

Aan m'n zolen en andere ongemakken

Martin de Jong

Aan m'n zolen en andere ongemakken

2018

www.buisdorp.com
Een Buisdorps Boek

Eerder verschenen

Zoute griotten speciaal 2013

Tijd voor stampij 2013

De mooiste dag tot nu toe 2014

Literaire giller 2014

Sabbatical 2014

Duizend korte columns 2015

Berichten uit Buisdorp 2015

Radio Buisdorp 2015

Soep 2016

De mafste week tot nu toe 2016

Aan de hand en andere aandoeningen 2017

Schrijverij 2017

In voorbereiding

Een soort ding

Romkom

Achter de muziek aan

Livia

Zie voor voorlopige voorpublicaties www.buisdorp.com

Copyright © 2018 Martin de Jong

Omslagillustratie © 2018 Irene Mulder / LGB produkties /
www.irenemulder.nl

Vormgeving binnenwerk Martin de Jong

Auteursfoto Esther Lammers

ISBN 9789463421263

NUR 303

Aan m'n zolen	7
Een lang weekend	11
Op herhaling	19
Renovatiefase een	26
Oerblogs	40
Wild geraas	50
Opperapen	54
Facebookflodders 2010	58
Buchmessebusreis 2004	60
Nippen en klokken	66
Facebookflodders 2011	73
Verrespraak	78
Spelen met vuur	85
Automobiel	88
Facebookflodders 2012	94
Bijtijzers	98
Werken	102
Oorziek	105
Facebookflodders 2013	118
Schoolsentiment	122
Zorgenmoeder	127
Facebookflodders 2014	130
Geldzaken	136
Nachtmerrie	141
Facebookflodders 2015	143
Zelf koken	152
Grote malheur	156
Cinefiel	158
Facebookflodders 2016	165
Bij de notaris	174
Kaartjes kopen	176
Engeland gevaren	178
Facebookflodders 2017	184
Aardbeien	196
Renovatiefase twee	201
Nazorg	214
Uit	224
Back on the road	229

Aan m'n zolen

Het was natuurlijk al veel langer aan de gang maar het begon ermee dat ik op bed dvd lag te kijken of lag te eten of op bed onder het eten dvd lag te kijken. In zo'n situatie draag ik doorgaans geen sokken, en daardoor viel het me op een middag op dat er zich onder mijn linkervoet een bobbel bevond, die zichtbaar geworden was toen ik om doorlig-verschijnselen te voorkomen de betreffende voet op de rechterknie had gelegd.

Vijf jaar voordien had ik iets dergelijks aan de hand gehad, nu had ik het aan m'n zool!

Het menselijk lichaam is beperkt houdbaar: als je zoals ik maar lang genoeg blijft leven, begin je uit elkaar te vallen, wat je alleen kunt voorkomen door voor het zover is onder de tram te komen of het slachtoffer te worden van een afrekening in de onderwereld of de bovenwereld.

Ik had niet alleen te maken gekregen met verschijnselen inherent aan het klimmen der jaren: als kind al vertoonde ik gebreken die mogelijk constructiefouten waren.

Toen de puberteit me in de greep had gekregen groeiden er twee ongenode wratten. Eentje zat er in de nek, hij hing een beetje los. Ik trok er wel eens aan om te zien of ik er op die manier van af kon komen; uiteindelijk knipte ik hem los met een nagelschaartje, dat zo toch nog van pas kwam (mijn vingernagels hield ik met bijten kort). Nadat er wat jodium was aangebracht verdween de nekwrat voorgoed uit mijn leven. (Als variant op afknippen zou ik de methodiek van Pietje Bell geprobeerd kunnen hebben, die een touwtje bond aan de wrat op de neus van zijn tante Cato. Dat was in elk geval een lachsucces.)

Ook zat er een op de linkerhandpalm. Een rare die je niet los kon knippen maar waar je wel met een pincet in kon peuren om althans de zwarte pitjes die erin zaten weg te wippen. Mijn oma meende dat je met een tuinboon over wratten

moest wrijven om ze op de vlucht te doen slaan maar medisch verantwoord was de wrattentinctuur die ik met goed gevolg inzette: nadien heb ik geen wratten meer meege maakt.

De puberteit bracht niet alleen wratten maar ook jeugdpuistjes, die verband schenen te houden met ontluikende viriliteit maar die ik desondanks als ongewenst ervoer. Alsof de ontluikende viriliteit al niet genoeg in de weg gezeten werd door het onthutsende ondergoed dat jongens in die tijd droegen en dat ongelooflijk maar waar tot boven de navel reikte.

Op elke gedachte aan lichamelijke omgang met begeerde voortbrengselen van het tegengestelde geslacht volgde het besef dat dan dat ondergoed aan de oppervlakte zou komen – het was al een opgaaftje bij een gymles ten overstaan van soortgenoten te moeten omkleden. Ze waren als je een schone aantrok wit maar dat een week later niet meer egaal, en je benijdde je moeder niet, die ze op de hand moest wassen.

Via een verwijsbrief van de huisarts kwam ik onder behandeling van een in dezen deskundige huidarts, die zalven voorschreef die weinig tot niets uitrichtten tegen de krentensik: de puberteit was een geduchte tegenstander (wellicht zou chemische castratie geholpen hebben). Ik moet desondanks heilig in de zalven geloofd hebben want toen we met de examenklas van de mavo een reisje naar Londen ondernamen ging er een potje mee.

Verder had ik van de puberteit geen last. Integendeel, zou ik haast zeggen. Ik was me als een bezetene aan het voortplanten, in dromen die nat genoemd werden en dat ook waren. Net als ik lekker bezig was werd ik wakker en moest dan om mijn moeder niet met nog meer reinigingswerk op te zadelen het tevoorschijn gekomen zaad zien te verwijderen. Dat lukte enigszins met wc-papier, zodat ik op den duur ging slapen met alvast wc-papier in mijn onderbroek opgeborgen.

Als je op die leeftijd bent beschik je over een enorme vuurkracht waardoor je wanneer je het heft in eigen hand genomen hebt met een ontlading je voorhoofd kunt raken.

(Als je de vijftig gepasseerd bent raak je dat alleen nog als je vuist is uitgeschoten, zo is uit onderzoek gebleken.)

Een leuke tijd, de puberteit.

Maar nu was er die bobbel onder de voet, die ik de volgende dag aan de huisarts voorlegde, waarbij ik het vermoeden uitsprak dat het een nieuwe manifestatie was van de ziekte van Dupuytren die zich in mijn linkerhand genesteld had.

Nee, zij dacht van niet. Maar bij een eerder uitgesproken vermoeden had zij er ook naast gezeten. Dat was een bobbel-tje in de hals geweest, een soort luchtbel waar zij dit of dat in zag.

(Ik geloof dat ik aanleg heb voor het krijgen van bobbel en bulten. Er ontstond lang geleden in het bovenste linker-ooglid een bultje, daarvoor werd ik verwezen naar het ooglijdersgesticht. De arts lichtte met een instrument het ooglid op en wroette vrolijk rond, wat mij grote angst aanjoeg. Als het bultje niet vanzelf verdwenen was zou ik het hebben laten zitten, om verder vrolijk wroeten te vermijden.)

Er werd een echo van het halsbobbel-tje gemaakt door een zeer onsympathieke genezer, die zei dat hij niets kon ontdekken. Niet omdat er iets aan zijn waarnemingsvermogen schortte maar omdat er op de apparatuur niets te zien was. Hij wekte de indruk dat hij meer te doen had dan zich met mij bezighouden (druk! druk! druk!) dus ik vroeg maar niet of hij zijn oordeel wilde toelichten.

Ditmaal wilde ik liever dat een andere arts een echo maakte en daarom belde ik een ander ziekenhuis om een afspraak te maken. Maar in Den Haag zweren de ziekenhuizen samen, dus ook nu kwam ik op de Leyweg terecht.

Het waren tegenwoordig doolhoven, meubelboulevards leken het wel. Bij de ingang vroeg ik aan een dame die daar stond: 'Bent u een wegwijzer?' Ze gaf het toe. Ik had opgeschreven dat ik Route 30.1 moest hebben, de wegwijzeres meende dat die naar de derde etage voerde, de afdeling Cardiologie, die me niet de juiste leek.

Toen ik zei waar ik voor gekomen was stelde ze Route B0.1 voor, die het natuurlijk ook kon zijn – een dokters-

handschrift, het mijne.

Ik liep onder het bord Route B0.1 door en kwam zo in het restaurant terecht. Naast het restaurant, dat ik weer verlaten had, ontdekte ik een balie en het was nog de balie die ik hebben moest ook. Ik ontving een kaartje met daarop aangegeven mijn bestemming.

Volg borden route FO.1.

Bij de balie Radiologie hoeft u zich niet te melden. U mag direct plaatsnemen in wachtkamer A. De laborant(e) haalt u daar op.

De richtingaanwijzing volgend kwam ik waar ik mogelijk wezen moest, en ging daar voor de zekerheid vragen of wachtkamer A wel hetzelfde was als wachtruimte A waar op het bord boven de ingang sprake van was. (Komt allemaal van de zenuwen, die ik graag op anderen overdraag.)

De arts die ik ditmaal trof was goedgehumid en hij zag meteen dat het de voetvariant van Dupuytren was, mijn bobbel. Zie je wel, ik wist het beter dan de huisarts. In de voetvariant heette het de ziekte van Ledderhose.

Mooi, dan leed ik daar ook aan.

Twee bobbel maar liefst, werden er gespot.

‘Een tweeling!’ zei ik lollig, want ik had aan de ziekte van Dupuytren gemerkt dat die tot nu toe onschuldig was.

De arts echode omdat hij toch bezig was de rechtersvoet-holte.

‘Daar zit er ook een.’

En hij had een uitsmijter op zijn repertoire.

‘Het kan in de hand voorkomen, onder de voet en op de penis.’

Er is dus nog iets om naar uit te kijken.

Een lang weekend

Vrijdag. Dat ik uitslaap is voor de katten onbespreekbaar en daarom sta ik zoals zo vaak om zes uur op. Een uur later ga ik hardlopen – slechts een kwartier, wat ondermaats is voor een voormalig marathonloper maar er volgt later op de dag nog een fietsing naar Delft, dus met de conditie zit het waarschijnlijk wel goed.

Na de avondspits vertrek ik voor een reis van 140 kilometer naar Apeldoorn, waar ik voor het eerst van ons leven bij mijn vriendin een lang weekend zal doorbrengen.

Ik kom niet met lege handen bij haar aan want tussen de stoelen en de achterbank bevindt zich de step die van Esther geweest is. Na haar overlijden, vijf jaar geleden, was het de bedoeling dat die in bezit zou komen van haar laatste vriend Sander, te gebruiken door diens zoontje als dat in de vakantie overkwam uit Spanje. Maar Sander is nooit voor de step aan de deur gekomen – wel werd hij een jaar of wat geleden vader van een tweede zoontje, dat binnen de landsgrenzen opgroeit maar nog te jong is voor een step.

Omdat er een rem op zat die het niet deed had ik de step voor een onderhoudsbeurt naar de fietsenmaker gebracht die de remkabel verving en een snelheidsmeter aanlegde.

Toen vriendin een paar weken geleden voor het eerst van ons leven een lang weekend bij mij logeerde had ik haar de step getoond, die zij wel geschikt vond voor haar zoontje.

Nu moet ik nog een bestemming zien te vinden voor de fiets die van Esther was en die zij kocht in de tijd dat mijn moeder de dood nabij was, zomer 2009.

Vriendin is ingenomen met de step, haar zoontje, dat momenteel bij zijn vader verblijft, zal dat ongetwijfeld ook zijn. De maaltijd die wij genieten wordt aan huis gebracht, een dienstverlening die ze dus ook in Gelderland kennen, in Apeldoorn althans.

We eten gezeten op de bank. Nadat deze klus geklaard is

verricht vriendin een aantal technische handelingen waardoor de zitbank transformeert in een slaapbank, hopla!

Het multifunctionele meubel blijkt niet alleen bruikbaar te zijn om op te zitten of te slapen.

Hopla! Hopla hopla! Hopla hopla hopla!

Het duurt een tijd voordat ik in slaap kom want het hare is een vreemd bed (niet om te bouwen tot bank) en in plaats van de gebruikelijke katten ligt vriendin naast me.

Toch ben ik de volgende ochtend als eerste wakker.

Zaterdag. Het zal een gevulde dag worden: we vertrekken tegen tien naar de Apenheul, ik in mijn auto achter de hare aan. Vriendin gaat me voor naar een gratis parkeergelegenheid een eindje van de Apenheul vandaan. De wandeling derwaarts voert langs een terrein waar zich wilde zwijnen ophouden.

Een houten afscheiding voorkomt dat die hun terrein verlaten maar dat stelt me nauwelijks gerust want het bijvoeglijke ‘wilde’ bij ‘zwijnen’ geeft me te denken. Welke snelheid zouden die fotogenieke beesten weten te ontwikkelen als ze massaal door de afscheiding heen denderden? Was dan als bij zinkende schepen toepasbaar het gezegde: ‘vrouwen en vriendinnen eerst’ als het aankwam op het bieden van bescherming, in dit geval het opvangen van de eerste happen?

Toen Esther op mijn verjaardag uitvoer zat mijn zus op de Veluwe in een huisje, met haar honden. Voor de begrafenis kwam zij naar Beverwijk gereden, met als voorlopig verjaarscadeau een zakje bevattende zogenoemde *zwienenkeutels* die geen gedesinfecteerde ontlasting bleken te zijn maar eetbare chocoladetruffels – zwijnen zijn hier een hele industrie.

Hoewel de originele *Planet of the Apes* een geliefde film is en *De Apekermis* een van mijn favoriete *Suske en Wiske*s en er in het graag geziene *Daktari* een tamme aap meedeed, heb ik de Apenheul nooit eerder bezocht.

Het blijkt een soort Jurassic Park zonder dodelijke dieren te zijn, waar ze op dit moment, mezelf niet meegerekend,

achtendertig verschillende apensoorten hebben rondlopen. Dat wil zeggen: de meest enorme primaten onder hen lopen niet vrij rond maar kunnen wel bekeken worden als zij op een eilandje van voedsel voorzien worden.

Van voedsel voorzien vriendin en ik onszelf ook, waarbij er tijdens de pauzes die we inlassen voor ons meer variatie is weggelegd: beiden een sandwich oerbrood kaas, de een een saucijzenbroodje, de ander een gevulde koek en ieder tweemaal cappuccino.

Dat zijn alles bij elkaar nogal wat calorieën, maar we lopen vier uur lang tussen de apen, dan mag dat wel voor een keer.

Behalve aan consumpties is er geld uit te geven aan lectuur: voor een prikkie (10 euro) koop ik *Apen van de wereld*, waarmee ik als het van lezen wil komen alles over deze dieren te weten kan komen want ‘dit overweldigende standaardwerk blinkt uit in zowel beschrijvingen als illustraties’ – en dat zal tijd worden ook want ik had nog nooit gehoord van het bestaan van onder meer de Sumatraanse zwartkuiflangoer, zo realiseer ik mij bij het doorbladeren.

Als we na die vier uur plus aan rustpauzes bestede tijd de Apenheul verlaten en nog een keer langs de wilde zwijnen zijn gelopen rijd ik niet achter vriendin aan naar haar woning maar naar Den Haag.

Bij de beide bezoeken die ik aan de Buchmesse bracht was alleen poes Duimpie in huis geweest, ik liet voor haar een hoeveelheid brokjes achter waarmee ze zich wel drie dagen zou weten te redden. Maar nu behoren Aagje en Huig tot het huishouden en ik vreesde dat Huig zich de gehele voedselvoorraad eigen zou maken, en dat Aagje daardoor onvoldoende binnenkreeg en weggeteerd zou zijn als ik me maandag pas weer zou laten zien.

Nadat ik aan beide brokjes heb verstrekt ga ik op bed liggen voor een korte rusting; daarna weer op pad, met een aantal dvd's die vanavond het bekijken wellicht waard zijn.

En zo zien we nadat we op de slaap-/zitbank gezeten gedineerd hebben en er rode wijn bij gedronken hebben *Don't Look Now*.

Ditmaal kom ik wat sneller in slaap, dat is wel prettig. Ik word wederom eerder wakker dan vriendin, voor wie het bed vertrouwd is, afgezien van de aanhankelijke snoeshaan naast haar.

Zondag. Om haar niet nodeloos te wekken verlaat ik behoedzaam het bed. Ik maak gebruik van het toilet en neem een douche. Vriendin is als ik uit de doucheruimte kom aan het ontwaken, het lijkt me wel gezellig om nog even tegen haar aan te gaan liggen – dat lijkt het haar gelukkig ook.

Van nature ben ik geen bedhopper en het is dan ook de eerste keer dat het gebeurt. Als ik de ogen open lig ik in een ander bed.

Een ziekenhuisbed.

Aan het bed staat mijn zus en ook een onbekend iemand. Omdat ik niet erg bij mijn positieven ben heb ik wat zich heeft voorgedaan met terugwerkende kracht van hen moeten vernemen.

Ik schijn mijn zus gevraagd te hebben wie die onbekende ander aan mijn bed was en zij zei toen: ‘Dat is je vriendin,’ waarop ik zei dat het wel fijn was dat zij dat was – dus ook weer niet helemaal van de wereld.

Maar toch wel behoorlijk – en geen wonder, zo bleek uit het ooggetuigeverslag.

Toen ik na het douchen gezellig tegen ontwakende vriendin aan gekropen was deed er zich zorgwekkende ongezondheid voor: ik kreeg een epileptische aanval. Daarna lag ik met geopende ogen bewegingloos in bed, vriendin overwoog te proberen mij weer op gang te krijgen door reanimatie toe te passen – het was een opluchting dat ik voordat zij daarmee van start ging nog zo’n aanval kreeg. Om het feest compleet te maken beet ik daarbij krachtig op mijn tong in, wat een enorme hoeveelheid bloed gaf die in het bed terechtwam.

Het werd een waar bloedbad (wie daar aardigheid in heeft moet zelf maar de woordspeling *bloedbed* maken, ik waag me daar niet aan).

Vriendin bestelde via 1-1-2 een ambulance, die niet op

korte termijn voorreed. Dat gebeurde pas nadat zij nog een keer gebeld had: het bleek dat de eerdere ambulance naar haar vorige adres was gereden.

In de ambulance kreeg ik epileptische aanval nummer drie, in het ziekenhuis werd vastgesteld dat ik een hersenbloeding had meegemaakt die de epileptische aanvallen veroorzaakt had.

Juist. Op die manier. Gezellig.

En zo lig ik op deze zondagochtend in het Gelre Ziekenhuis, met totdat het middagbezoek voorbij is mijn zus en vriendin aan het bed, en 's avonds vriendin weer. Ik zal hier niet meteen kunnen vertrekken maar de katten zijn dankzij mijn zus verzekerd van voedsel.

De hersenbloeding heeft niet geleid tot uitval van lichaamsfuncties, maar het geheugen doet het niet helemaal meer. Dat is voor wat betreft wat er gebeurde tussen het tegen vriendin aan gaan liggen en in het ziekenhuisbed bij kennis komen zelfs geheel afwezig.

De eerste uren ben ik nogal in de war.

Ik lig aan het infuus, zoals dat geloof ik heet. En er zit iets aan een vinger van mijn linkerhand, bevestigd als een wasknijper, met een snoer eraan. Waar zou dat voor zijn? En waar zou het infuus voor zijn, als het een infuus is?

In het bed tegenover me ligt een man die een voormalig schooldirecteur is, zevenentachtig jaar oud. Ik weet niet wat hem scheelt, ik denk dat hij ziek is.

Ik kan en mag het bed verlaten om, vergezeld van het verwijdbare infuus, me te gaan wassen en voor toiletbezoek – vooral dat laatste is prettig want in bed gewassen worden kan ik nog wel hebben, van de inzet van een ondersteek ben ik minder een voorstander, met name wanneer derden dan het toiletpapier hanteren, wat me voor die derden trouwens ook geen bekroning van de werkdag lijkt.

Maandag. Er is medisch bezoek: een arts die een contingent jeugdige verpleegkundigen of verpleegkundigen in opleiding bij zijn ronde betreft. Hij blijkt net als ik uit Den Haag afkomstig te zijn en is op de hoogte van de bijnamen die de

volksmond aan de ziekenhuizen Leyenburg en Westeinde heeft toegekend: *Lijkenburg* en *Uiteinde*.

Voor intimi is zoiets reuze amusant maar de meegekomen verpleegkundigen (in opleiding) vertrekken geen spier.

Ik word aan het werk gezet door een fysiotherapeute die al snel op mijn zenuwen werkt. Soms heb ik dat met mensen. Ooit konden we op het werk tegen een schappelijke vergoeding ontspannende stoelmassage ondergaan. Een keer werd die verzorgd door een dame die onophoudelijk rustgevend taal uitkraamde waar ik zo onrustig en woedend van werd dat het weinig scheelde of ik was haar aangevlogen. Alle agressie die in mij sliep had masseerde zij wakker.

De fysiotherapeute laat me oefeningen doen en stelt vast dat ik in mijn ene arm meer kracht heb dan in mijn andere.

Nou ja. Waar bemoeit dat mens zich mee? Het zijn toch zeker *mijn* armen! En wat heeft het voor zin dat ik een bal opvang en terugwerp?

's Middags komt mijn zus langs, Hans is meegekomen, ze hebben gecarpoold. Hij had toen ze hem per mail ingelicht had per kerende mail zijn bezorgdheid geuit: 'Het eerste wat ik dacht: zou een relatie wel gezond zijn voor hem?'

Over bezoek heb ik niet te klagen: 's avonds is vriendin er. Ik heb het met haar getroffen maar betwijfel of dat voor haar ook met betrekking tot mij geldt, want je zult maar moeten meemaken wat zij moest meemaken toen ze me in huis haalde.

Ik had geluk gehad dat de hersenbloeding en de eerste twee epileptische aanvallen zich in haar bed voordeden en niet toen ik in de auto naar huis of daarvandaan naar Apeldoorn zat want dan was het niet goed afgelopen en ik een onderwerp in het Journaal geworden.

Het had ook in de Apenheul kunnen gebeuren dat ik epileptisch schuddend op de grond was komen te liggen terwijl een massa *maki's* enthousiast mijn voorbeeld volgde: *a whole lotta shakin' goin' on*, in de woorden van Jerry Lee Lewis.

Mijn eetzin is afgenomen door de stukgebeten tong, die maakt dat ik enigszins lallend praat en die nog onvoldoende

hersteld is om gretig in een boterham of in wat dan ook te kunnen bijten. Dat is jammer, want als je niet kieskeurig bent kun je hier voortreffelijk eten, zo maak ik op uit het verstrekte magazine *Welkom in gelre* van mei 2016.

Alleen het ontbijt al: volkorenbrood, bruinbrood, witbrood, beschuit, knäckebröd en ontbijtkoek, te besmeren met roomboter, halvarine of dieetmargarine (of een combinatie daarvan, neem ik aan, we leven in een vrij land), en daar weer overheen vleesbeleg, kaasbeleg of zoet beleg, plus nog een assortiment aan pap en fruit, muesli, tomaat, gekookt ei (alleen op zondag), dat alles weg te spoelen met melk, karnemelk, koffie, thee, vruchtensap, chocolademelk en/of limonade.

Martin begint zich een beetje te vervelen.

Dinsdag. Ik ben aardig de oude aan het worden want vannacht heb ik een verpleger tot de orde geroepen. Hij kwam om de zoveel tijd zien of op de zaal alles naar wens verliep en liet elke keer bij zijn vertrek de deur met een klap dichtvallen, waar ik dan wakker van werd: de laatste keer dat dit gebeurde schreeuwde ik hem na dat hij zulks voortaan uit zijn hoofd moest laten.

De medische wetenschap is nog niet met me klaar: er wordt een scan gemaakt van het hoofdinwendige en een echo van buik/maag en longen, de laatste om te zien of daar wellicht gekkigheid gaande is.

Een groot deel van de dag lees ik in *De vloek van het oerwoud* van Preston & Child dat vriendin voor me heeft meegenomen, tezamen met twee Nederlandstalige Agatha Christies en een Engelstalige George Gently detective. Ze komt tweemaal op bezoek, het is ook hier fijn om in haar nabijheid te zijn.

Bij het avondbezoek gaan we beneden zitten, waar ik het nodige snoep – dat mag ook wel eens, en bovendien is mijn tong voldoende hersteld om dat mogelijk te maken.

Ze hadden elkaar niet eerder ontmoet, vriendin en zus. Toen ik van de wereld was geraakt had vriendin in de mobiele telefoon die van Esther was geweest het nummer

van mijn zus gevonden, behalve dat van de bibliotheek het enige dat erin stond, en haar zo kunnen alarmeren. Ze vraagt wat mijn zus van haar gevonden had. Die had me haar oordeel over vriendin niet gegeven, dus als ik haar 's avonds bel vraag ik ernaar. Ik ben zelf ook benieuwd.

‘Dat is wel goed voor jou, een wijze, verstandige vrouw,’ is mijn zus van mening.

Woensdag. Ik word vroeg wakker. Na het douchen vervolg ik het lezen en kan dat bij gebrek aan middagbezoek vrijwel ononderbroken blijven doen.

De fysiotherapeute heeft weer wat bedacht. Ik moet op de computer Word in werking stellen en op internet wat opzoeken, dat is zonde van mijn leestijd maar vergt niet veel inspanning en is minder infantiel dan dat ballenwerpen.

In de loop van de middag komt mijn zus aan om aanwezig te zijn bij het gesprek met de arts. Alle onderzoeken die gedaan zijn (inclusief het bloedonderzoek) hadden een gunstige uitkomst.

Ik mag afgemarcheerd worden, voorzien van een voorraadjie medicijnen, onder voorwaarde dat ik rustig aan zal doen, de medicijnen trouw slik en door mensen om mij heen in de gaten word gehouden. Ze hadden me wat druk gevonden maar dat was volgens mijn zus *same old, same old*.

Ik haal uit de doucheruimte mijn scheerapparaat, tandenborstel en tandpasta, en ook een halfvolle (ik blijf een optimist) tevens aanwezige tube Oral-B tandpasta want die zal iemand vergeten zijn. Ook worden er gele anti-slipsokken achterovergedrukt: thuis heb ik geen zeil op de vloer maar sokken komen altijd van pas en geel is een blitse kleur.

Door mijn zus word ik naar huis gereden, en daarmee komt er een einde aan een langer dan gepland en anders dan bedoeld ingevuld lang weekend.

Op herhaling

Donderdag. Ben de nacht goed doorgekomen, zonder medisch of ander toezicht, en sta omstreeks acht uur op.

In het ziekenhuis heb ik een voorraad medicijnen ontvangen die ervoor moeten zorgen dat zich niet opnieuw een epileptisch insult voordoet: Natriumvalproaat chrono 500 – chrono 500, dat klinkt bijna als een motorfiets. Vroem!

Op het *Ontslagrecept* is te lezen wat ik zoal toegediend heb gekregen. Bij de opname ging er op voorschrift van de neuroloog een metoclopramide zetpil in (dat werkje zal hij gedelegeerd hebben aan een stagiaire), wat blijkens de wat onnozel aandoende toelichting rectaal geschiedde.

(‘Ik had ze net zo goed in mijn reet kunnen stoppen,’ zoals de clou luidde van de mop van de man die klaagde dat de zetpillen tegen aambeien die de dokter voorgeschreven had niet geholpen hadden.)

Bovendien ging er intraveneus (als het goed geschreven is en ik het goed overschrijf) clonazepam injopl conc naar binnen, en vanaf de volgende dag driemaal daags door de mond een fenytoinezuurtablet, tweemaal daags een valproinezuurtablet en even vaak een depakine chronotablet.

Het is me allemaal goed gekomen, heb ik het idee.

Behalve het polsbandje met erop mijn naam, geboortedatum en een barcode waaraan ik in het Gelre (en als ik daaruit verward was weggelopen) herkenbaar moest zijn heb ik een folder meegenomen met informatie voor mensen die een hersenbloeding hebben opgelopen.

Daarbij ‘scheurt of knapt een bloedvat in de hersenen. Bloed hoopt zich op in de hersenen. Hierdoor ontstaat te veel druk op het hersenweefsel, waardoor een deel van de hersenen te weinig of geen zuurstof krijgt.’

Dat is allemaal goed en wel, maar waarom is er voorop een oude man afgebeeld die hand in hand met een oude vrouw aan de wandel is, aan de lijn een hond bij wie de tong

uit de bek hangt? Een hersenbloeding is toch al niet sexy, daar hoeven voor mij geen deprimerende familieomstandigheden aan toegevoegd te worden. (Wel goed dat ze geen foto hadden gebruikt waarop niet alleen de hond maar ook de patiënt de tong uit de bek liet hangen.)

Ik heb een brief ontvangen bestemd voor Revalidatie Centrum Sophia afdeling fysiotherapie waarin ik het allemaal nog eens kan nalezen, zoals de conclusie van de fysiotherapeute (uit oogpunt van authenticiteit is de interpunctie overgenomen en zijn verschrijvingen ongemoeid gelaten).

1. 3x gegeneraliseerd insult, niet bekend met epilepsie

2. frontale bloeding L, dd vaatmalformatie, idiopathisch (maligniteit voldoende uitgesloten) waarbij enige cognitieve problemen (concentratie, impulsiviteit)

Ook moet om de een of andere reden de geadresseerde in kennis gesteld te worden mijn privédoen en -laten.

Sociale anamnese: alleenwonend, heeft vriendin sinds 6 w in Apeldoorn, journalist den Haag

Intoxicatie: rookte sigaren tot 1 jaar geleden (vroeger sigaretten).

Nou ja! Sigaretten rookte ik rond mijn twintigste en daarna nooit meer! Bijna veertig jaar geleden! En zonder te inhaleren! (Omdat ik ze wel cool vond staan, die bruine Time en Dumont, regulier of menthol – ik had toen ook korte tijd een baard die nergens naar leek.)

Er wordt hier gesuggereerd dat ik voordat ik een jaar geleden met sigarenroken stopte een verstokt sigarettenroker was geweest! Als onverhoopt het elektronisch patiëntendossier gehackt wordt komt dat allemaal op straat te liggen of via WikiLeaks in een baan om de aarde! En als ik in het aanzicht van de dood een levensverzekering wil afsluiten zal daar wegens mijn medisch vastgelegde rookverslaving geen verzekeraar voor te vinden zijn!

De ergotherapie constateerde dat patiënt met name snel en impulsief handeld, ook enige problemen met geheugen. Deze klachten verbeteren tijdens opname iets en patiënt kon veilig naar huis worden ontslagen met de afspraak dat zijn zus vinger aan de pols houdt en regelmatig langs gaat. Die

revalidatie-arts kwam in consult en adviseerde verwijzing voor poliklinische revalidatie in Den Haag (Sophia revalidatie) met speed.

Nou, nou, nou. Het is fraai, ik kan niet anders zeggen.

Als mijn zus mij om de vinger aan de pols te houden opbelt kan ik haar vertellen dat ik me goed voel en dat ik prima geslapen heb. Voordat ik was gaan slapen had ik een minuut of vijftig gezien van de film *The In-laws* (de oorspronkelijke versie uit 1979, uiteraard, met Peter Falk en Alan Arkin, niet de verschrikkelijke remake uit 2003).

Het weer had vandaag beter gekund, het is regenachtig als ik na het zien van het restant van de film de deur uitga om bij de bibliotheek twee dvd's te retourneren en bij Albert Heijn boodschappen te doen.

Nadat er met vriendin wat mailverkeer geweest is meldt om halfeen Hans zich voor een uurtje als gebruikelijk gezellige klets, waarna hij op weg gaat om het inzingen van zijn cd te vervolgen.

Zelf ga ik een poosje slapen, daarna zie ik een film van Roy Andersson, *You the Living*. Ik bereid een raviolimaaltijd die me smaakt, zij het dat ik wegens de nog altijd wat geblleseerde tong vooral rechts eet.

Op Facebook heb ik een berichtje gewijd aan mijn ongemak, wat meelevende reacties tot gevolg heeft. Niki laat aansluitend op haar beterschapswensing weten dat ze volgende week in gezinsverband naar de Veluwe vertrekt en dan staat ook de Apenheul op het programma. (Benieuwd of de hond toegelaten wordt.)

Het is kwart over zeven geworden als ik aan de volgende Roy Andersson begin: *A Pigeon sat on a Branch reflecting on Existence*, onlangs voordelig op dvd verworven en eerder voor in het Filmhuis geweest.

Voordat ik de film helemaal gezien heb gebeuren er rare dingen. Vriendin belt als ik lig te kijken en ik zeg tegen haar dat ik mijn pilletje ga innemen – maar doe ik dat ook?

In tegenstelling tot in Apeldoorn maak ik wat me overkomt bewust mee. Als ik wil opstaan lukt het me niet overeind te komen, alsof er aan me getrokken wordt om dat te

verhinderen: mijn linkerkant komt niet van het bed los.

Als het me uiteindelijk gelukt is, is er het nodige gepasseerd. Op de grond in de buurt van het bed liggen dvd's verspreid die voorheen keurig opgestapeld hadden gelegen. Het televisietoestel staat niet langer op het ladekastje aan het voeteneinde maar ligt er een eindje vandaan op zijn kant.

Hoe ik het apparaat van zijn plaats heb gekregen (en waarom ik dat deed) is een raadsel: alleen al omdat het uit 2001 stammende toestel, met een diameter van 82 centimeter, loodzwaar is, het kostte destijds grote moeite de doos solo de binnentrap op te krijgen, ik moest mijn toevlucht zoeken tot kantelen.

Hoe dan ook zal ik het gevaarte van zijn plaats getild hebben want als het van het ladekastje geduwd of geschopt was zou het daarbij averij hebben opgelopen en daar is niets van te zien.

Vrijdag. Om kwart voor tien belt mijn zus op. Ik zeg dat ik lag te slapen en me slaperig voel en dat is beide het geval.

Als de verbinding verbroken is ga ik naar beneden en daar op de bank liggen. De beide telefoons, de vaste en de mobiele, laat ik op bed liggen, zodat ik het niet in de gaten heb als vriendin rond het middaguur een sms stuurt en ook niet als mijn door haar gewaarschuwde zus opbelt.

Die begeeft zich vol zorgen naar mijn huis. Als ze aanbelt weet ik via de videofoon de portiekdeur voor haar te openen maar ik krijg het niet voor elkaar de hoorn weer aan de videofoon te bevestigen. Hoe ging dat ook alweer?

Ik verkeer in de veronderstelling dat ik in de Apenheul op mijn tong heb gebeten en ik weet niet of ik mijn pilletje heb ingenomen.

Als mijn zus zegt: 'Zullen we naar het ziekenhuis gaan?' zeg ik zonder tegenstribbelen: 'Dat is goed.'

En zo beland ik in Leyenburg (alias Lijkenburg), of zoals het tegenwoordig vanwege de schaalvergroting heet: Haga-Ziekenhuis locatie Leyweg.

Daar schiet mijn verbale uitdrukkingsvermogen tekort. Ik kom niet uit mijn woorden, geef op vragen verkeerde ant-

woorden, zie ik aan de reacties, en word daar zeer zenuwachtig van. Ik ben nog steeds zeer moe en heb spierpijn.

Onderzoek wijst uit dat ik niet opnieuw een hersenbloeding heb gehad maar waarschijnlijk wel een nieuwe epileptische aanval – mijn zus vermoedt dat ik sinds donderdagochtend geen pillen meer geslikt heb en dat zou best zo kunnen zijn.

Ik mag blijven slapen.

Zaterdag. Het gaat beter met me, heb ik het idee, maar mijn zus stelt vast dat ik nog steeds af en toe een gek antwoord geef als er wat gevraagd wordt en dat ik soms niet meteen weet wat er bedoeld wordt als iemand iets tegen me zegt.

Vriendin belt bezorgd op om te vragen hoe het gaat, hopelijk geef ik geen al te gek antwoord op die vraag en op andere vragen.

Zus en Hans komen 's middags op visite, Hans heeft een drietal nummers van het weekblad *Elsevier* meegenomen waar ik als hij vertrokken is onvoldoende concentratie voor kan opbrengen. Meer op mijn toestand toegesneden is de eveneens door Hans meegenomen editie van de anti-intellectuele strip *Dirkjan*, die dat overigens ook is als ik volledig bij zinnen ben.

Er komen twee geneesheren aan mijn bed. Als het goed is mag ik morgen naar huis. Het diner bestaat uit rijst met witte vis.

Zondag. In de ochtend lees ik de *Dirkjan* uit. Op het gebied van humor kan de verpleging er ook wat van, een verpleegster weet op alles wat iedereen zegt gevat te antwoorden. Ik heb liever dat ze dat laat, onophoudelijk leuk uit de hoek komen, maar als ik er wat van zeg komt daar waarschijnlijk een gevatheid op terug.

Een medepatiënt wil weten wat mij scheelt. Ik zeg dat er zich een epileptische aanval heeft voorgedaan. Hij vraagt waarom dat was, ik zeg dat ik dat niet weet. Dat vindt hij maar raar, dat ik dat niet weet. Van zichzelf weet hij wel de oorzaak van het ziektebeeld.

‘Bij mij was het de drank.’

(Leefde Simon Carmiggelt nog maar.)

In aanwezigheid van mijn zus heb ik een onderhoud met een van de artsen van gisteren. Dat ik hem toen zag heb ik onthouden, voor de rest is het met het geheugen matigjes gesteld, zoals blijkt uit de testjes die ik te doen krijg.

Hoe heette bijvoorbeeld wat er om mijn voeten zat? Ja, dat waren sokken – maar dat is nou net het woord waar ik niet op kan komen!

Er moet ook nog gerekend worden: terugtellen vanaf honderd in sprongen van zeven. Dus drieënnegentig, zesentachtig, negenzeventig – het duurt niet lang voordat ik me vertel maar dat is geen reden om me vast te houden: ik mag naar huis.

Daar ben ik op mijn onaardigst als blijkt dat mijn zus toen ik in het Gelre lag aan het schoonmaken was geslagen en daarbij twee lege verpakkingen Purina in de afvalbak had gedaan terwijl ik die apart gehouden had om aan de dierenarts te vragen welke soort (Senior 7+ of Indoor Formula) voor Aagje het beste was, nu zij op leeftijd was gekomen. En waarom had zij glas niet naar de glasbak gebracht en papier naar de papierbak?

Ik raak nog grommiger als ik het vervolgcrecept van de pillen niet kan vinden – dat heeft mijn zus meegenomen, zegt ze als zij zich aan het begin van de avond meldt om op Kijkduin Mexicaans te gaan eten, voor mij wordt het een hamburger.

De pillen, daar heb ik om nieuwe calamiteiten te voorkomen het volgende op bedacht: ze zitten twee aan twee in een strip. Ik moet er twee per dag innemen, dus ik noteer met een vette viltstift de dagen van de week erop en hoef alleen maar in de gaten te houden dat er voor het middaguur van de twee er een ingenomen is en als ik ga slapen de andere. Daarnaast zal ik zoals mijn moeder dat ook deed elke pil-inname schriftelijk vastleggen. Geen speld tussen te krijgen, hoop ik maar.

Sleutels zijn een ander punt van aandacht: de voordeur-sleutel steek ik na thuiskomst altijd aan de binnenkant in het