



Marie
Hélène

DE HELE HISTORIE IS BEGONNEN MET EEN MAMMOGRAFIE VOOR VIJFTIG PLUSERS.

Routine. ‘Mag ik uw mammografie van twee jaar geleden zien?’ vroeg de oncoloog. ‘En graag vandaag nog.’ Hij zag iets wat niet normaal was. Het was niet echt een bolletje. Er werd een biopsie genomen. En nog een. De gynaecoloog zei: ‘Het duurt tien dagen voor wij echt uitsluitsel hebben. U mag mij donderdag bellen.’ Op woensdagmiddag ging de telefoon. Het was de gynaecoloog. ‘We zullen het maar zeggen zoals het is...’

‘WAAROM IK? WAAROM NU?’ Mijn vriend en ik hadden kort daarvoor, na een relatie van vijftien jaar, afstand van elkaar genomen. Hij was verhuisd. Ik belde hem op. Ik hing aan de telefoon met al mijn verdriet. Hij kwam naar mij toe. In zulke zware dagen merkt een mens toch dat de liefde diep kan zitten. We waren aan elkaar gehecht.

‘Waar heb ik het aan verdiend?’ heb ik me vaak afgevraagd. Mijn moeder is gestorven aan darmkanker op haar achtenvijftigste. Het moet toch ergens in de genen zitten. Wij hebben altijd gezond gegeten. Groenten genoeg, fruit te over. Als het kwaad in u zit, is er geen kruid tegen gewassen.

NIEMAND HAD ME OOIT HOREN KLAGEN OVER MIJN BORSTEN. Ik had aan mijn beide kinderen vijf maanden en een half borstvoeding gegeven. ‘Borstvoeding,’ zei men vroeger, ‘is de beste garantie tegen borstkanker.’ Ik heb mijn kinderen gezoogd zolang ik kon. Ik heb die stuwingen in mijn borsten gevoeld. Ik heb de melk erover voelen stromen. Ze hebben gediend voor het mooiste wat er is.

‘EN WAT MOET IK NU?’ DACHT IK. ‘Wat gaan we doen,’ vroeg ik aan mijn vriend. ‘Alles radicaal weg of komt er chemo aan te pas?’ Ik heb voor de drastische oplossing gekozen. Ik koos voor de korte pijn. Ik ben zesenvijftig jaar. Ik ken de verhalen van mijn vriendinnen.

In mijn directe omgeving zijn er nog gevallen. De ene leeft al drie jaar met kanker, met de ups en downs. Je ziet ze ziek van de chemo thuis zitten. Een week later moeten ze weer terug, voor weer een kuur. Ik denk dan aan Marie, die dacht dat alles achter de rug was. Na drie maand ging ze op controle, en het was weer van dat. Bij een andere vriendin werden vijftien jaar geleden beide borsten geamputeerd. Je praat over van alles en nog wat en iedereen vertelt uiteindelijk zijn verhaal. Vrouwen onder elkaar. Het staat niet op de mensen hun gezicht geschreven, maar kanker komt ter sprake. En toch, op het moment dat het je zelf overvalt, weet je niet goed waar je tegenover staat.



Ik heb mijn kinderen
gezoogd zolang ik kon. Ik heb die
stuwingen in mijn borsten gevoeld.
Ik heb de melk erover voelen
stromen. Ze hebben gediend
voor het mooiste wat er is.

IK HEB VOOR EEN ONMIDDELIJKE RECONSTRUCTIE GEKOZEN. Het idee geen borst meer te hebben en verminkt door het leven te gaan, kon ik niet verdragen. Twee borsten, het is toch iets van het vrouw zijn. Ik moest geen chemo hebben. Ik dacht: ‘Eén keer de pijn, één keer de misère en daarna zien we wel.’

Ik heb wel even een siliconenborst overwogen. Die operatie is minder zwaar, maar je moet iedere vijf jaar terug binnen in het ziekenhuis. Over vijf jaar ben ik eenenzestig. Over tien jaar zesenzestig. Ik zag die vijfjaarlijkse martelgang niet zitten.

MEN NOEMT HET PLASTISCHE CHIRURGIE. Ik zou anders nooit iets aan mijn borsten laten doen. Ik geef niet om een rimpel meer. Borstreconstructies zijn geen schoonheidsoperaties.

Een deel van de operaties wordt niet terugbetaald. De laatste ingreep, het afbinden van de tepel en de tatoeage heeft het ziekenhuis geboekt als een ambulante verzorging. Dat kost toch al gauw zo’n paar honderd euro. Je ziet af, het is emotioneel zwaar en op zo’n momenten vraag je niet hoeveel het kost.



IK HEB HEEL WAT MEEGEMAAKT IN MIJN LEVEN. En altijd heb ik gedacht: 'Het is nu eenmaal zo. We gaan niet opgeven. We moeten voort. Life must go on.'

Ik heb nu deze operatie gehad, maar innerlijk heb ik tien keer meer geleden onder het overlijden van mijn schoonzoon. Mijn dochter was toen acht maanden zwanger. Of onder het overlijden van mijn vader. Mijn vader had zijn eerste hartaanval drie dagen voor mijn huwelijk met mijn eerste man. En drie dagen voor de geboorte van mijn dochter overleed mijn moeder aan kanker. Mijn dochter is geboren op het moment dat mijn moeder met een lijkwagen het ziekenhuis uit werd gereden om te worden begraven.

Door zulke dingen weet ik: een mens is sterk. Je doorzwemt alles. Een mens kan niet anders. En de ene dag is al wat moeilijker dan de andere.

Maar ergens in het leven steek je al dat leed in een vakje weg. En dan gebeurt er iets, zoals deze borstkanker, en dan komt alle ellende van vroeger weer boven. De lade met leed gaat open en alles stroomt weer naar buiten.

Het is vreemd dat een mens zich troost met de gedachte dat er anderen zijn die het slechter hebben. Dat is de motor om te zeggen: 'Pluk de dag. Sta op. Het is hier en nu genieten.'

Wat ik geleerd heb, is dat ik enorm gesteund ben door andere mensen. Dat heeft me deugd gedaan. Je hebt daar ook behoefte aan op zulke momenten.

EEN VRIENDIN VAN MIJ HEEFT OM DE TWEE WEKEN CHEMOTHERAPIE. Tijdens de week dat ze niet naar de chemo moet, gaan wij altijd iets eten in een gezellig restaurant. Hoe meer je meemaakt, hoe meer je weet dat het kleine, praktische dingen zijn die steun verlenen. Een mens is niet gemaakt om alleen te zijn.

Toen ik jong was, dacht ik: 'ik heb niemand nodig. Ik zal het wel alleen beredderen.' Nu is dat anders. Ik heb over mijn ziekte met veel mensen gesproken. Zowel met vrouwen als met mannen. Je leert van anderen. Waarom zou je al die misère moeten opkroppen als je het kan delen met mensen die het verstaan?

DE EERSTE WEEK DURFDE IK NIET TE KIJKEN NAAR MIJN BORST. Uit schrik. Mijn dochter kwam op een ochtend binnen in mijn kamer. 'Heb je het al gezien?' vroeg ze. 'Het is te vroeg, kind,' heb ik gezegd. 'Ik kan er nog niet naar kijken.'

Het voelde alsof er iets op mijn borstkas geënt was. Er lag een flap op. Huid- en vetweefsel was van mijn buik naar mijn borst getransplanteerd. Die borst moet een bepaalde temperatuur behouden. Om de dertig minuten kwam een verpleegster onder het verband kijken. 'De eerste achtenveertig uur zijn cruciaal,' had de dokter gezegd.

‘MAMA, IK ZAL EENS NAAR JE NIEUWE BORST KIJKEN,’ ZEI ZE. Ze tilde het verband omhoog. Ik zie nog altijd haar gezicht. ‘Mama,’ zei ze. ‘Het is wel mooi.’

‘Je moet dat niet zeggen om mij een plezier te doen,’ zei ik. ‘Iemand foefjes wijsmaken helpt niets.’ Ze zei: ‘Mama, het is goed.’

De verpleegster had het ook al gezegd. Een mens heeft op zulke momenten toch bevestiging nodig. Als iedereen zegt dat het er goed uitziet, denk je: ‘Dan zal het wel goed zijn ook.’

Op een morgen heb ik gezegd, het wordt tijd dat ik zelf ook eens naar mijn borsten kijk. Vreemd. Het eerste wat je doet is de valse met de echte vergelijken.

EEN KERMIS IS EEN GESELING WAARD. ‘Il faut souffrir pour être belle,’ zeggen ze, en het is waar. Je kan niet alles hebben zonder een opoffering te doen. Het is niet al rozengeur.

IK HEB NU, NEGEN MAANDEN NA DE OPERATIE, TOCH LAST VAN ENKELE NEGATIEVE NEVENEFFECTEN. Om de borst te reconstrueren is er huid- en vetweefsel van de buik weggenomen. Ik heb een nieuwe navel gekregen. Ik heb van die operatie aan mijn buik veel meer last gehad dan van de operatie aan mijn borst. Mijn buik is totaal gevoelloos geworden. Af en toe voel ik iets tintelen. Misschien zal er ooit weer gevoel in komen.

Sinds de operatie kan ik moeilijk naar het groot toilet gaan. En ik heb het gevoel dat met het optrekken van mijn buik ook mijn onderbuik is opgetrokken. Ik heb lange tijd een brandende pijn gevoeld. Dat is nu over. Het is alsof ik een te korte kousenbroek aanheb, zo voelt het. Mijn liesstreek is gespannen. Moet ik nog een paar maanden geduld hebben? Ik weet het niet. Een arts zei: ‘De onderbuik is mijn probleem niet. Daarmee moet je naar de gynaecoloog.’ Ieder heeft zijn specialiteit, maar ik had soms wel het gevoel in de medische wereld van het kastje naar de muur te worden gestuurd.

MIJN RECHTERBORST IS DE VALSE. Mijn boezem voelt niet meer als twee borsten. De andere is erbij gekomen. Ik heb geen gelijke borsten. Dat weet ik hoe dan ook. De gereconstrueerde is toch wat anders van vorm. Als ik rechtop sta, is het in orde. Maar als ik me vooroverbuig dan geeft de rechterborst niet mee.

SEKS. Als vroeger zal het nooit meer zijn. Mijn vriend, die intussen mijn man is geworden, weet ook dat mijn rechterborst totaal gevoelloos is. Hij beweert ook dat ze kouder aanvoelt dan de echte. Soms voel ik er iets doorheen, iets als stralingen. Dan denk ik: ‘Wat zou dat nu weer zijn?’ Misschien is het een teken van beterschap. Die borst is me als een onbekende, ze voelt niet meer als eigen.

‘Mama, ik zal eens naar je
nieuwe borst kijken,’ zei ze.
Ze tilde het verband omhoog.
Ik zie nog altijd haar gezicht.
‘Mama,’ zei ze. ‘Het is wel mooi.’



ZE ZEGGEN DAT JE GEDULD MOET HEBBEN. Ik heb voor mezelf uitgemaakt dat ik een goed jaar neem voor het wennen aan de borst, en een jaar voor mijn gehavende buik. Maar je hoort me niet klagen. Sinds de operatie heb ik geleerd veel te aanvaarden. Een mens leert met zijn beperkingen om te gaan. En gelukkig leert een koppel dat ook. Wat rest is de tederheid van het aaien en het strelen.

ZE ZEGGEN: HET KAN ALTIJD GEBEUREN. Je moet geduldig afwachten. Je erover opwinden, helpt niet. Je maakt je alleen zorgen. Als het niet meer kan, ben je heel ongelukkig. Ik ben aan mijn zoveelste leven begonnen. Je moet blijven hopen. Voor iemand die geen hoop heeft, is alles verloren. In feite moet een mens denken dat na de regen weer de zonneschijn komt. §

MEDISCHE FICHE: Marie-Hélène krijgt te horen dat ze een (in situ) borstkanker ter hoogte van de rechterborst heeft waarvoor een mastectomie geïndiceerd is. Daarvoor ondergaat ze een huidsparende mastectomie met een onmiddellijke borstreconstructie door middel van een vrije DIEP-flap. Drie maanden later ondergaat ze een tepelreconstructie onder plaatselijke verdoving en twee maanden later had zij een tatoeage om de tepelhof te reconstrueren. Het is nu een jaar geleden dat ze behandeld is. Haar toestand is stabiel en ze is vrij van ziekte.