

Het heeft zo moeten zijn

Begin november 2007. Ik sta op en voel me fit. Het is mijn vrije dag en daar ga ik lekker van genieten. Nog een beetje spierpijn van het rondje lopen gisteren. Ik ben in training voor de Dam tot Dam loop. Ik realiseer me dat ik me in tijden niet zo goed heb gevoeld en bruis van energie.

Als ik onder de douche sta, bekruipt mij een gevoel van onrust. Ik onderzoek mijn borsten en voel eigenlijk niets, maar...mijn intuïtie zegt me dat er iets niet goed is in mijn lichaam. Het is mijn linkerborst. Heel dubbel, terwijl ik de dag zo goed ben gestart. Ik probeer het gevoel los te laten, maar de komende dagen lijkt het niet meer uit mijn systeem te verdwijnen.

Om mezelf gerust te stellen, maak ik een afspraak met de huisarts. Ik kom daar niet vaak en hij neemt mij serieus. Ik dring erop aan dat hij mij doorstuurt naar het ziekenhuis. Hij kan niets vaststellen maar respecteert mijn verzoek en ik krijg een verwijzing. Dezelfde dag nog kan ik terecht in het Zaan Medisch Centrum. De echo wijst uit dat er inderdaad iets zit. Kalkspatten, maar wellicht een beginfase van borstkanker. Voor de zekerheid wordt nog een punctie gedaan. Een pijnlijke ervaring. De arts vertelt mij dat behandeling niet noodzakelijk is.

Thuis vier ik met mijn man het goede nieuws met een kop koffie en een taartje. Nog geen vijf minuten later heb ik de arts aan de telefoon. 'Ik heb een vergissing gemaakt: in dit soort situaties is het de procedure om een borstbesparende operatie te doen'. We zijn met stomheid geslagen. Niet alleen door het nieuws, maar ook door het feit dat een arts dit even door de telefoon mededeelt. Ik dring erop aan de arts meteen te spreken. Daarin stemt hij toe. De arts neemt – nu wel – ruim de tijd en biedt zijn excuses aan. Ik ben mijn vertrouwen in hem kwijt en wil een second opinion. Ik krijg een keurige excuusbrief van de arts.

Bj het Antoni van Leeuwenhoek kan ik dezelfde dag nog terecht. Een warm bad. Hier volgen opnieuw een echo en een punctie. Het bericht wordt nog donkerder. Niet alleen een borstbesparende operatie maar ook zes weken bestraling is noodzakelijk. Onze wereld stort in. Buiten op de parkeerplaats blijkt dat iemand de auto heeft aangereden. De hele zijkant ligt in elkaar. Wat een dramadag.

Vanaf dat moment gaat het snel. Veel afspraken in het ziekenhuis. De operatie is op 21 november. Twee weken daarna volgt zes weken bestraling. Ik leef in een roes en ben alleen met mezelf bezig. Ondanks alles voel ik me lichamelijk nog steeds fit. Ik herstel snel en zit na twee weken weer achter mijn bureau bij de gemeente Zaanstad. Ik moet, houd ik mezelf voor.

Tijdens de zes weken bestraling werk ik gewoon door. Parttime, dat wel. Omdat ik geen energie heb en het mentaal slecht kan verwerken. Collega's reageren wisselend. Lang niet iedereen begrijpt waarom ik na een paar weken slechts een paar uurtjes per dag kom. Na de bestralingsperiode vertel ik mijn collega's dat ik graag twee weken op vakantie wil. 'Waarom? Alles is toch oké en je bent al zolang weg geweest'.



De maanden daarna ga ik terug naar mijn oude ritme. Ik merk dat ik me slecht kan concentreren, veel wegdroom en ontzettende vermoeid ben. Na een jaar gaat het licht uit. Ik sleep mezelf naar kantoor en wil gewoon niet meer door op deze manier. Ik zit in een burn-out.

Mijn leidinggevende toont begrip, maar van collega's hoor ik weinig. De bedrijfsarts probeert mij te dwingen snel aan het werk te gaan. Ik weiger dit en kom voor mezelf op. Ik bepaal zelf wanneer ik zo ver ben. Ik krijg een andere bedrijfsarts. Ook hij toont geen begrip. In de familiekring is het contact eveneens moeilijker geworden. 'Vooral niet over kanker praten', lijkt het devies, terwijl ik daar juist behoefte aan heb.

Na ruim zes maanden begin ik weer te werken, mijn beslissing. Ik doe mijn werk op de automatische piloot en ik heb er geen plezier meer in. Het is tijd voor iets anders. Na twee jaar zoeken vind ik de opleiding tot holistisch massage therapeut. Een hbo-opleiding van vier jaar. Ik ga ervoor. Niet makkelijk als je de vijftig gepasseerd ben. Ik ga minder werken, uiteindelijk nog maar twee dagen. Tijdens mijn studie kom ik lotgenoten tegen, gelijkgestemden.

Ik loop vier keer een sponsorwandeling van www.asistershope.org om geld op te halen voor wetenschappelijk onderzoek naar borstkanker. Ik doe mee aan een fotoshoot voor een nieuwe folder voor de borstkankervereniging. Ik heb een fotosessie voor het boek van Michel Grollé: IK – het fotoboek wat niet over borstkanker gaat. De presentatie vindt plaats bij het Antoni van Leeuwenhoek, hoe leuk.

Het eerste studiejaar volg ik ook nog de opleidingen massage bij kanker (www.massagebijkanker.nl), ademcoaching, massage bij autismespectrumstoornis. In het derde jaar kom ik Joyce tegen tijdens de sponsorwandeling. Zij heeft al veertig jaar een kapsalon op de Plantage Middenlaan in Amsterdam oost. Toeval bestaat niet, ik ben daar geboren. Zij heeft een ruimte over en biedt mij aan te starten in haar zaak als ik mij studie heb afgerond.

Zes jaar werken wij nu samen. Joyce is ook huidtherapeut en werkt veel met kankerpatiënten die chemo en/of bestraling krijgen en haarwerk nodig hebben. We sturen cliënten naar elkaar door. We zijn dikke vriendinnen en helpen elkaar waar het kan. Het is geen baan waar ik van kan leven, maar het geeft voldoening mensen te kunnen helpen door er voor ze te zijn. Ze kunnen hun verhaal kwijt, zichzelf zijn en ontspannen. Even niet aangeraakt worden op een praktische manier zoals in het ziekenhuis, maar met sensitieve aandacht. Als ervaringsdeskundige weet ik wat mensen emotioneel voelen en denken en hoe ze zich lichamelijk voelen.

Ziek worden was voor mij een eyeopener. Een verrijkende ervaring, ook al klinkt dat vreemd. Wat ik nu doe is niet toevallig op mijn pad gekomen. Het heeft zo moeten zijn. Ik doe niets meer omdat het moet, alleen nog maar omdat ik het wil. Ik kies mijn eigen pad en de mensen bij wie ik mij thuis voel. Mijn partner is er altijd voor mij geweest. Samen hebben wij een intens en rijk leven, en dan heb ik het niet over materie. I am blessed.

Isolde Pâques is ex-borstkankerpatient, holistisch massage- en bewegingstherapeut en ademcoach. www.isenseholistic.nl en www.massagebijkanker.nl