

Siebe Wittebrood

Slanker door kanker

- Mijn manier van ziek zijn -

Voorwoord

Op mijn vierentwintigste kreeg ik na veel onderzoeken te horen dat ik kankerpatiënt ben. Gek genoeg doet zo'n bericht iets met je, je wordt er onrustig van. Al snel blijkt dat ik relatief eenvoudig over mijn ziekteproces kan praten. Iedereen die er naar vraagt krijgt hetzelfde antwoord. Eerlijk, open en nuchter. Mijn manier van met de ziekte omgaan maakte dat kanker geen taboe werd voor mij en mijn omgeving. Door mijn verhaal te delen met iedereen die er naar vraagt hoop ik er voor te zorgen dat mensen durven te vragen naar mij en naar het ziektebeeld. Ik wil laten zien dat ziek zijn niet alleen iets afschuwelijks is. Graag wil ik dat mensen naar mij vragen, op bezoek komen en niet gek opkijken als ik mijn alledaagse dingen doe. Ondanks de kanker ben ik nog steeds dezelfde persoon als voor de ziekte.

In dit boek heb ik beschreven hoe ik mijn ziekteproces doorsta samen met mijn vriendin. Van het moment dat de eerste klachten zich uitten en de operaties die hier op volgden. Alles met betrekking tot mijn ziektebeeld, onderzoeken en gesprekken. De bedoeling van het vertellen van mijn verhaal is inzicht te geven in de ervaring om als jong stel te maken te krijgen met een dergelijke ziekte en hoe wij hier samen en individueel mee omgaan. Wat we tegen zijn gekomen en hebben meegemaakt. Wat het doet met mij als patiënt en met mijn vriendin als toeschouwer. Als een soort medepassagier op een onwerkelijke reis. Hoewel we veel stations passeren weigeren we beide uit te stappen. Ik ben verplicht de reis te volgen en Els kiest ervoor om mee te gaan. Een onverwacht zwaar traject, waar we beiden zoveel sterker uit zijn gekomen.

Stap in en reis mee.

Het afvallen waar ik in mei mee begonnen ben heeft nu in juli zijn vruchten wel afgeworpen. Van dik in de 90 kilo naar een schamele 83 kilo binnen drie maanden is een prima prestatie. Tijd voor fase twee van project 'Ik wil mijn voeten kunnen zien, zonder mijn buik in te houden'. Op naar de sportschool. Natuurlijk heb ik, net zoals veel andere mensen, wel eens een abonnement gehad bij een dergelijke instelling. Toch is het nooit meer geweest dan alleen het lidmaatschap in plaats van een oprechte poging mijn conditie te verbeteren. Maar dit keer wordt alles anders denk ik bij mezelf, voordat ik in de auto stap om naar de sportschool te rijden. Amper een stap binnen gezet word ik benaderd door een enthousiast ogende vrijwilliger. "Jij komt hier vast voor de eerste keer." Meteen wordt mij, middels een flink gespierde arm, de hand geschud. Nog voor ik kan bedenken of ik zijn opmerking vriendelijk vind of dat het meer een nauwelijks verhulde belediging is, wordt mij de kleedkamer al gewezen. "Daar kun je je omkleden en achteraf douchen, mocht dat nodig zijn."

"Nou, het zweten begint meestal al met het strikken van een paar veters", merk ik nog uiterst gevat en grappig op. Maar de beste man heeft zich al verscholen achter de balie.

Enigszins onwennig kijk ik om me heen naar de fitness apparaten, maar de instructeur geeft me niet de kans om de zaal weer uit te rennen. Al snel word ik richting een apparaat gedirigeerd. "Probeer daar maar een paar oefeningen op uit om jezelf op te warmen", hoor ik terwijl ik het apparaat bekijk. Nu ben ik zeer beperkt in mijn technisch inzicht en dat blijkt al snel. Hoe ik dat ding ook bekijk, ik kan me niet bedenken op welke manier ik er op moet klimmen. Gelukkig staan er ook niet meteen twintig andere, veel meer ervaren, sportschool gebruikers naar me te koekeloeren. Dus die druk hoef je niet meteen te ervaren, enig cynisme onder voorbehoud. Gelukkig blijkt de vrijwilliger overactief te zijn en staat hij alweer naast me voor ik een eerste klimpoging onderneem.

"Dit apparaat is bedoeld om tegelijkertijd je armen en benen te trainen, een goede manier om je spieren wat los te krijgen, voordat we echt gaan beginnen." Snel maar effectief laat hij me zien hoe je met enige charme

dit ding bestijgt en, voor ik het goed en wel in de gaten heb, ben ik bezig met mijn warming-up.

Dit gaat super, 'zo lastig is het dus niet', denk ik na ruim dertig seconden. Goed, mijn ademhaling zit wat hoog en ik voel mijn benen wat zeuren. Maar dat is vast normaal voor een sporter van mijn kaliber. Toch merk ik na een paar minuten dat dit gevoel alleen maar meer wordt. Het begint me zelfs te storen. Het lukt me niet om mijn ademhaling onder controle te krijgen. Het zeurende gevoel in mijn benen maakt plaats voor een slap gevoel en nog voor ik het door heb, wordt het zwart voor mijn ogen.

Het volgende moment lig ik naar het plafond van de sportschool te staren en al snel staat de vrijwilliger naast me. Met een paar juist gestelde vragen concludeert hij dat ik ben flauwgevallen. Hij geeft aan dat dit eigenlijk niet normaal is. Zelfs iemand met een beperkte conditie zoals ik zou deze basic oefening moeten kunnen doen.

"Zou je niet eens langs de dokter gaan of zoiets?"

Terwijl ik in de auto terug naar huis rijd, spookt die laatste opmerking door m'n hoofd. Uit mijn omgeving hoorde ik al wat vaker dat ik erg bleek zie de laatste tijd. Mijn enige argument was dat ik niet zo'n strand fanaat ben. Al dat zand op plaatsen waar het amper weer weg te jagen is, plus de verveling die na twintig minuten zon aanbidden optreedt, maakt van mij geen strand man. Maar het is al een tijdje aardig mooi weer en dus zie je steeds meer bruine snoetjes op straat verschijnen. Dan lijkt ik inderdaad snel bleek. Als ik dat bleke uiterlijk optel bij de gebeurtenis in de sportschool, het feit dat ik in drie maanden ruim dertien kilo afgevallen ben zonder daar iets voor te hoeven doen en de moeheid die ik wijd aan het vele werken, klopt er toch iets niet. Dit beweegt me om een afspraak te maken bij de huisarts.