

EEN MATIGE INLEIDING...

Niet verder lezen, ga wat nuttigs doen

Toen ik 22 was, moest ik eraan geloven. Elke dag zestig milligram paroxetine, een soort antidepressivum. Die pillen vlakten mijn ergste angsten wat af. Een dwangstoornis was de diagnose. Heftig, vooral als je nog een halve puber bent. Een psychische aandoening is nou niet bepaald 'knetterleip', als je jong bent. Dat kon ik er niet bij gebruiken. Stoer doen en populair zijn, waren mijn kwaliteiten. En daar was ik al druk genoeg mee. Patiënt zijn paste me toch iets minder.

Maar goed, paroxetine dus. Drie kleine tabletten. Toen had ik geen idee dat ik antidepressiva slikte.

En wat maakte het ook uit, het spul werkte. En dat was nodig ook. Het liep helemaal uit de hand. Overal waar ik kwam toonde ik dwangmatig gedrag en moest ik van mezelf verplichte dwanghandelingen doen. Vooral thuis. Soms was ik hele dagen bezig om van de kamer naar de keuken te komen. Toen was het klaar. Mijn omgeving greep in. Riagg, spoedverpleging en een reeks intensieve behandelingen. O ja, ik kon ook niet meer thuis wonen. Daar was het dwanggedrag namelijk niet meer af te leren. Maar wat nu? Ik stond op de wachtlijst voor een woning. Tot die tijd moesten we plannen maken. Ik sliep bij vrienden. Die stemden dat onderling af. Waar slaapt hij van nacht? Waar eet hij? Waar staat zijn wielrenfiets? Wie brengt hem naar het station? Een hele heftige tijd voor iedereen om me heen.

En mama: jij kwam telkens overal langs. Spullen brengen. En even bijpraten. Onvermoeibaar. Avond na avond, dag na dag. Een half jaar later kreeg ik een huis met urgentie. Jij woonde er zowat. Je kwam elke dag. Soms nog vaker. Je was mijn houvast. Als ik weer eens angstig werd, of iets niet kon overzien, kreeg jij mij altijd rustig. Dat wist ik gewoon. Alleen al die gedachte gaf me moed. Je loste alles op. Ook zaken die ik eigenlijk zelf moest kunnen. Maar waarom zou ik? Jij was er altijd. Ik dus, die op mijn 25^e met een bakje eten van mijn moeder, met een dekentje, op de bank zat. Dat maakte je dan zelfs nog warm als het moest. (*Het eten, niet het dekentje.*) Je draaide direct even een wasje en deed de afwas. Wat heb ik toch lang op jou geleund. We vonden het beiden prima zo.

Toen werd je ziek. Ik dacht altijd: als mama ziek wordt of nog erger, dan kun je mij ook wegdragen. Dat gebeurde niet. Ik bleef redelijk op de been. Dankzij de wonderpillen. Tot zover het goede nieuws over mijn antidepressiva.

Want nu je er niet meer bent, ben ik op zoek. Naar herinneringen. Vooral over de tijd voordat je ziek werd. Ik weet daar nauwelijks meer iets van, lijkt wel. Maar hoe kan dat nu? Hoezo is de persoon die altijd bij je was, opeens zo weg uit je geheugen? Inmiddels heb ik een vermoeden. Al jaren ben ik aan het afbouwen met de paroxetine. Ik slikte nog maar drie tabletten per week. En opeens was ik elke dag verdrietig. Ik miste je intens. En ik was ook heel bang. Toen besepte ik het. Die antidepressiva drukken angst weg. Daarnaast onderdrukken ze de ergste trauma's. Maar ze maken ook de mooie dingen wazig. Dat is het. Natuurlijk!