

Het is kanker. Wat nu?

T. Maenhout, S. Brouwers

192 blz., Pelckmans, 2023 (ISBN 978-94-6337-449-1)



Twee jonge vrouwen schreven samen een boek over de rollercoaster waarin ze belandden sinds ze de diagnose van kanker kregen. De ene is filosoof en kreeg lymfeklierkanker, de andere is kunsthistorica en schrijfster en werd met borstkanker geconfronteerd.

De auteurs beschrijven hun emoties op een verhalende, maar voor kankerpatiënten ongetwijfeld herkenbare manier die je zelden tegenkomt in boeken over kanker. Zo vertellen ze bijvoorbeeld wat er door je heen gaat wanneer je in een koude scanner ligt: *“Of je nu daar ligt of in een ruimteschip vastgegespt hangt, klaar om afgeschoten te worden naar een planeet waar je helemaal niet heen wilt, dat maakt niet zoveel verschil.”*

Het boek beschrijft chronologisch, van het eerste verdachte symptoom tot het einde van de behandeling, in korte hoofdstukjes welke emoties bovendrijven en hoe je daarmee kan omgaan. Vertel je het aan iedereen die je lief is? Hoe ga je om met hun heftige reacties of met iemand in je dichte omgeving die zich plots specialist waant? Woede in de eerste dagen na de diagnose is normaal. De spanning in je lijf moet naar buiten en dat is soms op de kap van wie op dat moment in je buurt is. Hoe liever je die persoon ziet, hoe groter de woede... Grijp jezelf dan bij je nekvel en plaats je voeten terug op de grond. Recht je rug. Vraag hulp.

In de hoofdstukken over chemotherapie lees je stap voor stap waaraan je je kan verwachten. Aanvankelijk ben je opgelucht omdat het allemaal lijkt mee te vallen, maar even snel kom je tot een ander besef. Je merkt dat je toch een beetje panikeert als je ziet dat iedere lege infuuszak in een afvalemmer belandt met een sticker ‘zwaar chemisch afval’. Het helpt ook om in chemoland in beweging te blijven: ook al is het sukkelachtig strompelen, blijf stappen zetten, het liefst buiten. In de mist van een aan gruzelementen geslagen immuunsysteem begint je lichaam energie gericht te kanaliseren. Voel de emoties zoals ze komen. Vecht er niet tegen. Ze komen en gaan. Je moet niet vechten tegen kanker. Je ondergaat. Bij operaties lees je hoe je afscheid neemt van bijvoorbeeld een stukje darm, een moedervlek of een borst. Het kan dan helpen om een soort van ritueel te bedenken. Misschien wil je de leegte niet meteen zien die achterbleef. Een amputatie is niet niks. Kijk pas naar het litteken als je daar klaar voor bent. Vroeg of laat zal je eraan wennen. Je leert ermee leven.

Voor sommigen zal de kanker een einde aan het leven maken. Geen mens weet in eerste instantie hoe men moet omgaan met de boodschap dat men terminaal is. Je tiert de ziel uit je lijf of je verkrampst van schrik. Diep verdriet overspoelt je als een oceaan. Ook je omgeving deelt in de klappen. Er wordt naar lucht gehapt, gezwegen en gehuild. Eindigheid krijgt voor het eerst een termijn. Je begint intens in het moment te leven, want denken aan later maakt je gek. Je doet waar je blij van wordt: of dat nu iedere dag een grote zak chips is of een bepaald concert meepikken. Het is wat het is en met de beste wil van de wereld valt er niets meer aan te veranderen. Je leert daarin te berusten.

Het beste medicijn tijdens een kankerbehandeling is rust. Snurk, dommel in, ronk. Het is gratis en heeft geen bijwerkingen. Meestal niet, want typisch bij chemotherapie zijn chemodromen. Je duikt in een fantasiewereld en maakt allerlei gebeurtenissen mee die soms net echt lijken. Chemoslaapjes zijn intens, maar helpen je lichaam te helen. Soms zijn er nachten waarin de slaap niet komt. Spreek erover met je arts. Slaap is ontzettend belangrijk.

En dan ben je plots uitbehandeld. Voortaan ga je op geregelde tijdstippen op controle. Het lijkt voorbij, je pikt de draad weer op. Of misschien niet. Kanker verandert je leven. Voor sommigen niet zo erg veel, voor anderen is er een leven vóór en na de kanker. Als er iets is wat je nu zeker kan doen, is het doorbijten, weer opstaan als je valt en de mogelijkheden langs alle kanten bekijken. Kanker doet wat met een mens.

M. Finoulst
Arts-journalist



Citeer dit artikel als: Finoulst M. Het is kanker. Wat nu? Tijdschr Geneesk 2023 (doi: 10.47671/TVG.79.23.117).

Acco-korting voor TvGG-abonnees

Wil je als TvGG-abonnee graag 10% korting genieten bij Acco bij de aankoop van het besproken boek? Surf dan snel naar www.tvgg.be/acco om de code op te halen of stuur een mailtje naar info@tvgg.be

Het volledige aanbod is terug te vinden via www.acco.be/tvgg