

**Verslaafd aan
oxycodon**

© Peggy Jansen, 2025

ISBN: 9789465261294

NUR: 320

Redactie: Sanne Visch, Pen & Inkt

Vormgever: Astrid Janse, BoekenGilde

Druk en uitgave: BoekenGilde

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.

Verslaafd aan oxycodon

*Dagboek van mijn val,
mijn strijd en mijn terugkeer
naar het normale leven*

PEGGY JANSEN

Juridische disclaimer

Hoewel dit boek gebaseerd is op waargebeurde feiten en mijn persoonlijke ervaringen, zijn bepaalde namen, gebeurtenissen, locaties en kenmerken van personen gewijzigd, samengevoegd of gefictionaliseerd om de privacy van betrokkenen te beschermen en het verhaal vloeiender te maken.

Eventuele overeenkomsten met levende of overleden personen berusten dan ook deels of volledig op toeval, tenzij uitdrukkelijk anders vermeld.

Dit boek vertegenwoordigt mijn herinneringen en mijn perspectief op gebeurtenissen zoals ik ze heb ervaren.

Hoewel dit boek persoonlijke ervaringen bevat die in verschillende contexten hebben plaatsgevonden, is het niet bedoeld als weerspiegeling van specifieke bedrijven, werkgevers of werkplekken. Eventuele overeenkomsten met organisaties, functies of situaties binnen een professionele omgeving zijn onbedoeld en volledig fictief gemaakt ter bescherming van betrokkenen en de auteur.

Medische disclaimer

Alles wat je in dit boek leest, is mijn persoonlijke verhaal. Ik beschrijf hoe ik mijn verslaving aan oxycodon heb beleefd, gevoeld en uiteindelijk overwonnen – met vallen, opstaan en veel hulp.

Van sommige medicatie heb ik bewust de naam veranderd. Ik ben geen arts, therapeut of specialist. Wat voor mij werkte, werkt misschien niet voor jou of iemand anders. Als jij worstelt met verslaving, pijn of psychische problemen: alsjeblieft, zoek hulp. Praat met je huisarts, een psycholoog of iemand die je vertrouwt. Je hoeft het niet alleen te doen.

Peggy Jansen, 2025

**Je verschijnt in het donker, wanneer ik niet kijk.
Ben jij slechts een gedachte, of meer dan een schijn?
Een echo van iets wat nooit zal verdwijnen.
Je laat me niet los.
Altijd dichtbij. Nooit echt bevrijd.**

PROLOOG

November 2021

‘Om 11.00 uur moet ze zich melden in de kliniek.’ Na vele telefoontjes en een aantal slapeloze nachten was dat wat mijn goede vriendin Esther te horen kreeg. Het was inmiddels 10.00 uur in de ochtend. Ik kon me nauwelijks bewegen. Bij elke beweging moest ik braken en had ik niet te stoppen diarree. Al bijna drie dagen lag ik kronkelend en kotsend in mijn bed. Af en toe probeerde ik naar het toilet te kruipen, met als gevolg dat ik uren op de steenkoude tegels van mijn badkamer lag. Ik voelde me vreselijk en kon niet meer; ik was helemaal op. Hoe moesten we dit voor elkaar krijgen? We hadden precies een uur.

Esther was gelukkig erg praktisch ingesteld. Ze zocht, op mijn belabberde aanwijzingen, een koffertje en ging al mijn kasten af op zoek naar de hoogstnodige spullen, in ieder geval genoeg voor een verblijf van één nacht. Terwijl zij alles bij elkaar zocht, wilde mijn lichaam nog meer overgeven. Omdat er echt niets meer in mijn maag zat, voelde het alsof al mijn ingewanden verstoten werden. Zwetend lag ik te draaien in mijn bed, dat inmiddels volledig onder het braaksel en de ontlasting zat. Een grote puinhoop was het – dit kon zo niet langer.

Na een minuut of twintig had Esther alles bij elkaar gevonden en de koffer in de auto gezet. Ook regelde ze dat mijn hondje, Perla, naar het hondenpension ging. De vaste oppas van Perla kwam haar ophalen om haar bij het pension af te zetten. Ik zou Perla pas in januari van het volgende jaar weer zien.

Nu het onderdak van Perla geregeld was, moest ik nog redelijk schoon in kleding gehesen worden. Met wat natte doekjes waste Esther me en ze deed me een oversized trui en joggingbroek aan.

Toen stonden we voor de volgende uitdaging: ik moest van het bed boven naar de auto beneden gebracht worden. Zo goed en zo kwaad als het kon, probeerde ik op mijn benen te staan. Ik strompelde richting de trap. Ondertussen voelde ik de drang om nog een keer mijn maaginhoud uit te kotsen. Zittend schuifelde ik de trap af. Heel langzaam, tree voor tree. Beneden aangekomen, ondersteunde Esther me en zo zijn we richting de auto gelopen. Ik werd op de passagiersstoel geplaatst en met de riem vastgezet. Eindelijk zat ik in de auto en konden we naar de kliniek. Het was inmiddels al 10.40 uur.

Gelukkig was de kliniek maar vijftien minuten rijden. Voordat we vertrokken, belde Esther de kliniek om te zeggen dat we er binnen twintig minuten zouden zijn.

Om precies 10.55 uur strompelde ik, ondersteund door Esther, de schuifdeuren van de kliniek door en konden we ons melden bij de receptie. Terwijl Esther wat formaliteiten regelde aan de balie, ging ik op een bankje zitten in de receptiehal. Toen ik daar zat, moest ik weer overgeven. Op de vloer van de kliniek lag nu niet meer dan wat restjes gal. Ik kon echt niet meer.

Nadat Esther de formaliteiten had afgehandeld, begaven we ons een lange hal door, richting het gedeelte van de kliniek waar de interne cliënten zaten. We kwamen langs wat mensen die aan het tafeltennissen waren. Ik voelde me vreselijk. Wat zouden ze wel niet denken? Nog nooit was ik zo ziek geweest en ik schaamde me diep voor de aanleiding; mijn overmatige opiatengebruik.

Lopen ging nu echt niet meer. Gelukkig kwam er een verpleger aangesneld die mij aan de andere kant ondersteunde. Strompelend, met op hetzelfde moment nog een keer overgeven, werd ik naar een crisiskamertje gebracht en op bed gelegd. Eindelijk was ik er, in de afkickkliniek. Voor de komende zeven dagen mijn verblijf. Om bij te komen van een veel te snelle afbouw van de opiaten.

In dit boek neem ik je mee in de fysieke en mentale strijd die ik heb geleverd om mijn verslaving onder controle te krijgen. Hoe ik van een herhaalrecept van de huisarts tot dealer op het darkweb, van roze wolk tot rockbottom, van twee keer een eigen poging tot twee keer afkickkliniek, van oxycodon en fentanyl tot designerdrugs en uiteindelijk van gebruiker naar clean ben gegaan.

Dit is mijn verhaal van wanhoop en hoop, van schaamte en onmacht, van duisternis en licht, van niet opgeven en de kracht om door te zetten, zelfs als de situatie uitzichtloos lijkt. In het eerste hoofdstuk schets ik in het kort hoe het zover heeft kunnen komen. De andere hoofdstukken gaan voornamelijk over het afkickproces in de kliniek en het laatste hoofdstuk zal gaan over de periode na de kliniek.