

SANNE WINCHESTER

IK MAG NIET BANG ZIJN

Een jonge psychologe komt zichzelf
tegen in haar werk



Uitgeverij Lucht BV, Hilversum

Proloog

De mail springt in mijn scherm: ‘Terugbelverzoek van de familie Ooster’ met daarbij het 020-nummer dat ik kan dromen. En dan plopt de volgende mail in mijn scherm.

Hallo Sanne,

Niet schrikken, er is iets ergs gebeurd. Wil je me bellen wanneer je de kans hebt? Het gaat niet goed.

Groetjes,

Emily

Mijn hart slaat over. ‘Godverdomme.’ Met trillende hand toets ik de nummers op mijn telefoon in.

‘Hallo, met Sanne Winchester, bel ik gelegen?’

Aan de andere kant van de lijn jammert iemand. Het is Matild met haar paniekerige stem. Ik krijg een flashback naar de eerste keren dat ik haar aan de lijn had.

‘Wat is er aan de hand?’ Mijn stem klinkt harder dan ik dacht. Een stemmetje in mijn hoofd zegt: ‘Emily is dood, het is gedaan.’ Mijn ergste nachtmerrie is uitgekomen en het is mijn schuld.

Dag 1 – februari 2015

Op de trappen van het appartementencomplex ruikt het naar knoflook en ui. Voor elke deur die ik passeer staat een kleine inboedel. Hoelang zouden die er al staan? Een roze meisjesfiets omringd door vuilniszakken, een kinderwagen vol oude kranten. Wat voor mensen wonen hier? Ik klim naar boven en passeer een deur met een sticker erop. **BETREDEN OP EIGEN RISICO.**

Bovenaan de laatste trap staan twee mensen in een deuropening. Een kleine vrouw met uitgelopen make-up en warzig haar kijkt me aan. Haar handen in elkaar gevouwen voor haar borst, haar ogen groot en vragend, een kleine glimlach. Haar haar is peroxide blond. Ze heeft het lichaam van een jong meisje, alleen de rimpels op haar gezicht verraden dat ze ouder is. Naast haar staat een lange slungelige man met een kleurig gebreid vest en een groene broek. Hij heeft lang sluijk haar.

Ik geef ze een hand. ‘Sanne Winchester, psycholoog.’

Als zij zich voorstellen vergeet ik de namen meteen weer. Een van mijn zwaktes.

Ik maak aanstalten om naar binnen te lopen maar word venijnig vastgepakt door de kleine vrouw. Haar voorzichtige glimlach is verdwenen, ze sist: ‘Wij gaan niet in die woonkamer zietten.’

Ze trekt me naar binnen en duwt me naar rechts, een lange, smalle gang in. We lopen weg van het licht dat uit de portiek naar binnen schijnt. Het behang bladdert van de muur en de vloerbedekking zit vol met gaten en slijtplekken. Het ruikt muf.

De kleine vrouw loopt voor en de man achter mij. Ik krijg

een droge mond. Waarom gaan we niet in de woonkamer zitten? We komen in een kleine kamer met alleen een bed. Daarop een vaalwit laken met rafelranden en kussens met gele vlekken. Ze gebaren dat ik op het bed moet gaan zitten. De deur wordt zachtjes gesloten.

Nerveus begin ik te praten. Ik probeer professioneel over te komen maar dat kost veel moeite. Mijn lijf staat op scherp. De vrouw zit links op het bed, de man met het gebreide vest zit in kleermakerszit voor mij op de grond. Beiden kijken me indringend aan.

‘Ik ben dus psycholoog. Vandaag gaan we samen kijken naar wat de klachten van jullie dochter precies zijn en welke behandeling daarvoor geschikt zou kunnen zijn.’

Ik dreun mijn standaardpraatje op. Als ik mijn verhaal wil afronden onderbreekt de vrouw me. Ze beweegt onrustig heen en weer op het bed, als een peuter die écht heel nodig moet. Ze pulkt aan haar kleding en ademt zwaar, neemt geen tijd voor mijn plichtplegingen en valt met de deur in huis. ‘Mijn dochter gaate dood.’

Wat is dit?

De man schreeuwt door de vrouw heen en gooit zijn armen in de lucht. ‘Shit. Shit! Godverdomme Matild, hoe heeft dit zo ver kunnen komen?’

De chaos is compleet als er opeens een naaktkat door een provisorisch gat in de deur komt gekropen. Mijn maag knijpt samen.

Op huisbezoek gaan komt bij ons nooit voor, als kleine startende zorginstelling in Amsterdam. Onze cliënten zijn gezond genoeg om naar de praktijk te komen, anders sturen we ze door naar het ziekenhuis. In dit geval hadden we een uitzondering gemaakt. Normaal gesproken ga je met z’n tweeën op huisbezoek voor een eerste afspraak, je weet immers nooit wie of wat je aantreft. Maar ik ging alleen. Mijn collega’s waren druk met andere zaken en deze situatie was dringend.

En nu zit ik hier: op een krakkemikkig bed, omringd door de kleine vrouw en de man met het gebreide regenboogvest.

‘Hoe bedoel je dat, ze gaat dood?’ Ik frons mijn wenkbrauwen. Mijn hartslag gaat weer omhoog.

De vrouw begint te huilen. ‘Tek heb een vriend die stemmen hoorde. Die is gegaan dood en mijne dochter hoort ook stemmen.’

Ze spreekt met een accent, waar zou ze vandaan komen? Ik probeer haar gerust te stellen en zeg dat niet iedereen doodgaat die stemmen hoort. De vrouw ratelt door.

‘Mijn vriend was psychisch en die hoorde die stemmen en ik heb gezorgd tot hij doodging voor hem.’

De man zegt eindelijk ook iets. ‘Matild, ze gaat niet zomaar dood.’

Matild likt en vertelt met trillende stem verder. Haar dochter is al jaren ziek, de laatste maanden wordt het steeds erger. Ze heeft pijn aan haar ogen, ze kan niet lang praten, ze kan niet lopen, niet zitten, eet niet, hoort stemmen, slaapt slecht, heeft paniekaanvallen, ze is angstig, heeft problemen met ademhalen, pijn aan haar handen.

Alles begon toen zij scheidden en Matild een nieuwe

vriend kreeg. Emily keerde in zichzelf. Ze wilde niet meer aangeraakt worden. Ze werd gepest en durfde niks meer, ze kreeg pijn en is nooit meer de oude geworden.

Matild wiegt op het bed heen en weer. Zachtjes mompelt ze: ‘Het ies mijn schuld.’

In mijn hoofd vormt zich langzaam een beeld van deze jonge vrouw en ik begin me, net als Matild, ernstig zorgen te maken over deze cliënt. Dit klinkt niet als een zaak voor mij. Is er niet iets lichamelijks aan de hand in plaats van iets psychisch? Ik heb genoeg gehoord.

‘Mag ik haar zien?’

Matild loopt voor mij uit de donkere gang in. We passeren een gesloten deur met een groot slot eraan. Voor de tweede deur blijven we staan. Als een drilsergeant geeft ze instructies: ‘Jij mag niet te lang blijven, niet veel vragen en iek blijf de hele tijd bij.’

Mijn handen worden klam. Het voelt alsof ik naar een doods-kist op een begrafenis toeloop. Je weet dat je in de kist moet kijken, maar je hoopt dat wat je aantreft niet te akelig is.

Matild duwt de deur langzaam open en fluistert: ‘Emily, die mevrouw is hier.’

Er klinkt een zacht gekreun. Wat ga ik aantreffen? Kan zij überhaupt wel iets zeggen? Moet ik n2 bellen als ze niet meer beweegt? Ik schuifel met mijn ene voet voor de andere naar binnen. Mijn ogen wennen aan het donker en na enkele seconden verschijnt er een kamer. Een lege witte kamer. Een donker, fluwelen gordijn voor de ramen, daaronder een strook daglicht. Geen meubels, geen lampen.

In het midden van de kamer ligt een matras met een bleek meisje. Ze heeft vettig zwart haar dat kort en rafelig is. Haar gesloten ogen liggen diep verzonken in haar oogkassen. Ze heeft een deken helemaal opgetrokken tot haar kin. Ze ademt onrustig, met haperende stoten beweegt het dekbed licht op en neer.

Ik kniel naast de matras en fluister: ‘Hallo Emily, ik kom wat vragen stellen.’

Weer een zacht gekreun. Ze opent haar ogen maar draait haar hoofd niet opzij om mij te zien. Ze houdt haar nek kaarsrecht en staart naar het plafond.

‘Emily, hoe gaat het nu met je?’ Ik ben huiverig voor het antwoord.

Emily opent haar mond en met krakerige stem zegt ze: ‘Niet goed. Ik heb heel veel pijn, ik hou het niet lang meer vol.’

De volgende woorden klinken minder krakerig, alsof de stembanden moesten opwarmen na lange tijd niet gebruikt te zijn. ‘Ik heb moeite met ademen. En ik hoor een stem die slechte dingen tegen mij zegt.’

Snel maak ik aantekeningen en vraag verder: ‘Wat voor stem is dat? Een man of een vrouw? En wat voor dingen zegt die stem? En is die stem er altijd?’

Emily kijkt nog steeds recht naar het plafond en knipert nauwelijks met haar ogen. Ze spreekt langzaam. ‘Ik... ik weet het niet... Ik denk een vrouwenstem en die zegt dat ik doodga en dat het niet beter gaat worden.’ Weer schrijf ik mee. Dan sist Emily: ‘Wil je niet zoveel lawaai maken, ik heb last van dat geluid.’

Nu heeft ze opeens best veel kracht in haar stem. Ik verontschuldigd me en leg snel mijn pen neer. Dan alles maar onthouden. Ik vraag waar ze pijn heeft.

Emily draait haar hoofd langzaam mijn kant op en fluistert: ‘Overal.’

Een rilling loopt over mijn rug terwijl ik hardhandig de kamer uitgevoerd word door Matild.

Met het autoportier in mijn handen concentreer ik me op mijn ademhaling. Drie seconden inademen (1... 2... 3...) en zes seconden uitademen (1... 2... 3... 4... 5... 6...). Voorzichtig laat ik me op de autostoel zakken. Zwarte vlekken dansen voor mijn ogen. Ik klamp me vast aan het stuur en wacht tot alle spieren in mijn lichaam uitgetrild zijn. Straks krijg ik geen lucht meer...

Hoe ironisch dat een psycholoog zelf paniekaanvallen heeft. Zoals mijn vriend Dave altijd zegt: ‘Bij de loodgieter lekt de kraan.’

Ik probeer mezelf ervan te overtuigen dat ik ook dit keer niet doodga, niet zal stikken en dat ik rustig moet blijven ademen. In mijn longen voel ik de oude, bekende pijn.

Als ik terugrijd naar de psychologenpraktijk, denk ik aan wat ik net heb gezien. Waar ben ik in beland? Dit had ik nooit moeten doen. Ik had niet op huisbezoek moeten gaan. Ik moet iemand bellen, schiet door me heen. Het alarmnummer?

Dan zie ik de ingevulde privacyverklaring voor me, op de hoek van mijn bureau: ‘Geen toestemming voor overleg met derden, indien nodig mag uitzondering gemaakt worden voor overleg met de huisarts.’ Per wet ben ik gebonden aan een zwijgplicht.

Mag, nee, moet ik die doorbreken? Wie is haar huisarts? Shit, dat nummer staat in het dossier op kantoor. Als Emily doodgaat, ben ik dan aansprakelijk? Hoe kan je zó ontzettend ziek worden? Het kan toch niet zomaar dat je niet kunt lopen?

Daar sluipt de paniek weer binnen. De knokkels van mijn handen worden wit. Net op tijd stop ik voor het zebrapad, waar zojuist overstekende voetgangers mij angstig aankijken. Ik begin te huilen. Als een klein kind. Ik wil naar huis. Ik kan dit niet.

Op de parkeerplaats blijf ik nog even zitten in mijn roestige rode auto. Ik voel me licht in mijn hoofd. Drie seconden inademen, zes seconden uitademen. In de lift naar mijn verdieping bekijk ik mezelf in de spiegel. Mijn gezicht is bleek, met mijn mouw veeg ik de uitgelopen mascara weg. Als de liftdeuren opengaan zie ik er weer uit alsof er niks gebeurd is.

In mijn steriel witte kantoor zie ik op de klok dat ik geen tijd meer heb om de huisarts te bellen. Ik haast me de gang op richting de kamer van Ismail, onze psychiater. Zijn deur is dicht, erachter hoor ik geroezemoes. Ik moet hem storen. Mijn hand landt op zijn deur waarna een hard 'NEE!' klinkt aan de andere kant.

Met een tissue, die eigenlijk voor cliënten bedoeld is, veeg ik het laatste restje tranen weg. Veel te laat roep ik mijn volgende cliënt de kamer in. Samen nemen we plaats aan het grote houten bureau.

Dit kantoor is de laatste plek waar ik nu wil zijn. Toch pers ik er een vriendelijke glimlach uit. 'Hoe is het met jou gegaan deze week?'

Ik luister niet terwijl de cliënt vertelt. De situatie in dat huis was zó bizar. Het voelt alsof er een heel slechte grap met me uitgehaald wordt. Zo van: die kan nog niet zoveel als psycholoog, laten we haar naar het ernstigste geval in de regio Noord-Holland sturen. Waar blijft de presentator die lachend uit de bosjes komt rennen om mij de verborgen camera's aan te wijzen?

Was het maar een grap. Emily is ziek. Ze lag echt op die

vieze matras in die donkere kamer. Ze is al jaren niet meer buiten geweest. En ik ben zelfs bang dat ze doodgaat als ik nu niks doe. Ik ben me heel erg bewust van mijn eigen gebreken en hoe verschrikkelijk onbevoegd ik ben om Emily te behandelen.

‘Tot over twee weken.’ Als mijn laatste cliënt de praktijk verlaten heeft, stap ik de gang op en loop alle behandelkamers af. Iedereen is naar huis behalve de stagiaire. Ze kijkt me met gefronste wenkbrauwen aan.

‘Alles oké? Je ziet er een beetje verwilderd uit.’

‘Nee. Mag ik je om advies vragen?’ Mijn stem klinkt zachter dan ik bedoelde.

‘Uh ja, tuurlijk. Ik weet alleen niet of ik kan helpen.’ Ze lacht.

In stilte hoort ze mijn verhaal aan. Haar gezicht raakt steeds meer verwrongen en ze tikt met haar vingers op haar been. Ze klapt haar laptop dicht en wanneer ik mijn laatste woorden uitspreek, zucht ze.

‘Sanne, volgens mij gaat het mis. Begrijp me niet verkeerd, je doet je best. Maar dit is toch niks voor onze praktijk? Dit is ernstig. Ik heb hier nog nooit van gehoord. Jij wel?’

‘Nee.’

‘Dit is uniek. Dat denk ik tenminste. Heb je haar huisarts al gesproken? Of Ismail?’

‘Ismail is weg, de huisarts moet ik zo bellen.’

‘Nou, waar wacht je op?’

Ik plof in mijn bureaustoel, schop mijn hakken uit en doe mijn haar in een knot. Dat doe ik altijd als ik serieus aan de slag moet. Waar moet ik beginnen? Wachten tot morgen kan niet, dit is te urgent. Er moet nú iets gebeuren, anders kan Emily van de matras rechtstreeks de doodskist in. Ik zoek in het dossier het nummer van Emily’s huisarts op en

terwijl de telefoon overgaat doe ik een schietgebedje – laat de huisarts nog aanwezig zijn.

Een vrouw met een plat Amsterdams accent neemt de telefoon op. ‘Met de assistente van dokter Groenhof.’

‘Ja, hallo. U spreekt met Sanne Winchester, de psycholoog van Emily Ooster. Ik wil graag overleggen met dokter Groenhof.’

‘Sorry, de dokter is druk. Ken ze je morgen terugbellen?’

‘Nee, dat kan niet,’ snauw ik naar de onwetende telefoniste.

‘Wat is er aan de hand, moppie? Je klinkt gestrest.’

Ze moest eens weten. ‘Ik maak me erg zorgen. Het is een noodgeval. Ik moet de dokter echt nu spreken.’

‘Ah, zeg dat dan meteen, wijffie. Ik moet effe kijken of ze er nog is, want ze ging pleite.’

Ik word in de wacht gezet. Met de pianoversie van *Stayin’ Alive* in mijn oor probeer ik de assistente te vergeven omdat ze me niet direct doorverbond. Het is tenslotte haar taak om de huisarts niet te storen voor elk zorgwekkend hoestje of pijnlijke grote teen.

‘Hallo, met dokter Groenhof.’

‘Wat fijn dat ik u spreek. Ik bel over Emily Ooster. Ik ben zojuist bij haar thuis geweest voor een intake, maar ik maak me heel erg zorgen over haar gezondheid.’

‘Goed dat je belt,’ zegt zij kalm. ‘Ik maak me ook enorme zorgen, jeetje, wat een verhaal hè? Ik was ook erg onder de indruk toen ik haar gisteren voor het eerst zag.’

‘Gisteren? Voor het eerst? Maar u bent toch haar huisarts?’

‘O ja, dat weet jij natuurlijk helemaal niet. Ik ben haar nieuwe huisarts. Haar vorige huisarts maakte zich zorgen omdat Emily al jaren niet meer buiten is geweest, maar hij

mocht niet meer binnenkomen. De familie was niet tevreden over hem en wilde niks meer met hem te maken hebben. Toen het steeds slechter met haar ging, is ze bij mij terechtgekomen. Gistermiddag ging ik kennismaken. Haar moeder denkt dat ze doodgaat. Dat is denk ik de enige reden dat jij en ik welkom waren. Ze heeft flink ondergewicht, maar helaas mocht ik haar niet wegen of onderzoeken. Ik mocht haar niet aanraken.'

'Hmm... maar nu weet je dus eigenlijk nog niks.'

'Klopt, daarom ben ik blij dat jullie ook ingeschakeld zijn. Dan kunnen we het een en ander gaan regelen. Ze kan wel een goede therapeut gebruiken. Ze heeft al vijf keer eerder een behandeling gehad, maar zonder succes. Emily en haar ouders zijn het vaak niet eens met de therapeut of arts, maar ze gaat steeds verder achteruit. Het is nu echt geëscaleerd.'

Ik ben dus nummer zes! Dat is mij niet verteld. Hoe groot is de kans überhaupt dat behandeling succesvol gaat zijn? Ik ga dit niet doen.

'Wat moet er nu gebeuren? Gaat ze echt dood, denk je?' vraag ik.

'Ze gaat niet zomaar dood, maar we moeten haar wel nauw in de gaten houden. Bij Emily is vermoedelijk sprake van een ernstige psychische stoornis waardoor ze lichamelijke klachten krijgt. Dat is wat ik van de vorige huisarts heb begrepen. Maar er zal wel veel meer aan de hand zijn omdat ze nu ook stemmen hoort.'

'Ik moet haar diagnose nog helder krijgen. Maar er is wel iets ernstigs aan de hand, ja.'

'Ik vind dat we Emily moeten laten opnemen in een revalidatiekliniek,' stelt dokter Groenhof voor. 'Volgens mij is dat haar enige kans op herstel. Ze moet 24 uur per dag omringd zijn door professionals om de beste zorg te krijgen en

te herstellen. Ze kwijnt weg in dat huis.'

'Ik zie dat niet gebeuren, volgens mij zijn de ouders het daar totaal niet mee eens,' breng ik daartegen in.

'Dat vermoed ik ook. Maar weet je, op een gegeven moment maakt het niet meer uit wat ouders vinden. Als haar nieuwe huisarts maak ik me ernstig zorgen over haar gezondheid, ik vind het onethisch als wij nu niet handelen. Misschien moeten we wel een dwangopname aanvragen bij een rechter?'

Ik zwijg.

'Ik heb zo nog een cliënt, dus ik moet helaas ophangen. Fijn dat ik je heb gesproken. Laten we de komende dagen kijken hoe het gaat en overleggen met collega's. Dan houden we elkaar op de hoogte en zullen we in het uiterste geval een dwangopname gaan regelen.'

'Oké, dat lijkt me voor nu het beste,' antwoord ik. Maar overtuigd ben ik niet.