandaag is de tweede keer dat ik daarvan gebruik ga maken.

Mijn dochter Ruth heeft twee geweldige dochtertjes: Tamar van drie en Lis van één jaar. Tamar is een gevoelige ziel, een uiterst mededeelzaam persoon met een naar mijn bescheiden mening fenomenaal talig talent. Zonder op te scheppen durf ik te stellen dat zij fan is van oma. Daar ben ik buitengewoon trots op. Maar vandaag heb ik het er moeilijk mee. Hebben Ruth en haar man Michael Tamar iets verteld of heeft zij met haar sterke antenne iets opgevangen? Het is duidelijk dat zij deze dag nog meer aan mij hangt, ook letterlijk, dan anders. Het is oma Saab voor en oma Saab na. Maar wie is die oma nu? Binnenkort vast niet meer de energieke persoon die altijd klaarstaat om in te springen en zichzelf graag een beetje onmisbaar maakt. Laat ik mezelf deze dag nog maar van mijn goede kant laten zien. Het lukt me aardig mee te doen met het kijken naar de dieren. De enige keer dat het onderwerp borstkanker ter sprake wordt gebracht, is als mijn aardige schoonzoon Michael, die geriater is - dat leek me altijd handig voor

als we echt oud zijn; het is nu de vraag of ik dat ooit zal worden – opmerkt: ‘Saab, je hebt twee voordelen. Eén: je bent al wat ouder en hebt de overgang achter de rug. Twee: je verkeert in goede conditie en bent niet flauw.’ Ik voel me kinderlijk blij. Tamar wil in ‘De Nacht’, een duister verblijf waar je nachtdieren kunt bekijken. Zij vindt het daar heel spannend en eng en juist daarom wil ze er graag in, al was het maar omdat ze weet dat haar ‘grote’ nicht Rivka (die van vier en driekwart), haar grote voorbeeld, daar ook altijd lekker wil griezelen. Aan haar handje betreed ik het vreemde universum. Dit keer niet als dappere oma Saab, maar als bange kleuter die in dit schemerige, muf ruikende oord de dood in de ogen kijkt. Slappe benen. Tamar kletst me erdoorheen: ‘Oma Saab, kijk daar, de luiaard.’ ‘Ja, ik zie hem, wat een slomerik.’ Vreselijk lijkt het me je actieve leven ’s nachts te moeten leiden, voor zover je daar bij een luiaard überhaupt van kunt spreken. Ik ben een uitgesproken dagmens. Ik houd niet van uitslapen, heb altijd zin in de dag en val ’s avonds tegen elf uur van het ene op het andere moment uit. Ik houd van het leven en van de wereld. Doodgaan wil ik nog lang niet. Terug in het daglicht pak ik de draad op. Dood ben ik nog niet. Er is nog van alles aan te doen. Oud worden, iets waar ik nooit tegenop heb gezien, is nog niet uitgesloten. Laat ik het hele gedoe beschouwen als een project met hopelijk gunstig resultaat. ‘Oma Saab, daar zijn de tijgers.’ De welpjes die begin dit jaar zijn geboren, laten zich goed bekijken. Wat een poten, wat een levenslust. Tamar wil met oma in het treintje. Dat breng ik vandaag niet op: ‘Ga maar lekker met opa.’ Even later zie ik haar met Thomas in een voor hem veel te klein coupeetje langsrijden. Ze zwaait uitbundig, terwijl het treintje uit zicht verdwijnt. De tranen stromen me over de wangen. Partir c’est mourir un peu. Ruth slaat haar arm om me heen: ‘Even huilen mag best, mam.’

Weer thuis vul ik mijn lijstje aan met de mensen die ik op de hoogte wil of moet stellen. Een verheugend lange lijst: vriendinnen, vrienden, nichten, collega-docenten. Hoeveel mazzel heb je als er in je leven zo veel mensen blijkbaar toe doen? Een enge ziekte levert ook iets op. Ziektewinst heet zo iets.

De eerste dag na de diagnose loopt ten einde. Ik ben er tevreden over. Alle aandacht die ik krijg, is onverwacht prettig. Bijna iedereen heb ik tranenvrij te woord kunnen staan. Maar zonder kleerscheuren kom ik er niet af. Plotseling voel ik Thomas’ ergernis. Ben ik iemand die, zodra er iets met mij

of mijn dierbaren aan de hand is, een overmatige behoefte aan contact met familie en vrienden heeft, mijn man is iemand die dan juist alles en iedereen zoveel mogelijk afhoudt en het liefst wegkruipt in boeken en schrijfsels. Hij kampt al jaren met perioden van niet al te zware, maar wel belastende depressiviteit. Hij zou graag willen dat ik de enige ben die hiervan weet (en er navenant last van heeft) en zegt er vrijwel nooit een woord over tegen derden, terwijl ik het irritant vind er op deze manier eigenlijk nooit met iemand anders dan met hem over te kunnen praten en tegenover anderen mooi weer te moeten spelen. Een goed idee zou zijn ieder zijn eigen aanpak te gunnen, maar zo werkt het bij ons niet. Ik vraag: 'Is er wat?' Thomas: 'Ja Jezus, Saab, je zit nu echt al uren te bellen en te appen.' 'Nou en?' Die mensen zijn allemaal zo aardig om me iets te laten weten. Dan mag ik toch wel antwoord geven? En ik moet nu eenmaal sommige mensen op de hoogte stellen. Mag dat soms niet?' Thomas: 'Ja, maar zo is de hele avond naar de knoppen.' 'En wat zou ik dan moeten doen? Ik doe zo toch wat?' Thomas: 'Ik zou helemaal gek worden van al dat geklets.' 'Ja jij wel, maar gelukkig voor jou heb jij bijna niemand om tegenaan te lullen. Jij houdt iedereen succesvol af.' Hoe zo iets dan gaat: ik heb borstkanker en weet het pas twee dagen; ik voel behoefte de hele reut met Jan en alleman te delen en door te spreken. Ik heb daar blijkbaar wat aan, maar Thomas gaat dat op voorhand niet begrijpen. Hij ergert zich als ik 's morgens bij het wakker worden mijn iPhone check op mails, apps en nieuwsberichten. Wat daar zo erg aan is, weet ik niet, want als ik een boek lees, mag dat wel. Literatuur boven alles. Hoe het ook zij, het lijkt me een goed plan mijn kletsbehoefte in het bijzijn van Thomas te temperen. Ik doe mijn zegje hier wel, wat dit sowieso tot kletschroniek maakt.

\*\*\*\*\*

Hoewel de school pas over vier weken begint, stuur ik 's morgens maar vast een mail naar mijn werk. Twee jaar geleden is in de zomervakantie een van onze leerlingen op noodlottige wijze om het leven gekomen. Daarna is er voor leerlingen en medewerkers in de zomervakantie een noodnummer ingesteld. Ik ben even in twijfel of ik nu dat nummer moet bellen, maar dat slaat natuurlijk nergens op. Borstkanker is dus kut en klote, maar een noodgeval zou ik het niet willen noemen. Het is voldoende als de schoolleiding tijdig weet dat er na de vakantie iemand moet komen om mijn

lessen over te nemen. Sommige borstkankerpatiënten schijnen tussen de medische bedrijven door gewoon naar hun werk te kunnen gaan, maar als docent kun je moeilijk de ene dag wel en de volgende niet komen opdagen (er lopen op school overigens collega's rond die dat wel voor elkaar weten te krijgen). Ik tracht in mijn mail het midden te houden tussen het geven van voldoende relevante informatie en het vermijden van een uitgebreid medisch communiqué. Er zijn medewerkers die er niet voor terugschrikken om na ontvangst van het obligate boekje of zo'n kolossale, grappig bedoelde kaart met tachtig beterschapswensen in een oeverloze mail de hele goegemeente ongevraagd op de hoogte te stellen van alle ins en outs van hun kwaal of het proces van herstel, wat neigt naar ongewenste intimiteit. Ik stuur het onheilsbericht naar de rector, een conrector, tevens mijn leidinggevende, en aan de voorzitter van mijn sectie, een van mijn jonge schoolvrienden. Om de laatste midden in zijn vakantie niet de stuipen op het lijf te jagen, stuur ik hem ter waarschuwing vooraf een appje met 'minder leuke mededeling: zie mail'. Hij schrikt toch en reageert direct met een hartelijke mail. Hij belooft binnenkort langs te komen. De dag gaat heen met bellen – om Thomas niet te ergeren doe ik dat zittend in het tochtige trapgat -, mailen en boodschappen doen. In de afgelopen jaren zijn Thomas en ik er net als veel andere mensen uit milieu- en gezondheidsoverwegingen toe over gegaan onze boodschappen deels bij eco-winkels te halen en bij Albert Heijn de voorradige bio-producten te kiezen. Nu ik binnenkort waarschijnlijk flinke hoeveelheden gif binnen zal krijgen, lijkt het raadzaam ter compensatie voortaan alleen nog bio-producten te nuttigen. Op een borstkankersite lees ik dat het voor zo ongeveer alles heilzaam is granaatappelsap te drinken. Ik vraag Thomas een fles voor me mee te nemen. Hij komt thuis met een pak tweedrank met grenadine. Niet te drinken en vast niet de drank die de beroemde Franse internetoncoloog aanbeveelt. Zo'n borstkankersite dus. Ik ben een lezer. Sinds ik kan lezen, lees ik alles wat los en vast zit. Ook in geval van kwalen of mankementen wil ik daarover alles wat voorhanden is lezen. Buiten het professionele medische en psychotherapeutische circuit zijn er, schat ik, weinig mensen die zo veel hebben gelezen over angst- en paniekstoornissen en wat je daartegen zoal zou kunnen doen als ik. Dertig jaar geleden raakte ik als jonge werkende moeder overspannen – een burn out avant la lettre – hetgeen gepaard ging met een angststoornis. Sindsdien ligt, zeker zodra mijn over het algemeen puike conditie achteruit kachelt, het optreden van irrationele angst op de loer. Telkens als het zo ver is, haal ik

mijn angstbibliotheekje tevoorschijn, herlees ik alles wat ik eigenlijk al weet en vul ik dit aan met informatie uit nieuw verschenen boeken en van websites, met als inzet de kwaal zo effectief mogelijk te bestrijden of beter gezegd: te bezweren. Nu ik borstkanker heb, moet daarover dus gelezen worden. Ik surf wat over het wereldwijde web, maar probeer me te beperken tot 'officiële' sites als *borstkanker.nl*. Ik weersta de drang om te lezen wat iedereen over deze ziekte uitbraakt op fora en in chatrooms. Op bol.com zie ik een dik roze boek met de even simpele als vertrouwenwekkende titel *Het borstkankerboek*, geschreven door twee vrouwelijke chirurgen van het Anthonie van Leeuwenhoekziekenhuis en een medisch journaliste. Het ziet eruit als de bijbel op het gebied van deze ziekte. Als ik dat boek doorlees, kom ik overal goed beslagen ten ijs. Meteen bestellen dus.

Vroeg in de avond belt mijn dochter Simone. Zij is terug uit Italië en wil langskomen. Na een emotioneel momentje bij binnenkomst pakken we onze normale draad op en hebben we een gezellige avond. Simone geeft aan volgende week dinsdag mee te willen gaan naar het gesprek over het behandelingsplan. Of ik dat oké vind. Ik moet het vooral zeggen als ik het niet wil. Ik zie mezelf zitten in de Nijntje-spreekkamer, geflankeerd door man en twee dochters. Het lijkt me wat veel. Ik zeg het niet: Simone is speciaal voor mij vervroegd teruggekeerd van haar vakantieadres en als je dochter aanbiedt mee te willen gaan naar een belangrijk medisch gesprek waarbij haar zus ook aanwezig zal zijn, zeg je niet nee. Toch? Ik niet dus.

Het lijstje mensen die ik wil of moet verwittigen, heb ik nog steeds niet helemaal afgewerkt, zodat ik een avondje op de trap zit. 's Nachts droom dat ik voor de klas sta en plotseling bedenk dat ik helemaal vergeten ben te melden dat ik borstkanker heb en daarbij door de chemo een kaal hoofd heb. Een aangepaste variant op een van mijn frequente dromen waarin ik op het moment dat ik iets op het bord wil schrijven, me realiseer geen broek, geen onderbroek en een niet al te lang T-shirt aan te hebben. Een diepe vrees om voor aap te staan, niet geheel in lijn met de grote mond die ik op school geregeld ook heb. Als ik wakker word, voel ik aan mijn hoofd: een flinke haardos. Die zal er wel aan gaan. Een kale-kopkroniek, dat wordt het dus ook.

\*\*\*\*\*

#### 4 INFILTRATIE

Het is donderdag en op mijn afsprakenkaart staat dat ik vandaag rond 12 uur zal worden gebeld over de uitslag van het biopt-onderzoek. Dat de tumor kwaadaardig is weet ik al, maar nu zal ik ook horen met welk type borstkanker ik behept ben. Nadine Boezeman heeft toegezegd mij rond twaalf uur bellen. Thomas zorgt dat hij tegen die tijd thuis is en ook Ruth heeft beloofd er te zijn. Als om tien uur mijn telefoon al gaat, zijn ze er natuurlijk allebei nog niet. Ik neem op en het is Nadine met de uitslag: infiltrerend ductaal carcinoom. Niet hormoongevoelig. Ze geeft een korte toelichting: ‘infiltrerend’ wil zeggen dat de tumor zich verspreidt in ander weefsel, en niet ‘in situ’ (op één plek) is; ‘ductaal’ wil zeggen ontstaan vanuit de melkgang. Ik onderbreek haar uiteenzetting met de vraag of ze het nog een keer wil herhalen, zodat ik een en ander kan noteren. Ze belooft de uitslag voor me op de mail te zetten. Het woord ‘infiltrerend’ – voor mijn geestesoog verschijnen zich sneaky ontwikkelende, verstikkende vertakkingen – bewerkstelligt dat ik begin te huilen. ‘Sorry, Nadine, ik moet ineens even huilen,’ zeg ik. ‘Ja, dat snap ik; het is ook een rot woord.’, merkt zij op, in het midden latend welk woord ze precies bedoelt. Ze wenst me veel sterkte voor morgen: ‘Ik zal voor je duimen.’ Ik ervaar die belofte niet als geruststellend: er moet blijkbaar ergens voor worden geduimd. Mijn dochter Ruth belt aan en even later verschijnt Thomas, beiden keurig op tijd, maar dus niet voor het telefoontje. Ik ben blij dat het al achter de rug is. Weer een stapje gezet.

In de namiddag belt onze benedenbuurman aan met een vraag over onze VVE, waarvan ik voorzitter ben. Als hij vraagt of alles oké is, sta ik uit gewoonte op het punt te zeggen: ja, prima. Ik slik het nog net in en vertel waar het op staat. Onze buurman heeft een gevoelige, wispelturige ziel die hij probeert in toom te houden met een constante aanvoer van cannabis, waarvan wij op zomerse dagen in onze huiskamer mogen meegenieten. Enkele maanden geleden is hij een periode druk geweest met de stervensbegeleiding van een buitenlandse vriendin die in een hospice in Utrecht een tergend langzame dood is gestorven aan longkanker. Hij was erg met haar begaan en het is duidelijk dat mijn onverhoedse mededeling haar heengaan oprakelt en zodoende hard aankomt. Hij zakt neer in een stoel en de tranen stromen over zijn wangen. Ik probeer hem gerust te



stellen: zo'n vaart loopt het niet. Of dat zo is, valt nog even te bezien. Morgen is de PET/CT-scan. Het beste van hopen maar. Statistisch gezien is de kans klein dat er elders in het lichaam uitzaaiingen worden gevonden, maar ondenkbaar is ze niet. Met deze gedachte val ik in slaap.

\*\*\*\*\*

Het is vrijdag, de dag van de PET/CT-scan en ook de dag waarop onze dochter Ruth 33 wordt. Dat waren we bij het wakker worden door al het kankergedoe bijna vergeten. Ik voel me een beetje zenuwachtig. Als ik ergens bang voor ben, is het wel voor nerveus of paniekerig zijn. Dat ik mezelf sinds de diagnose ben meegevallen, komt in de eerste plaats doordat ik vooralsnog niet in de greep van de angst ben geraakt. Ik doe snel een mindfulness-oefening. Dat klinkt professioneler dan het is. Ik heb nooit een mindfulness-training of zoiets gevolgd, maar heb er in mijn langdurige en veelomvattende queeste naar angstremmende therapieën vanzelfsprekend van alles over gelezen. Bovendien heb ik op mijn iPhone een app van een verzekeringsmaatschappij met allerlei mindfulnessoefeningen. De stem die deze oefeningen inspreekt, herken ik als die van acteur Peter Blok, wat wel een beetje ten koste gaat van de geloofwaardigheid ervan. Mijn oudste dochter Simone en haar man zijn beiden acteur. Van hen weet ik dat het uiterst lucratief is de stem te mogen zijn van een groot commercieel bedrijf. Zij betalen er hun hypotheek van. Dus elke keer als ik Peter Blok met zijn sonore stemgeluid zo'n oefening hoor uitspreken, zie ik de dollartekens in zijn ogen erbij. Dat is nogal afleidend, wat bij mindfulness nu net niet de bedoeling is. Van elke pop-up gedachte dien je nu juist op rustige en milde wijze afscheid te nemen, waarna je je weer geheel kunt concentreren op de oefening. Daar ben ik niet zo goed in. Ik krijg het makkelijk voor elkaar zo'n hele ademhalings sessie van tien minuten aan alles behalve mijn ademhaling te denken.

Thomas gaat mee en rijdt mij naar het Meander Medisch Centrum in Amersfoort, waar de PET/CT-scanner staat. Ik ben natuurlijk blij dat hij meegaat voor de moral support, maar het is ook handig in verband met het vervoer, want een van mijn irrationele angsten die nooit echt is overgegaan, betreft rijvrees, met name bij het rijden over autosnelwegen.

Veel ziekenhuizen heten tegenwoordig – in navolging van academische ziekenhuizen – medisch centrum. Als ik het in de les over eufemisme heb, gebruik ik het wel eens als voorbeeld: een ziekenhuis klinkt erg ‘ziekig’; daar lig je en zou je wel eens zomaar dood kunnen gaan; een medisch centrum klinkt geleerd en daarom ook veel positiever: er werken daar allerlei kundige mensen die onderzoek doen en dat vervolgens op jou toepassen. ‘Meander’ lijkt me puur gekozen op de alliteratie, maar als ik op mijn iPhone de plattegrond er even bij pak, zie ik dat de Eem vanaf Amersfoort inderdaad mooi naar het Eemmeer meandert. Het ziekenhuis, sorry medisch centrum, is spiksplinternieuw. Een binnenhuisarchitect heeft zich compleet uitgeleefd rond het thema bamboe. Het enige wat ontbreekt, is een grote panda die zich aan al het overdadige groen tegoed mag doen. Omdat in de informatiefolder staat dat het onderzoek in totaal twee uur zal duren, besluit Thomas in de tussentijd een wandeling door Amersfoort te maken. Hij zal zijn prehistorische Nokia dit keer in de aanslag houden, voor het geval ik eerder klaar mocht zijn. Ik zit nog maar net in de wachtkamer als ik word benaderd door een vriendelijke jongeman, die zich met een stevige handdruk aan mij voorstelt als Sjoerd. Zijn taak bestaat eruit mij door een korte gang naar een volgende wachtkamer te begeleiden, waarna we alweer afscheid van elkaar moeten nemen: ‘Tot ziens, mevrouw en het beste.’ ‘Dank je wel, Sjoerd,’ is mijn reactie. In de wachtkamer zit nog een meneer. Een meisje dat terecht niet de moeite neemt zich voor te stellen, brengt ons de in de informatiefolder beloofde driekwart liter suikerwater die we op onze nuchtere maag mogen opdrinken. De suiker hecht zich gemakkelijk aan kwade cellen en kan zo op de PET/CT-scan eventuele uitzaaiingen aan het licht brengen. Ik heb weinig moeite met veel drinken en werk het goedje snel weg. Mijn lotgenoot heeft er duidelijk meer moeite mee. Als hij halverwege is, wordt hij opgehaald door het naamloze meisje dat zegt dat het zo wel genoeg is. Huh? Even later mag ook ik binnenkomen. Het naamloze meisje prikt eerst bloed uit mijn vinger om mijn suikerwaarde te meten. Die blijkt te hoog. Enkele maanden geleden is mijn bloed toevallig nog nagekeken. Toen was er volgens mij niks aan de hand. Niet gehinderd door enige medische kennis krijg ik een visioen van een lichaam vol uitzaaiingen, waardoor de suiker in mijn bloed is gestegen. Het meisje legt mij op een bed, waarop ik drie kwartier tot een uur zo stil mogelijk zal moeten blijven liggen (daar ben ik niet goed in) en spuit contrastvloeistof in. Thuis heb

ik in de folder gelezen dat ik een cd kon meebrengen, zodat ik onder het stilliggen naar muziek zou kunnen luisteren. Ik heb nog een tijdje voor onze in onbruik geraakte cd-kast - wie draait er heden ten dage nog een cd? -, gestaan, waar ik uiteindelijk koos voor een pianoconcert van Schubert, maar het meisje verzuimt te vragen of ze iets voor me op kan zetten en in zo'n medisch centrum – of waar dan ook – wil ik liever niet lastig wezen. Ik vouw mijn linkerarm op het kussen onder mijn hoofd. Het meisje wijst me op een bel waarop ik kan drukken als er iets is (mag ik dan wel bewegen?), vertrekt en sluit de deur achter zich. Daar lig ik dan in een kamertje zonder ramen met uitzicht op een grote klok met daaronder een radio-cd-speler. Had ik die eerder gezien, dan zou ik gevraagd hebben de radio op Hilversum 1 te zetten. Nu is het enige wat erop zit, mezelf hier een uurtje te vermaken met stilliggen, de klok de seconden zien wegtikken, nadenken c.q. tobben en op mijn ademhaling letten. De eerste vijf minuten verlopen uiterst traag. Het suikerwater loopt in een vloeiende lijn door naar mijn blaas. Ik moet plassen. Nu al. Na een kwartier raak ik in een lichte trance, een soort halfslaap. Dat is oppassen geblazen, want in een dergelijke staat vertoon ik de neiging schokkerige bewegingen te maken. Mijn linkerarm die onder mijn hoofd gevouwen ligt, slaapt inmiddels. Het zou enorm opluchtend zijn als ik die daar even kon weghalen, maar dat zou in deze situatie een megabeweging betekenen. Ik mag van mezelf voorlopig niet meer op de klok kijken. Als het weer mag, zijn we zowaar acht minuten verder. De tijd gaat hier nog trager dan op een klassenavond als ik ten huize van een van mijn leerlingen probeer zo lang mogelijk niet op de klok te kijken, waarna dan pas vijf minuten blijken te zijn verstreken. Ik tel tot honderd achtereenvolgens in het Nederlands, Engels, Duits, Frans en het Spaans. In het Russisch kom ik niet verder dan tien. Ik houd op met tellen, als dat de tijd juist lijkt te vertragen. Dan maar proberen niks te denken. Geen eenvoudige opgave. Toch nog onverwacht zwaait de deur open. Het meisje zonder naam treedt binnen en vraagt: 'Is het goed gegaan? Heeft u lekker gelege?' 'Ja het ging goed, alleen mijn arm sliep, omdat die onder mijn hoofd lag,' zeg ik. Het meisje: 'Dan had u toch even anders kunnen gaan liggen?' Wederom: huh?

Voor ik in de PET-CT-scanner mag, moet ik eerst goed 'uitplassen'. Dat is zo'n typische ziekenhuisterm, die ik de tien weken die ik tijdens

mijn eerste zwangerschap in het ziekenhuis heb doorgebracht, talloze malen heb horen bezigen. Alsof plassen alleen niet genoeg is en je thuis gewend bent er ergens halverwege mee te stoppen. Ik plas uit en daarna maak ik kennis met een ouderwets soort witte-jas-laborante die zich wel voorstelt, maar zo dat ik haar naam niet versta. Ik stel me van schrik voor met mijn eigen achternaam (De Wolf), terwijl ik in medische kringen op een of andere manier te boek sta met de achternaam van mijn man (Peters). De dubbelcheck-vraag naar mijn geboortedatum klopt en ik mag binnentreden in het heiligdom. Ik sta versteld bij het zien van het futuristische interieur. Een ware esthetische belevenis. De scanner is zo subliem vormgegeven – wat een prachtig gestroomlijnde ivoorwitte kap! – dat het bijna een eer is daarin te mogen plaatsnemen. De laborante legt mij uit hoe een en ander in zijn werk gaat. Ik zal telkens door het apparaat heen en weer worden geschoven, zodat mijn gezicht soms binnen en soms buiten de kap zal komen te liggen. Dat is een prettig idee. Ik hoef niet voortdurend in een tunnel te liggen. De laborante verdwijnt samen met het naamloze meisje achter een raam. Via een intercom kunnen wij met elkaar communiceren. De scan zal ongeveer twintig minuten in beslag nemen. Een meevaller, want in de folder stond een halfuur. Ik laat me lekker in en uit het apparaat schuiven, me afvragend wat die twee dames ondertussen te zien krijgen: foute boel of niet? In de folder heb ik gelezen dat je bij ernstige claustrofobie beter een angstremmertje kan slikken. Ik heb geen last van claustrofobie, maar zoals gezegd soms wel van andere irrationele angsten en heb nog even overwogen een halve bromazepam, een tranquillizer die ik voor de zekerheid bijna altijd met me meedraag, in te nemen. Ik heb het niet gedaan. Daar ben ik blij om, want anders zou ik nu denken dat ik er hier daardoor zo kalm bij lig. Dan verschijnt de laborante links in mijn blikveld. De sessie is blijkbaar beëindigd. Zij koppelt mij los van het apparaat. De laborante en het meisje bejegenen mij beduidend opgewekter dan voor de scan en ik troost me met de gedachte dat zij dat toch niet zouden doen als ze in mijn lichaam zojuist allerlei onheilspellende dingen hadden zien langskomen. Ik ben opgelucht deze horde met succes te hebben genomen en voel me zelfs lichtelijk uitgelaten. Ik ben een halfuur eerder klaar dan afgesproken en vanuit de bamboetempel bel ik Thomas die dit keer zowaar meteen zijn telefoon opneemt. Hij bevindt zich vlakbij het station vanwaar hij de bus terug naar het ziekenhuis zal nemen. Ik ga buiten op een bankje zitten wachten en

bekijk het volk dat het ziekenhuis in- en uitwandelt. Er is geen uitgebreid epidemiologisch onderzoek voor nodig om vast te stellen dat de lagere milieus in medische centra ruim vertegenwoordigd zijn. Op het bankje word ik twee keer gebeld. De eerste keer door een collega-vriend vanuit zijn vakantieadres in Frankrijk die belooft voor mij een kaarsje te branden in de kathedraal van Reims en de tweede keer door een vriendin van mijn moeder die binnen enkele minuten begint te huilen, niet over mijn kwaal, maar over haar man die een jaar geleden uitgerekend in dit medisch centrum de geest heeft gegeven. Ieder heeft zo zijn eigen sores.

Voor de vakantie hadden we afgesproken dat onze dochter Ruth haar verjaardag met man en kinderen in ons vakantiehuisje op Goeree zou komen vieren. Nu ik met mijn kwaal roet in het eten heb gegooid, wordt dit een restaurantje in Utrecht, waar behalve Thomas en ik ook onze dochter Simone met haar gezin zijn uitgenodigd. We zijn dus onder elkaar en ik heb er zowaar best een beetje zin in. De uitslag van de scan krijg ik pas dinsdag. Dat betekent dat ik met deze dag erbij vier onzekere dagen ergens mee moet zien te vullen. Dit is een welkome afleiding. Omdat mijn fiets net voor de vakantie weer eens is gejat, nemen Thomas en ik de bus. Onze familie zit al op het zonnige terras en ziet ons van verre aankomen. Daar komt ze hoor, moeder slash oma met borstkanker. Laten we vooral lekker gewoon doen. Onze hugs zijn wat steviger dan gewoonlijk. Ik bestel een glas witte wijn. Ik kijk naar mijn drie prachtige kleindochters en vraag me af hoe oud ik hen zal zien worden. Ik voel mijn ogen vollopen, maar troost me met de gedachte dat ik voor deze drie meisjes godzijdank niet, zoals indertijd voor mijn eigen dochters, de eerstverantwoordelijke ben. Mocht ik doodgaan, dan hebben zij liefhebbende ouders die hen groot zullen brengen. Het is triest als ik dat niet meer mag meemaken, maar niet dramatisch. Oma's gaan nu eenmaal dood. Maar goed, zo ver is het nog niet. Ik doe kort verslag van mijn PET/CT-ervaringen en praat even met kersverse schoonzoon Sacha, die ik sinds zijn terugkeer uit Italië nog niet heb gezien en gesproken. Na tien jaar samenwonen is hij een maand geleden met onze Simone getrouwd. Ik besef dat de drie maanden vertraging die ik heb opgelopen in elk geval één voordeel heeft gehad: op de bruiloft had niemand, inclusief ikzelf, er weet van had dat ik iets mankeerde. Was dat wel zo geweest, dan had er een grauwsluier over de feestelijkheden gehangen en had ik vast niet zo

zorgeloos mijn bridal-mum-toespraak kunnen houden. Voor de relatie met mijn dochter vond ik dat laatste belangrijk om te doen. Dat is dan maar mooi gelukt. Het is nog steeds heerlijk weer, maar we besluiten toch binnen te gaan eten, omdat de tafels en stoelen op het terras nogal laag en wiebelig zijn. Vergeleken bij het zonovergoten terras is het binnen erg donker en mij overvalt hetzelfde gevoel – een vlagje doodsangst - als in de Nacht in dierentuin Amersfoort. Om mezelf overeind te houden lees ik de kleintjes in de speelhoek een sprookje voor. Mijn dochter Ruth maakt foto's en ik kan me niet aan de indruk onttrekken dat zij deze week wel erg veel foto's van mij met de kindjes maakt. Nu het nog kan, is wellicht de gedachte. Als we eten besteld hebben, kijk ik even op mijn iPhone. Iemand met een anoniem nummer heeft mij gebeld. Dan bekijk ik mijn mail. Het meest recente bericht heeft als onderwerp: *Goed nieuws*. Afzender: Nadine Boezeman. Mijn hart springt op. Samen met dochter Ruth lees ik het bericht: *Goedenavond mevrouw. De Wolf; De PET/CT scan uitslag: GEEN aanwijzingen voor uitzaaïngen elders in het lichaam! Goed nieuws, tot dinsdag; Groetjes, Nadine Boezeman*. Voor de rest van de familie lees ik het bericht hardop voor. Ik kan het niet geloven. Wat geweldig attent dat deze vrouw mij de uitslag meteen vandaag al mailt. Geen uitzaaïngen elders in het lichaam aangetroffen; dat betekent dat genezing mogelijk is. Wat een opluchting. Middenin het restaurant krijg ik een belachelijke huilbui. De serveerster houdt discreet enige afstand. Thomas beweert altijd dat ik last heb van 'menselijk opzicht', wat inhoudt dat ik me tegenover mijn omgeving al gauw schaam voor de meest onbenullige dingen, maar op dit moment heb ik daar maar lak aan. Het moet er even uit. Tussen de snikken door probeer ik met grote halen adem binnen te krijgen. Dochter Ruth zegt dat ik wat lager moet ademen, wil ik niet vervallen in een hyperventilatieaanval. Dit advies en het feit dat mijn twee oudste kleindochters inmiddels uit de speelhoek zijn teruggekeerd en oma Saab verbouwereerd staan aan te staren, brengt me tot kalmte. Simone fluistert me in dat ik even aandacht moet besteden aan 'papa'. Ik kijk naar Thomas. 'Opgelucht, Tom?' vraag ik. Hij knikt. 'Of een beetje teleurgesteld?' 'Natuurlijk, wat dacht jij dan?' lacht schoonzoon Michael. Om te klinken op de goede afloop – het kan verkeren: een paar dagen geleden veroorzaakte de diagnose borstkanker nog een flinke schok en nu vieren we alweer dat het voorlopig niet erger is dan dat - wil ik een fles champagne bestellen. Onze attente schoonzoon Sacha meldt dat hij

dat al heeft geprobeerd, maar dat die in dit etablissement niet voorradig is. Zonder bubbels proosten we op de goede uitslag en op een gunstig verder verloop. Op dit moment zie ik nergens tegenop. Zo wordt Ruth's verjaarsdinertje een echt feestje.

Op weg naar huis lopen Thomas en ik mijn collega Spaans, met zijn vrouw en twee dochters tegen het lijf. 'Hé luie vakantievierders!' roept hij, als hij ons ziet, 'Hoe staat het leven?' Ik twijfel: vertel ik het wel of vertel ik het niet? Wat me weerhoudt, is dat zijn twee dochters erbij zijn. Aan de andere kant is het ook raar om op zijn joviale vraag niet naar waarheid te reageren. Mijn collega is een schat van een man en ik ken hem vrij goed. Als hij later zou horen dat ik het slechte bericht had verzwegen, zou hij dat vast raar vinden. Ik vertel het dus maar. Door het goede nieuws van zo-even kan ik het gelukkig luchtig en positief brengen. Hij schrikt zichtbaar, maar met het oog op de meisjes begin ik al snel over iets anders. Ik vraag hun hoe het met hun nieuwe poes gaat en brabbel nog wat over de vakantie. Voor deze ontmoeting was ik door de gunstige uitslag een beetje hyper. Nu ik mezelf hier hoor vertellen dat ik borstkanker heb met uitzaaiing in de lymfeklieren land ik weer op de grond: zulk goed nieuws is het nou ook weer niet. We nemen afscheid en ik voel een steekje jaloezie om de zorgeloze vakantieweken die mijn collega nog voor de boeg heeft.

\*\*\*\*\*

## 5 BIJBEL

Nu de uitslag van de PET/CT-scan al bekend is, besluit ik het weekend zo positief mogelijk te beleven. Vandaag is de bestelde borstkankerbijbel gearriveerd. Het boek omvat 300 pagina's tekst die ik in drie dagen tot mij zal moeten nemen, wil ik bij het gesprek over het behandelplan goed beslagen ten ijs komen. Onder het lezen van het boek word ik heen en weer geslingerd tussen hoop en vreeze, zowel door de theorie als door de ervaringen van borstkankerpatiënten waarmee deze telkens wordt verluichtigd. In de borstkankerwereld onderscheidt men vier stadia. Als ik het goed inschat, verkeer ik in stadium 2 (tumor kleiner dan twee cm met uitzaaïing in de lymfeklieren). Die van mij is twee centimeter. Tachtig procent van stadium 2-patiënten leeft na vijf jaar nog. Mm, twintig procent is dan dood. De prognose is minder hoopgevend dan die in stadium 1 (90-100 procent), maar uiteraard wel veel beter dan die in stadium 3 en 4. Minder gunstig is het dat al is gebleken dat ik geen hormoongevoelige tumor heb, maar waarschijnlijk net als mijn zus Lien een type met overmatig veel 'her2neu-receptoren'. Dergelijke tumoren zijn over het algemeen nogal agressief; dat moet ik er bij mijn stadium 2 dus wel bij optellen. Het goede nieuws is dan weer dat er de laatste tien jaar goede resultaten zijn geboekt met het immunotherapiemiddel herceptin, dat de kans op overleving (bij borstkanker spreekt men liever niet over genezing) met veertig procent verhoogt. Waartegen ik die veertig procent precies moet afzetten, begrijp ik niet, maar het klinkt hoopgevend. Zoals gezegd: ik wankel tussen hoop en vreeze. Hoe verstandig is het je vrees met al deze informatie te voeden? Maar goed, ik heb nu eenmaal behoefte aan een realistisch beeld. Liefst wel een gunstig realistisch beeld natuurlijk. Eigenlijk wil ik in stadium 1 zitten. Zat ik daar drie maanden geleden ten tijde van het communicatiefoutje niet nog netjes in? Niemand zal mij dat ooit met zekerheid kunnen vertellen. Niet meer over tobben. Zolang mijn conditie het toelaat, neem ik me in het kader van 'blijf in beweging' voor iedere dag ten minste vijf kilometer te lopen. Ik probeerde dat ook te doen voordat ik ziek bleek te zijn, maar was blij als ik er twee keer per week aan toekwam. Meestal loop ik een vaste route door drie parken die in de omgeving van mijn huis liggen. Het liefst wandel ik alleen, omdat ik dan in mijn eigen tempo kan lopen en het me soms al lopend lukt een enigszins meditatieve staat te bereiken. Ik ben van nature



een watcher, zoals Simone dat noemt. Ik was zo'n kind dat het leuk en van mezelf nogal romantisch vond om met mijn *Jugendflora of Wat vliegt daar?* alleen de duinen in te gaan. Ik ben gezegend met zogeheten arendsogen en goede oren. Wellicht is dat de reden waarom ik ervan houd ogen en oren goed de kost te geven. Ik zie en hoor onderweg van alles, ook als ik met iemand loop te praten. Ik vind het niet zo prettig om te wandelen met mensen die onderweg naar de grond kijken en die zodoende nauwelijks iets opvalt. Dat zijn er trouwens best veel, is me opgevallen. Tijdens mijn wandelingen probeer ik zo min mogelijk te denken aan borstkanker en doodgaan, maar dat is me de eerste week na de diagnose niet erg gelukt. In mijn normale staat ben ik er misschien minder op gespitst, maar in deze week lijken mijn wandelingen voortdurend in het teken van ziekte en dood te moeten staan: in vier dagen zie ik drie lijkwagens en één complete begrafenisstoet passeren; elke keer als ik wandel langs het naburige kerkhof Sint Barbara luidt de beierende klok van de kapel een begrafenisdienst in; op één avond zie ik in het park mijn nieuwe huisarts joggen en de radiologe, die mijn vonnis als eerste heeft uitgesproken, met haar jonge gezin rondkuieren; in het gras trap ik bijna op een dode merel en kort daarna zie ik een dood veldmuisje liggen. Daarnaast tref ik in mijn brievenbus meerdere folders van begrafenisondernemingen en uitvaartverzekeringen aan, heeft de uitvaartwinkel naast onze Albert Heijn een nieuwe etalage ingericht en stuit ik op zoek naar een leuke foto van een vriendin in mijn fotobestanden op foto's van overleden familieleden en vrienden. 's Nachts droom ik dan ook nog eens over mijn dode vader, zijn dode broer Dirk en diens dode vrouw. Dit is geen toeval, dit is een complot.

In normale tijden bel en bezoek ik mijn moeder Conny zo'n één keer per week. Van haar vier dochters ben ik degene die het dichtst bij haar woont – en voor mij is het dus een kleine moeite bij haar een kop koffie te gaan drinken of even te gaan eten. Dezer dagen belt mijn moeder mij zo om de dag om te vragen hoe het gaat. Zo'n gesprek, met cursief haar subtekst, gaat dan ongeveer zo: Conny: 'Hoe gaat het vandaag met je?' *Zeg alsjeblieft niet dat het niet goed gaat.* Ik: 'Ja wel goed eigenlijk. Was natuurlijk blij met de uitslag van de PET/CT-scan.' Conny: 'O ja, zo'n scan heb ik ook eens gehad voor mijn maag en middenrif. Weet je nog?' Toen mocht ik daarna een dag geen kleine kinderen op schoot nemen vanwege de radioactiviteit

en we gingen toen toevallig net op kraambezoek bij de baby van Boris en hoe heet ze ook alweer?' Ik: 'Weet ik niet meer.' Dat verhaal heb ik pas veertig keer gehoord en het was zeker weten geen PET/CT-scan. 'Hoe is het daar, ma?' Conny: 'Gisteren een slechte dag. . .' *Na dat bericht van jou. . .* Ik: 'Beroerd. Heb je er nog met iemand over gesproken?' Conny: 'Ja, met de buurvrouw. Maartje kwam theedrinken en in de namiddag was er een borrel in de foyer. Verder belde de huisbazin. Die staat er heel wat slechter op dan jij: haar kanker is overal uitgezaaid, maar ze blijft heel positief en beweert dat ze net als haar ouders van plan is 85 te worden.' *In feite is er voor jou voorlopig dus weinig reden tot klagen.* Ik: 'Nou dat is stoet.' Conny: 'Ja, dat is flinke vrouw. Maar jij wordt natuurlijk gewoon beter. Tegenwoordig kunnen ze zoveel.' *En het zou voor mij wel erg onhandig zijn als je doodging.* Ik: 'Ja hoor.' Conny: 'Hier in de flat wonen zo veel vrouwen die borstkanker hebben gehad en nog steeds gezond en wel rondlopen.' Ik: 'Ja. Hoe laat zullen we je morgen ophalen voor het feestje van Charlotte en Lien? Half elf?' Conny: 'Ja, dat is goed. Het beste, hoor. Ik zou graag wat voor je willen doen, maar je weet: al die trappen. . . en dan met mijn knieën.' Ik: 'Hoefst ook niet. Ik kom wel naar jou. Tot morgen.' 'Tot morgen...' Haar afscheidsgroet weet mijn moeder altijd op zo'n toon uit te spreken dat je erachteraan moet denken: 'Ik ga hier wel rustig door met in mijn eentje zitten lijden.'

\*\*\*\*\*

Mijn tweelingzussen Charlotte en Lien, die ruim zes jaar jonger zijn dan ik, vieren samen hun 56e verjaardag met koffie, taart en een lunch in Charlotte's mooie volkstuin in of all places Velzen-Noord, waarvoor zij in de zomermaanden haar appartement in hartje Amsterdam verruilt. Het doet mij deugd dat het gezelschap voor deze keer bestaat uit louter naaste familie: mijn moeder Conny, de jarige zussen met hun partners (de relatie van Charlotte met haar man Jaap hangt al een tijdje aan een zijden draad, maar vandaag is hij van de partij), onze dochters met man en kinderen en Thomas en ik. Mijn zussen en hun partners zie ik na de diagnose voor het eerst. We doen 'gewoon', wat in mijn familie geldt als iets positiefs. Als ik net te midden van mijn familie zit, zie ik plotseling helder voor me hoe het is als ik dood zal zijn: de stoel waarop ik nu zit, is dan leeg en alles zal inderdaad 'gewoon' doorgaan, maar dan zonder mij. Hoe erg is dat dan

eigenlijk? Ik besef dat het ook iets bevrijdends heeft als de dood door ziekte een reële optie wordt. Voor ziekte hoef je niet meer te vrezen. Die heb je al. De dood neem je op de koop toe. Ik neem een stuk taart.

Na de koffie loop ik een ommetje over het volkstuinencomplex met mijn zus Lien en haar twee bordercollies. Zij kan er niet over uit dat ik nu het traject inga dat zij de laatste jaren heeft gevolgd. Haar is dat niet in de koude kleren gaan zitten. Ze is erg ziek geweest van de behandelingen en heeft bovendien met veel tegenslag te kampen gehad. Wat zeker niet heeft meegeholpen, is dat haar hele leven sowieso al weinig verweer had tegen pijn, lichamenlijk ongemak en stress. Mijn vader noemde haar tante Teuntje, een zus van onze opa die altijd wel wat mankeerde en te zeuren had. Hierbij moet ik wel de kanttekening maken dat mijn vader iedereen met een niet al te duidelijke kwaal al gauw aanmerkte als ingebeeld zieke. Wat Lien ook niet heeft geholpen, is dat in haar kleutertijd een barbaarse KNO-slager haar neusamandelen heeft geknipt. Sindsdien lijdt zij aan een witte-jassenfobie. Bij de tandarts moesten we haar als kind met vereende krachten in de tandartsstoel neergedrukt houden. Nog altijd is zij voor elke afspraak in het ziekenhuis op van de zenuwen.

We praten over wat mij staat te wachten. Ik vrees een opsomming van de wederwaardigheden die de laatste jaren al dikwijls de revue zijn gepasseerd, maar Lien houdt zich in. Met terugwerkende kracht herinnert zij zich dat zij de behandelingen, voordat bij haar de kanker op de plek van de oorspronkelijke tumor terugkeerde, tamelijk optimistisch en gelaten heeft ondergaan, hetgeen ik terugdenkend aan haar talrijke huilbuien durf te betwijfelen. Ik benadruk dat zij naast de ellende waarmee borstkanker nu eenmaal gepaard gaat, extreem veel pech heeft gehad: ten eerste heeft een plastisch chirurg na een cosmetische operatie aan haar gezonde borst daar per abuis een groot stuk gaas in achtergelaten dat pas na zes weken van ellende en genegeerde klachten ten bewijze van een grove medische fout als een stinkende camembert tevoorschijn zweerde; ten tweede moest na terugkeer van de kanker de aanvankelijk bespaarde borst alsnog worden geamputeerd. Met zo veel tegenspoed kun je iemand niet snel betichten van aanstellerij, maar toch zou het voor iedereen, maar vooral voor Lien zelf goed zijn als zij de hele geschiedenis inmiddels met wat meer afstand kon bezien. Liens mantra is dat het leven na borstkanker nooit meer

hetzelfde is geworden als daarvoor. Dat is vast en zeker het geval, maar ik vrees dat ernaar willen streven dat alles weer wordt zoals het ooit was, een uitstekend recept is voor een dagelijkse portie desillusie. Bovendien is het een dooddoener van jewelste, aangezien het leven nu eenmaal nooit meer wordt zoals het gisteren was, wat misschien ook wel een van de aardige dingen ervan is. Bij de lunch vertelt Charlotte dat een van haar vriendinnen met borstkanker toevallig deze maand haar laatste chemo heeft gehad. Ze heeft relatief weinig last gehad van de behandelingen en is als zzz'ër, die door haar ziekte veel opdrachten is misgelopen, meteen full speed op zoek gegaan naar werk. Met succes. Zo kan het dus ook.

Thuis besluit ik een bericht te sturen aan mijn schoonfamilie. Lien placht tijdens haar ziekteperiode iedereen die daarvoor volgens haar in aanmerking kwam, gezamenlijk te berichten over de voortgang van de behandelingen. Zelf wil ik dergelijke medische communicaties niet verspreiden. Ze hebben iets luiïgs: je neemt niet de moeite persoonlijk te reageren op mensen die jou iets laten weten. Eerlijkheid gebiedt mij te melden dat ik deze dagen in mijn 'persoonlijke' mails en apps aan verwanten en vrienden zelf wel enig copy-paste-werk verricht. De reden waarom ik besluit mijn schoonfamilie een gezamenlijke mail te sturen, is omdat ik na een slecht nieuws-telefoontje aan mijn schoonmoeder Tilly, met wie sommige schoonzussen en zwagers vrijwel dagelijks (!) in contact staan en die door haar vast op de hoogte zijn gesteld, van slechts één aangetrouwde schoonzus een appje heb ontvangen. Ik vrees dus dat de anderen pas iets willen of kunnen laten weten, als ik hen zelf heb geïnformeerd, wat ik begrijpelijk vind. Ik heb drie schoonzussen (het waren er vier, maar de oudste hebben we een aantal jaren geleden helaas aan longvlieskanker verloren) en drie zwagers en allen hebben of hadden ook nog een partner. Met allen heb ik een enigszins vergelijkbare – een goede maar niet bijzonder innige - relatie. Het lijkt me echt onzin ieder apart een gecopy-paste bericht te sturen. Voor ik op *send* druk, laat ik het bericht aan Thomas lezen met de vraag of de info niet te gedetailleerd is. Dat vindt hij niet. Zijn verhouding tot 'de familie' is nogal ingewikkeld en dan druk ik mij eufemistisch uit. Hij vindt het sowieso onzin en ook te veel eer dat ik deze moeite neem: 'Laat hen zelf wat laten horen.'

\*\*\*\*\*

De maandag kom ik goed door met mails versturen, de mijzelf opgelegde vijf kilometer wandelen, *Het borstkankerboek* doornemen en een paar uur kletsen met schoolvriend Steven, tevens voorzitter van de sectie Nederlands. Het doet me goed dat deze jongen van de leeftijd van mijn kinderen de moeite neemt en het ook nog eens zichtbaar leuk vindt om mij in mijn staat van patiënt te komen opzoeken. Eerder dit jaar heeft hij mij bij een etentje laten weten dat hij het betreurt dat ik over niet al te lange tijd met pensioen zal gaan. Ik weet dat hij dat meende. Ik voel me altijd ongemakkelijk bij het krijgen van complimenten (ook bij het geven trouwens, maar op mijn oude dag begin ik dat zowaar nog te leren), maar hij brengt zoiets zo authentiek dat ik het toen zonder problemen kon incasseren.

In de namiddag belt mijn leidinggevende vanuit de Verenigde Staten waar zij deze vakantie met haar gezin een rondreis maakt. Zij heeft mijn mail gelezen en is zich dood geschrokken. Dat wordt al snel duidelijk, want ik heb haar het hele gesprek snikkend aan de lijn. Zelfs als ik haar kan geruststellen wat betreft de uitslag van de PET/CT-scan, blijven de tranen komen. Behalve een zakelijke hebben we ook een enigszins vriendschappelijke relatie en op dit moment lopen die duidelijk een beetje door elkaar. Als ik in haar schoenen stond, zou ik zeggen dat het zo niet lukt een normaal gesprek te voeren en beloven op een ander moment terug te bellen. Maar Nicole geeft zomaar niet op. Het draait eropuit dat ik degene ben die haar bemoedigend toespreek: 'Het zal allemaal wel goedkomen.'

's Avonds komt Ruth nog even langs. Ze heeft over mijn geval advies gevraagd aan een van haar medische vriendinnen. Ze probeert mij voorzichtig duidelijk te maken dat het misschien verstandig is om de borst te laten amputeren, ook gezien de ervaring van mijn zus Lien. Als duidelijk is dat amputatie mijn kansen op genezing verhoogt, ben ik daar niet tegen, maar dat wil ik dan wel eerst zeker weten. Uit de informatie uit *Het borstkankerboek* heb ik gestedilleerd dat in mijn geval amputatie geen medisch voordeel biedt boven een borstsparende operatie. We spreken af de beslissing te laten afhangen van het behandelgesprek van morgen, wat mijn indruk dat Ruth probeert enige druk uit te oefenen - ongetwijfeld met de beste bedoelingen – niet wegneemt. Als ik me 's avonds uitkleed,

bekijk ik in de spiegel mijn borsten. Het zal raar zijn er zo nodig één te moeten missen. De achterblijvende borst krijgt dan iets overbodigs, vrees ik. Ik hecht aan symmetrie.

Inmiddels heb ik een onwaarschijnlijk aantal reacties gekregen op het door mij of via de tamtam verspreide nieuws over mijn ziekte. Naar aanleiding daarvan heeft Thomas het over 'jouw fenomenale netwerk'. De reacties die ik tot nu toe heb gekregen zijn alle even lief als goed bedoeld en stuk voor stuk typerend voor de sprekers en ondertekenaars. Ze zijn niet alle even opwekkend. Mijn schoonmoeder, een doorgewinterde hypochonder, altijd doodsbang voor nare ziektes en dus vooral voor kanker, maar ondertussen al 88 jaar geplaagd door een uiterst duurzame fysieke gezondheid, roept verschrikt uit: 'O maar als je dan wordt geopereerd, zaait de kanker juist uit!' De schoonmoeder van mijn dochter Ruth schrijft in haar hartelijke mail: 'Ik kreeg van Ruth het bericht van je borstkanker en mogelijk erger ...'. De bekende schicht schiet door mijn maag. Meer op mijn gemak voel ik me bij de reactie van mijn collega-vriend Ilya: 'Jij doet er ook werkelijk alles aan om niet samen met mij die cultuurlessen te hoeven geven.' Mijn nicht Larissa, zelf ex-borstkankerpatiënt, stuurt mij een troostend sms'je vanuit Frankrijk. De regel 'En na verloop van tijd vergeet je het weer; ik kan het geen negatieve ervaring noemen ...' prent ik als mantra in mijn hoofd. Mijn zwager Jaap, die zelf jaren geleden als enige van de afdeling in het AMC acute leukemie heeft overleefd, appt me: 'Veel opstandigheid gewenst!'. Daar kan ik minder mee, wat geldt voor alle wensen waarin strijdtal wordt gebezigd, zoals het berichtje van een buurvrouw die door Thomas is ingelicht: 'Ik wens jou alle kracht en sterkte bij het vechten tegen de kanker'. Laten we vooral niet te kritisch zijn. Ik neem me voor op alle bezoeken, kaarten, mails, telefoontjes, appjes, sms'jes, boeketten, in kerken ontstoken kaarsen en alles wat je nog meer kunt bedenken om iemand in moeilijke tijden bij te staan of het beste te wensen, uiterst genereus te reageren. Vanwege wat Thomas noemt 'jouw fenomenale netwerk', een voor een docent veel te carrièrechtige term, verwacht ik een flinke hoos. Als laatste op deze dag bel ik Davine, mijn allereerste en dus oudste vriendin: 'Ach joh, jij kent toch ook al die al vrouwen met borstkanker. ..., maar het komt wel goed.'

\*\*\*\*\*

## 6 PROJECT

De dag van de afspraak over het behandelplan is aangebroken. Simone woont op zo'n honderd meter van het ziekenhuis en we hebben vooraf bij haar afgesproken. Ik voel me licht gespannen. Na een kop koffie betreden we gevierden het ziekenhuis, waar we plaatsnemen in de wachtkamer van de afdeling chirurgie. We bezetten daar vier stoelen wat ik rijkelijk veel vind voor één patiënt. Zie ons hier zitten. Tegenover ons zit een mevrouw met een tulbandmutsje op haar waarschijnlijk kale hoofd. Die is gewoon alleen gekomen. De entree van het Diakonessenhuis is onlangs gerenoveerd, maar het gedeelte waar wij zitten, verkeert nog in een jaren tachtig en dus smakeloze stijl. Dat komt het vandaag niet al te zonnige humeur van Simone, degene van ons die het meest sfeergevoelig is, niet ten goede. Ik zie haar rondkijken. Ons passeert een aantal zich haastig voortbewegende coassistenten, hetgeen haar de opmerking ontlokt: 'Vreselijk om je werk altijd zo gehaast en op tijd te moeten doen.' Alsof je op haar werkterrein, het podium, zo'n beetje je eigen tijd kunt indelen. Het is een rechtse directe gericht op haar zus Ruth die als huisarts dagelijks een gevecht levert met de door de zorgverzekering vastgestelde consultduur van tien minuten per patiënt. Die incasseert de steek onder water met een veelzeggende zucht. We zitten gevierden te zwijgen en ik voel stress, niet zozeer vanwege het belangrijke gesprek maar meer door de onderlinge chemie van mijn gezelschap. Nadine roept ons binnen. Ik verontschuldig me voor de grote opkomst, maar zij stelt me gerust: 'Ik zit hier ook wel eens met zeven mensen. Het is goed als je naasten zich betrokken voelen.' Zij neemt plaats achter haar monitor. Doordat ik recht tegenover haar zit, kan ik haar gezicht een groot deel van het gesprek maar half of helemaal niet zien. Thomas zit een beetje schuin achter naast mij, naast hem zit Ruth en naast haar Simone, recht onder het portret van Nijntje die uitdrukingsloos op ons neerkijkt. Bij het toneelgezelschap waaraan Simone jarenlang verbonden is geweest, had zij veel Vlaamse collega's. Hoewel ze met hen jarenlang heel prettig heeft samengewerkt en met een aantal goed bevriend is geraakt en zij in haar 'normale' staat bovendien een weldenkend mens is, kan zij op slechte momenten op het racistische af aversie tonen ten aanzien van alles wat Vlaams is, vandaag dus ten aanzien van mijn Vlaamse nurse practitioner. Die zet ons de status quo uiteen. Voor een deel is dat oud nieuws: invasief carcinoom van twee centimeter

in de linkerborst, uitzaaiingen in twee lymfeklieren, geen uitzaaiingen aangetroffen elders in het lichaam, geen hormoongevoelige tumor, maar zoals nader pathologisch onderzoek inmiddels heeft uitgewezen: een zogenaamde her2neu-tumor. Her2neu: tot voor kort nooit van gehoord en nu ineens iets wat je leven bepaalt. Ik merk op dat het dus om een agressieve tumor gaat, waarop Nadine zegt: ‘We spreken liever niet van agressief, maar van laag of hoog risico.’ Vervolgens bespreekt ze het behandelingsvoorstel, geïnspireerd op een nieuwe behandelingsmethode in het Anthonie van Leeuwenhoekziekenhuis: eerst chemotherapie om eventuele uitzaaiingen direct in de kiem te smoren, vervolgens een borstsparende operatie, dan radiotherapie van de borst en zo nodig van de lymfeklieren. Tot voor kort kreeg je bij aangetaste lymfeklieren standaard een okseltoilet (wat een woord) waarbij alle lymfeklieren werden weggehaald. Langzamerhand is men ertoe overgegaan om de lymfeklieren te bestralen en uit onderzoek is gebleken dat dit een zelfde effect heeft. In gunstige gevallen wordt er zelfs niet meer bestraald. Op mijn vraag waarom de tumor niet eerst wordt weggehaald, vertelt Nadine dat je op deze manier bij een hoog-risico-tumor eventuele, nog niet zichtbare, uitzaaiingen meteen de kop indrukt. Een ander voordeel is dat je kunt zien of de chemotherapie aanslaat. Bij een aantal patiënten blijkt de tumor voor de operatie al helemaal te zijn verdwenen. Als je de tumor eerst verwijdert, weet je nooit zeker of de chemo werkt. Voor het geval de tumor na de chemo niet meer is te zien wordt er zowel in de tumor als in de lymfeklier een jodiummarker geplaatst die op röntgenfoto’s oplicht. Als ik opmerk dat Ruth heeft gesuggereerd dat amputatie misschien meer kans op genezing biedt dan een borstsparende operatie, zegt Nadine: ‘Alle statistieken laten zien dat daar in uw geval geen medisch voordeel mee is te behalen. Het risico van borstkanker is dat er uitzaaiingen buiten het borstgebied optreden. Dat proberen we te voorkomen met behulp van de chemotherapie. Eventuele terugkeer van de tumor of uitzaaiingen in de borst zelf worden altijd op tijd ontdekt.’ Met gepaste trots merkt Nadine op dat ik in het Diakonessenhuis de eerste zou zijn bij wie de behandeling op deze manier zal worden toegepast. Een twijfelachtige eer wat mij betreft. ‘Met alle onderdelen van de behandeling hebben we hier ervaring, alleen de volgorde is anders,’ voegt ze er ter geruststelling aan toe en eigenlijk ben ik al overtuigd. Al luisterend ben ik me bewust van de zwarte wolk die zich intussen onder Nijntje samenpakt. In mijn dochter Simone



tikt een tijdbom. Haar naar de grond gerichte blik staat op onweer. Ze kijkt op en neemt het woord: 'Mag ik iets vragen? U heeft het nu de hele tijd over het Anthonie van Leeuwenhoekziekenhuis. Als ze het daar allemaal zo goed weten, kan mijn moeder dan niet beter daarheen gaan?' Rustig antwoordt Nadine: 'Als ze dat zou willen, is dat mogelijk, maar hoogstwaarschijnlijk zou ze daar dezelfde behandeling krijgen als hier.' Simone: 'En als mijn moeder een second opinion zou willen, is dat dan mogelijk?' Nadine: 'Ja. Dan verlenen we alle medewerking.' Simone vraagt mij of ik dat geen goed idee vind. Ik acht mezelf een behoorlijke control freak, maar vergeleken bij mijn oudste dochter ben ik een compleet onverantwoordelijke losbol. Als zij in een vliegtuig stapt, moet je niet gek staan te kijken als ze aan een stewardess vraagt of de vent die de schroeven van de nooddeur heeft aangedraaid, daar wel de juiste papieren voor had. Zou Simone zelf iets mankeren, dan rustte ze niet tot ze de allerbeste dokter in het allerbeste ziekenhuis te pakken heeft. En nu zit haar moeder met borstkanker hier in een lelijk ingericht perifeer ziekenhuisje over haar behandeling te praten met een of andere opgeklommen verpleegkundige, een Vlaamse nog wel. Van de stress krijg ik een opvlieger. Ik wil helemaal niet naar het Anthonie van Leeuwenhoek. Daar kan ik altijd nog naartoe als ik hier ben uitbehandeld. Ik wil geen second opinion: bij borstkanker is er een aantal mogelijke protocollen. Hoe origineel wil je het hebben? Waarom zou ik niet kiezen voor iets wat me hier wordt aanbevolen? Ruth heeft misschien ook zo haar bedenkingen, maar zij staat op het standpunt dat het belangrijk is dat de patiënt zelf – ik dus - achter de gekozen behandeling staat. Thomas die op mijn verzoek de borstkankerbijbel ook gedeeltelijk heeft doorgeworsteld, onthoudt zich vooralsnog van commentaar. Vanwege zijn hardhorendheid heeft hij wellicht ook een en ander gemist. Na nog wat vragen over en weer besluit ik voorlopig het voorgestelde traject te gaan volgen. Nadine zal het behandelplan deze week ter goedkeuring voorleggen aan het mammacare team van het ziekenhuis. Ik heb dan nog ruim een week de tijd om na te denken of ik bij mijn besluit blijf. Tot die tijd is alles nog mogelijk. Eigenlijk heb ik mijn besluit al genomen. Voor de komende week noteert Nadine nog een hele reeks afspraken voor onderzoeken en gesprekken: MRI-scan van beide borsten (om de tumor nog beter te kunnen analyseren, te bekijken of de andere borst inderdaad schoon is en om de tumor na de chemo te kunnen vergelijken met die in de huidige staat), kennismakingsgesprek met de

chirurg, afspraak met de oncoloog ter voorbereiding op de chemotherapie, afspraak bij de radioloog voor het inplanten van de jodiummarkers, afspraak met Nadine voor uitslag van het overleg over het behandelplan door het mammacare team, kennismakingsgesprek met de radiotherapeut ter voorbereiding op radiotherapie. Pff. Ik ben dus even zoet, maar ook blij dat de vaart erin zit. Tot slot vraagt Nadine: 'Is alles zo duidelijk. Zijn er nog vragen?' Ik stel de hamvraag: 'Is deze behandeling nu gericht op genezing?' Het hoopgevende antwoord luidt: 'Ja zeker, het is de bedoeling dat je je kleinkinderen groot ziet worden. De overlevingskans van tien jaar is voor vrouwen in jouw situatie tachtig procent.' 'Daar doe ik het voor,' zeg ik. Tot slot is Nadine zo aardig zich te richten tot Simone, degene die het hier duidelijk het moeilijkste heeft: 'Is u zo ook alles duidelijk? Geen vragen meer?' Simone gunt haar een genadig knikje.

Dan staan we buiten. Het is nog steeds stralend weer en omdat het raar is hier na dit life event voor de deur van het ziekenhuis plompverloren afscheid te nemen, stel ik voor op een terras te gaan zitten. We steken over naar Bar Beton. Het zou prettig zijn het gesprek nog even door te nemen, maar ik vrees dat de wond daarvoor te vers is. Eerst de gemoederen maar wat laten betijen. Omdat blijkbaar niemand zich geroepen voelt onder het genot van koffie en thee iets sfeerverhogends te zeggen, brabbel ik wat opgewekts over de tachtig procent overlevingskans. Met schrik bedenk ik dat Thomas en ik vandaag om twee uur nog een tweede medische afspraak op het programma hebben staan, en wel bij de dierenarts voor onze poezen. Nummer één heeft een kale plek en nummer twee kwijlt en is nog agressiever dan we al van haar zijn gewend. We nemen snel afscheid. Gelukkig denk ik eraan mijn dochters te bedanken. Ik zeg dat het erg belangrijk was dat ze allebei zijn meegegaan en wilden meedenken. Ik zie hen samen weglopen en spreek tegenover Thomas mijn vrees uit dat de bom tussen hen nu wel zal barsten. 'Dat zoeken ze dan zelf maar uit; dat is jouw probleem niet,' zegt hij. Ik weet dat hij gelijk heeft, maar ben er niet gerust op. Als het middelste kind uit een gezin met veel ruzie heb ik mij ontwikkeld tot de grote mediator. Ik voel me schuldig: als ik die stomme borstkanker niet had gekregen, hoefden we niet dit soort stresserende bijeenkomsten te beleven. Thomas en ik lopen door het zonovergoten, helgroene Wilhelminapark en gaan zitten op een bankje met uitzicht op de vijver. We zitten daar zo lang te praten over het

behandelingsgesprek en onze dochters, dat we de tijd alsnog vergeten en een uur te laat bij de dierenarts aankomen. We mogen nog binnenkomen en bij het zien van de witte jassen, moet ik de neiging onderdrukken te vertellen dat hier een kankerpatiënt staat. Ik vertoon de eigenaardige drang Jan en alleman van ellende op de hoogte te moeten stellen. Een misplaatst soort eerlijkheid. We komen hier voor zieke poezen, maar ik vind het niet fair om net te doen alsof ik hier zelf zomaar gezond sta te wezen. Ik ben ook een beetje jaloers op deze gezonde mensen die hier zo achteloos opgewekt hun beroep staan uit te oefenen. Vanzelfsprekend breng ik mijn ziekte niet ter sprake. Ik speel de grappige kattenliefhebber en na een kwartier staan we 180 euro lichter weer buiten. Onder de 100 euro kom je bij een dierenarts nu eenmaal niet weg.

Het verloop van het behandelingsgesprek zit mij niet lekker. 's Avonds belt dan gelukkig Simone. Het gesprek met haar zus is tegen mijn verwachtingen in wonderbaarlijk goed verlopen. Simone was zelf tot het inzicht gekomen dat haar aandeel in het gesprek voor mij weinig positiefs opleverde. Ze heeft zich voorgenomen eventuele begeleiding bij ziekenhuis- en doktersbezoeken in het vervolg over te laten aan haar medische zus, die daar volgens haar veel beter in is. Voor Simone is het niet niks om haar ongelijk of hoe je het wil noemen, zo ruiterslijk toe te geven. Ik wil haar laten weten hoezeer ik het op prijsstel dat ze mij erover belt, maar kom niet veel verder dan suf in de hoorn te snikken. Simone eindigt het gesprek met te zeggen dat ze verder alles voor me wil doen om deze beroerde tijd goed door te komen. Haar eerste project is zorgen voor een mooie pruik. Dankbaar aanvaard ik haar genereuze aanbod. Ik stap in bed als een gelukkig mens. Dat kan dus als kankerpatiënt.

Als Thomas een halfuurtje later in bed komt, bedenk ik dat het tijd is voor seks. Het klinkt misschien een beetje mal – aan seks doe je als je er zin in hebt -, maar in onze relatie is wat dit betreft een en ander een beetje scheef gegroeid, zodanig dat ik me er soms toe moet zetten het initiatief te ontplooiën. Ook al komt het niet altijd spontaan in me op, ik probeer er altijd, ook voor mezelf, het beste van te maken. Sinds ik weet dat er iets in mijn borst zit, is seks zo'n beetje uit mijn hoofd gevallen. Voor sommige mensen – en Thomas is zo iemand - is seks iets waaraan je graag doet om alles en iedereen – behalve hopelijk je partner - om je heen te vergeten. Bij

mij werkt het zo niet. Seks is voor mij een sluitpost. Aan seks wil ik doen, als ik verder niks aan mijn hoofd heb. Toen ik nog rookte, deed ik dat ook het liefst als alles aan de kant was. Ik heb nu veel aan mijn hoofd en moet dat onder controle zien te houden. Seks betekent controleverlies. Een ongelukkige combi. Maar goed, ik ben de beroerdste niet. Ik heb geleerd het mijn naasten (lees: mijn moeder) naar de zin te maken. Wil ik Thomas' humeur niet bederven, dan zal het er ook met borstkanker toch van moeten komen. En zo geschiedt het, tot wederzijds welbevinden. Daar mag ik tevreden over zijn.

\*\*\*\*\*

Voor het behandelplan ten uitvoer wordt gebracht, heb ik nog één vrije vakantiedag. Het is nog steeds volop zomer en Thomas en ik besluiten een fietstocht te maken. We nemen de trein naar Amersfoort en huren daar een OV-fiets. Thuis heb ik via het fietsroutenetwerk een tocht uitgestippeld. Ik plak een blaadje met de te volgen netwerknummers op ons beider fietsstuur wat niet mag verhoeden dat we al ter hoogte van Hoogland het spoor bijster zijn. Omdat ik jarenlang in Amersfoort heb gewerkt, ken ik daar redelijk goed de weg en ik weet dus wel ongeveer hoe we weer op het rechte pad moeten komen. Denk nu niet dat zoiets zomaar gaat. In alle bescheidenheid durf ik te stellen dat Thomas' oriëntatievermogen het ernstig moet afleggen tegen het mijne. Als hij zich bij dit feit zou kunnen neerleggen, zou er geen probleem zijn, maar zo simpel is het leven niet. Hij kan en wil niet begrijpen dat ik 'zomaar' in een bepaalde richting ga fietsen. Bij elk informatiebord stapt hij af om te kijken waar we vandaan komen, waar we zijn en waar we heen moeten. Geduld opbrengen is dan weer niet mijn sterkste punt. Het is niet voor het eerst dat we in deze situatie verzeild raken, maar omdat ik als borstkankerpatiënt nu toch al een hoop ellende veroorzaak, laat ik me van mijn beste kant zien: ik weet allang in welke richting we moeten rijden, maar kijk braaf en welwillend met Thomas mee op de informatieborden. Het werkt: van zo'n ziekte kun je dus ook iets leren. Maar niet te vroeg gejuicht, want op deze als voorlopig laatste zorgeloos bedoelde dag zijn de problemen nog niet uit de lucht. Er moet ergens iets worden gegeten. Thomas wijst op een terras, maar dat vind ik er ongezellig uitzien; bovendien is het een beetje te vroeg om al te gaan eten. We fietsen dus

door. Een dom besluit. De strijd om de schuldvraag die in onze relatie al gauw op de loer ligt, wordt in mijn nadeel beslecht. Na een lange tocht langs de prachtige oevers van de Eem en een stukje van het Eemmeer, waarbij we onze suikers alleen kunnen aanvullen met ieder een halve biologische, wormstekige appel en zodoende beiden de man met de hamer tegenkomen, vinden we pas in Soest – met afstand de meest ongezellige gemeente van de Utrechtse Heuvelrug – waar op deze mooie zomerse doordeweekse dag ongeveer alle horecagelegenheden wegens vakantie (!) blijken te zijn gesloten, op de parkeerplaats van de Dirk van den Broek de uitspanning Supervlaai, waar de uitbater zeker twintig minuten nodig heeft om een panino brie klaar te maken. We vallen erop aan en net als ik denk alle tegenslagen te zijn gepasseerd, merk ik opgelucht op: ‘Wel raar om een mooie fietstocht te maken en hier in de zon een broodje brie te zitten eten. Je stelt je voor dat je als kankerpatiënt ...’ Ik krijg de wind van voren: ‘Jezus, hebben we één dag geen medische afspraak en dan begin jij er toch weer over. Je weet nu dat het niet is uitgezaaid. De behandelingen zijn gericht op genezing. Even vervelend allemaal, maar daarna ben je gewoon beter.’ ‘Maar dat weten we toch niet zeker?’ Thomas: ‘Nee, maar dat merk je dan vroeg genoeg. Tot die tijd denken we daar niet over na. Daar heb je niks aan.’ Huh? ‘We kunnen er toch even over praten?’ vraag ik. Thomas: ‘Ja, maar niet de hele tijd.’ ‘De hele tijd? Ik heb er de hele dag nog niks over gezegd.’ ‘Nee, maar je doet de hele dag angstig en voorzichtig. Je fietst als een oud wijf.’ Inderdaad voel ik me de hele dag al een beetje angstig, maar op dit moment heb ik geen zin dat toe te geven. Het ligt me op de tong te melden dat we al twintig jaar praten over Thomas’ depressiviteit en alles wat daarmee samenhangt, maar het lijkt me raadzaam het gesprek te beëindigen. In een later stadium moeten we hier nog maar eens op terugkomen. Ziekte en dood zetten verschil in karakter en instelling op scherp. Thomas komt uit een doktersgezin. Mankeerde je daar als kind iets, dan zei papa de dokter: ‘Pijn, verdwijnt in de mijn van katijn.’ Daarmee was de kous af. Als er echt iets was – in een kwade week lagen vier van de acht kinderen tegelijk met een bacteriële hersenvliesontsteking in het ziekenhuis – dan had moeder een ijzeren vertrouwen in de behandelende artsen. En terecht: allen kwamen de ziekte zonder kleerscheuren te boven. Thomas mag dan soms last hebben van depressiviteit, angst voor ziekte en dood kent hij nauwelijks. Hij heeft een benijdenswaardig vertrouwen in zijn fysieke gezondheid. Vergeleken bij

hem ben ik een geweldige piepmuis. Dat moet wel irritant zijn. Laat ik mijn best doen niet te zeuren en daar nu mee beginnen. Het laatste deel van de fietstocht verloopt dan in pais en vree.

\*\*\*\*\*

## 7 CIRCUS

Vandaag beginnen de onderzoeken en gesprekken dus echt, te beginnen met de MRI-scan. Thomas heeft ooit zo'n scan laten maken in verband met een vermeende nekhernia en weet te vertellen dat zo'n ding een hoop herrie maakt. Na ons te hebben gemeld bij de inmiddels vertrouwde afdeling radiologie word ik meteen binnengeroepen. Ik kleed me 'van boven' uit in zo'n dubbeldeurs kleedhokje, waarin ik altijd een lichte vrees heb dat je er nooit meer uit wordt gehaald. Vergeleken bij de gloednieuwe PET/CT-scanner uit Amersfoort is deze scanner een vergeeld retro-apparaat. De twee jonge laborantenmeisjes zijn erg vriendelijk. Ze brengen een infuus aan waar halverwege de scan radioactief spul in zal lopen. De vraag of ik last heb van claustrofobie beantwoord ik ontkennend. Dat ik moeite heb met stilliggen, meld ik maar niet. De meisjes leggen uit dat de scan ongeveer een half uur zal duren, maar is opgedeeld in verschillende fasen met telkens een ander hard geluid. Via de microfoon zullen zij aangeven wanneer een fase begint en hoe lang deze duurt. Op de vraag of ik het prettig vind tussendoor muziek te luisteren, ben ik zo dom ja te zeggen. Mocht je ooit een MRI-scan moeten laten maken, zeg dan nee. De volgende vraag is: wilt u pop of klassiek? Omdat klassiek mij rustgevender lijkt, kies ik daarvoor. Weer geen slimme keuze, zoals zal blijken. Ik mag op mijn buik in het apparaat gaan liggen. Daar ben ik blij om, want dan kan ik niet zien hoe nauw de tunnel is waarin ik lig. Mijn voorhoofd rust op een soort kussen en ter hoogte van mijn ogen zit een gat waardoor je naar de grond kunt kijken. Mijn borsten passen netjes in twee gaten. Het moet een raar gezicht zijn die van onderaf te kunnen zien bungelen. Op mijn schouders legt een van de meisjes een zware plaat, bedoeld om de lymfeklieren in de oksel te scannen. Als ik comfortabel genoeg lig, kan het feest beginnen. Ik krijg een microfoon op mijn oren en de muziek wordt aangezet. Klassiek betekent hier het soort muziek dat je krijgt als je op Spotify 'populair klassiek' aanklikt: van *Für Elise*, via een stukje *Negende Symfonie* van Beethoven tot de *Vienna Walz* van Johann Strauss. En dan moet je nog wel zulke goede oren als ik hebben om deze stukken door de tyfusherrie van het apparaat heen te kunnen herkennen. Techno-house was een betere keus geweest, omdat die minder zou hebben gedetoneerd met de eigenaardige dreunende geluiden die de MRI achtereenvolgens voortbrengt. Wat is daar in godsnaam de functie van? In wat voor rare

wereld kom je als kankerpatiënt terecht? Als een van de meisjes ergens halverwege door een even hoorbaar stukje Strauss heen meldt dat de volgende shift zeven minuten duurt, krijg ik het benauwd. Hoe houd ik het vol om zeven minuten dit denderende lawaai te ondergaan? Ik doe mijn best in de herrie een patroon te herkennen. Dat is een goede strategie. De benauwdheid trekt weg. Diep in het geluid van de fase waarin ik nu zit, hoor ik met een beetje goede wil een telkens terugkerend klokgelui. De volgende fase heeft iets raspends. Bewust luisterend kom ik de rest van de tijd door, tot plotseling een oorverdovende stilte intreedt, waarna de meisjes melden dat de sessie is beëindigd en ze mij loskoppelen. Zittend op de rand van het ligbed, voel ik me duizelig. Ik moet blijven zitten tot dat over is. De uitslag van de scan hoor ik morgen bij het gesprek met de chirurg en Nadine. Voor vandaag mag ik naar huis. Ik heb het er aardig vanaf gebracht. Nu maar hopen dat er geen ‘verrassingen’ uitkomen, zoals Nadine suggereerde. Dat kan dus ook nog.

’s Middags krijg ik bezoek van mijn collega-vriend Ilya, die bij mij op school drama en kunstgeschiedenis geeft. In het voorjaar is hij als vroege veertiger plotseling opgenomen met hartklachten, waarna hij nota bene in zijn ziekenhuisbed werd getroffen door een hartinfarct, dat zijn cardioloog eufemistisch pleegt aan te duiden als ‘het incident’, een term die wij natuurlijk dankbaar hebben overgenomen. Na zijn incident heeft hij hard gewerkt om het te boven te komen, wat inhield dat hij zijn tot voor kort nog altijd wat jeugdige leefstijl ingrijpend heeft moeten aanpassen: ophouden met roken, gezond en regelmatig eten, langer slapen, meer bewegen, in het algemeen de grenzen voor een gezond leven meer in acht nemen en dagelijks ladingen medicamenten innemen. Het gaat nu goed met hem, beter dan voor het incident, en na de vakantie wil hij weer voltijds gaan werken. Zijn valkuil zal zijn dat hij zich daar als vanouds weer ergens in zal storten, daarbij alle grenzen overschrijdend, en zich zal opwinden over dingen die volgens hem op school niet deugen (dat zijn er veel). Ik ben benieuwd hoe het zal gaan. Onder schoolvrienden noemen we Ilya sinds het incident de HP (hartpatiënt), wat mij nu dus tot de KP maakt. Als HP en KP wisselen we eerst onze medische belevenissen en ervaringen uit, waarna we gelukkig ook nog genoeg andere gespreksstof blijken te hebben. Op ons zonnige dakterras hebben we een vrolijke middag. Tegen het einde van het bezoek voel ik vanuit mijn rechterborst



rare pijnscheuten door mijn oksel schieten. Ik ken dat gevoel wel, maar nu vrees ik ineens dat het wordt veroorzaakt doordat er op dat moment kwade cellen vanuit een tumor richting lymfeklieren schieten. Dat zou betekenen dat er in mijn rechterborst ook iets mis is. Dat zou ik dan morgen bij de uitslag van de MRI-scan te horen kunnen krijgen. Ineens voel ik me heel beroerd. Dom genoeg bespreek ik het niet met Ilya. Dat had best gekund, omdat hij zoiets wel begrijpt. Er even over praten maakt het meteen minder zwaar en ook minder waarschijnlijk. Kort na dit moment stapt Ilya op. Het gevoel dat er iets goed mis is, blijft door mijn hoofd spoken. Wie weet is dit mijn laatste zomer. Wat zou ik, als ik dood ben, heimwee hebben naar het leven.

's Nachts droom ik over de eerste algemene personeelsvergadering. Het is de bedoeling dat ik daar en plein public vertel wat er met mij aan de hand is en waarom ik niet op school zal komen. Als ik aan de beurt ben, weet ik niet meer wat er ook alweer aan de hand was.

\*\*\*\*\*

De volgende medische horde van deze week is het kennismakingsgesprek met de chirurg, samen met Nadine. Thomas is mee. Nadine laat ons binnen in de Nijntje-sprekkamer. We zitten daar al een flinke tijd, als ze komt vertellen dat de chirurg zo druk is dat hij voorlopig niet kan komen. Op de monitor toont ze de binnengekomen MRI-scan. Die geeft geen nieuwe inzichten wat betreft de tumor. Wat wel opvalt, is dat de linkerborst met de tumor veel meer melkklierweefsel bevat dan de rechter, terwijl normaal gesproken beide borsten wat dit betreft symmetrisch zijn. Dat wil ze nog even nader laten onderzoeken door de radioloog. Ik mag dus terug naar de afdeling radiologie om een echo te laten maken. De assistente legt me weer op de tafel waarop ik ruim anderhalve week geleden een tijdje op de radiologe heb liggen wachten. Ik ben een teller en weet nog uit hoeveel delen het systeemplafond bestaat. Ik check of het nog klopt. Hoewel ik benieuwd ben naar de uitslag van dit onderzoek, ben ik gelukkig niet zenuwachtig. De radiologe van dienst is dezelfde die mij vorige week het slechte nieuws heeft gebracht en die ik met man en kinderen in het park tegenkwam. Ze maakt daar nog een vriendelijke opmerking over. Deze keer maakt ze een echo van de hele borst, waarvan

ze tekens een onderdeel vergelijkt met hetzelfde onderdeel in de andere borst. Zoals eerder de MRI laat ook de echo zien dat het weefsel in de twee borsten van elkaar verschilt. De radiologe kan daar geen chocola van maken. Ze heeft haar huiswerk gedaan door bij het bevolkingsonderzoek de röntgenfoto's van de afgelopen jaren op te vragen. Na de overgang wordt het melkklierweefsel vervangen door vetweefsel. Haar conclusie is dat dit proces in de rechterborst veel sneller is gegaan dan in de linker. Dat is gewoon, maar lijkt haar verder onschuldig. Ze acht het niet nodig het verder te laten onderzoeken. Ik hoop dat ze gelijk heeft.

Volgens afspraak melden we ons bij de afdeling chirurgie. We zitten een tijd in de wachtkamer als de chirurg ons zelf een hand komt geven en 'dokter ... ' zegt. De naam versta ik niet en weet ik ook niet meer. Ik vind het altijd raar dat een dokter zichzelf voorstelt als dokter. Ik stel mezelf op school ook niet voor als 'docent. ...' Dokter ... meldt dat hij tot zijn spijt nog steeds druk is, maar dat het nu echt niet lang meer zal duren. Wij hebben de tijd en pakken nog maar een beduimd tijdschrift van de leestafel. Na zo'n tien minuten roept Nadine ons binnen, waarna ze weer verdwijnt. Ik zit me weer een poosje te verbazen over het interieur van het kamertje. Dan is het toch zo ver. Nadine komt binnen met de chirurg. Ze heeft hoog over hem opgegeven: hij heeft haar hier opgeleid. Hij bespreekt kort en zakelijk de diagnose en het geplande scenario, als een echte dokter-dokter. Professioneel vriendelijk, maar vooral snel en efficiënt. Snel wil hij ook nog even de tumor en de lymfeklieren voelen. Ik zeg dat de tumor blijkbaar in korte tijd gegroeid is en vraag of dat slecht nieuws is. Zijn antwoord luidt: 'We zien natuurlijk liever tumoren die zich traag ontwikkelen, maar daar staat tegenover dat snel groeiende tumoren meestal goed reageren op de chemokuren.' Een medisch antwoord waarmee je alle kanten op kunt: het is allemaal niet best, maar toch ook weer een beetje wel.

Inmiddels loopt mijn mailbox vol met hartelijke reacties van schoonzussen en zwagers die allen zijn geschrokken van mijn bericht en mij sterke wensen. Wijlen mijn schoonvader was zoals gezegd huisarts en vervulde die rol ook binnen het gezin. Waarschijnlijk is dat de reden waarom leden van Thomas' gezin zich bij een kwaal nog altijd het liefst te wenden tot een medisch onderlegd familielid. Het verbaast mij dan ook niet dat