

EIGEN SCHULD DIKKKE BULT

Liesbeth (55) is sinds haar dertiende een kettingroker. Een halfjaar geleden hoorde ze dat ze longkanker had en trok ze van spijt de haren uit het hoofd.

“OUDEJAARSAVOND 2014 BRACHT IK DOOR BIJ EEN GOEDE VRIENDIN. TOEN WE NAAR DE TV

keken, hoestte ik zo erg dat ze riep: ‘Hou toch eens op zeg, ik kan niets verstaan.’ Ook mijn dochter van 23 hoorde mij ‘s nachts blaffen in mijn bed. ‘Ga naar de dokter, mam’, drong ze keer op keer aan. Ik gehoorzaamde uiteindelijk met grote tegenzin – wat ziekte betreft steek ik het liefst mijn kop in het zand. De dokter luisterde aan mijn borst. Kinkhoest, meende hij. Zou vanzelf wel overgaan. Opgelucht ging ik naar huis.

De hoest bleef en werd harder. Ik was vaak doodmoe. Mijn dochter stuurde me opnieuw naar de dokter. Op de longfoto was niets te zien. Ik kreeg antibiotica en later ook prednison. Niets hielp. Soms stond ik te kokhalzen van het slijm in mijn keel. Die deed pijn, de tranen schoten in mijn ogen als ik iets doorslikte. Toch ging er geen enkel belletje bij me rinkelen.

In oktober kwam mijn moeder eten. Ik ben geen keukenprinses maar dit keer was mijn draadjesvlees uitstekend gelukt. Hangend boven de pan proefde ik een stukje. Het bleef steken in mijn keel en hoe ik ook hoestte, ik kreeg het er niet uit. ‘Bel 112’, wist ik nog net uit te brengen.

Toen is het balletje gaan rollen.

Een paar dagen later zat ik samen met mijn dochter en een vriendin bij de longarts. Die vertelde me dat het helemaal foute boel was. Ik had kanker in mijn linkerlong en een dichtbij liggende klier. Ik moest aan de chemo en bestralingen. Ze wond er geen doekjes om: er was slechts 25 procent kans dat ik dit zou overleven.

De paniek is niet te beschrijven. Ik trok letterlijk de haren uit mijn hoofd. Ik ben heel hard weggerend, de gang op, het ziekenhuis uit. Weg van die arts, van dit verschrikkelijke nieuws. Op een bankje voor het ziekenhuis resoneerde de diagnose in mijn hoofd. Longkanker, longkanker. Dit heb ik helemaal aan mezelf te danken, dacht ik. Ik had mijn longen verkankerd door veertig jaar als een gek te roken. En toch was een sigaret het enige waar ik op dat moment naar snakte. Terwijl ik met mijn dochter huilend en trillend op dat bankje zat, ging mijn vriendin vlug een pakje halen. In een uur tijd was het leeg. Hierna kon ik geen sigaret meer zien. Die klotedingen die ervoor hadden gezorgd dat ik dood zou gaan. Dat ik mijn dochter alleen achter zou moeten laten. Haar vader was tien jaar geleden overleden. ‘Pas goed op ons kleine meisje’, had hij me nog zo gevraagd.

TEKST **LYDIA VAN DER WEIDE**

‘HEUS, IK ZOU ECHT WEL EEN KEERTJE STOPPEN. NATUURLIJK, MAAR NU NOG EVEN NIET’

Wat wilde ik de klok graag terugdraaien. Veertig jaar teruggaan in de tijd. De dag dat mijn vader me mijn eerste sigaret toewierp. Ik was elf jaar oud. Op mijn dertiende begon ik echt met roken, lekker stoer doen op het schoolplein. Binnen de kortste keren was ik verslaafd. Natuurlijk wist ik dat het slecht was. Soms deed ik een poging om te stoppen. Dat hield ik dan twee, drie dagen vol. Want ach ja, het was zo gezellig. En het hoorde bij me. Heus, ik zou echt wel een keertje stoppen. Natuurlijk, dat sprak voor zich. Maar nu nog even niet.

Soms zeiden mijn collega's en ik weleens als we buiten stonden te roken: 'Dit kan toch niet ongestraft blijven?' En toch maakte ik mij nooit echt zorgen. Ik ben een sterke vrouw die nooit iets mankeerde. En ik heb sterke genen, in mijn familie komt kanker helemaal niet voor. Longkanker zou mij niet overkomen. Ben je gek, dat was iets voor andere mensen.

Mooi niet dus. Ik ging kapot van schuldgevoel, ik kon echt aan niets anders denken. Gelukkig was mijn dochter ongelooflijk lief voor me. Onze band is fantastisch, we zijn niet alleen moeder en dochter maar ook hartsvriendinnen. Zij benadrukte dat ik mezelf niets kwalijk moest nemen. Ze zei steeds: 'Dit had óók kunnen gebeuren als je niet had gerookt.' Zo probeerde ze me op te beuren.

Tijdens de chemo en bestralingen bleef mijn schuldgevoel me achtervolgen. Ik rookte niet meer, hoe erg ik soms ook snakte naar een sigaret. Ik vond dat ik dat niet kon maken. Er waren zo veel artsen die zich voor mij inzetten, ik onderging peperdure behandelingen, ik was verplicht alles op alles te zetten om weer gezond te worden. Bovendien kan doorroken een negatieve invloed op de behandelingen hebben. Dus nee, niet één sigaret meer. Soms had ik afschuwelijke nachtmerries waarin ik weer rookte. Dan ontwaakte ik badend in het zweet, compleet in paniek.

De chemo en de bestralingen duurden negen weken. Het was zwaar

en intensief. Ik was erg ziek, voelde me vies en was doodsbang. Tot mijn grote geluk leken de behandelingen aan te slaan. Daardoor ging ik hoopvol naar de uitslag, een paar maanden later. Dat was zo spannend. We waren als laatste aan de beurt. Angstig hielden mijn dochter en ik het gezicht van de arts in de gaten als ze haar deur opende voor de volgende patiënt. Konden we daar iets van aflezen? Toen ik eindelijk aan de beurt was, sprak ze de verlossende woorden al uit voordat we haar kamer binnen waren. Ik was schoon. De kanker was weg.

Ik weet dat het slechts een momentopname betreft en dat de kans dat de kanker terugkomt nog altijd heel groot is, maar ik probeer mijn leven weer op te pakken. Dat is pittig. Ik heb in een rollercoaster gezeten en nu leef ik van dag tot dag, van uur tot uur. Ik durf geen plannen te maken, zeker niet op de lange termijn. Bij alles denk ik: zal ik er dan nog wel zijn? En bij alles wat ik voel – hoofdpijn, pijn in mijn knie, een steek in mijn borst – denk ik: o nee, een tumor. Ik merk dat mensen om mij heen proberen een positieve draai aan mijn prognose te geven – 'Een kwart overlevingskans is toch heel wat' – maar ik vraag me af hoe zij zich zouden voelen als zij in mijn schoenen zouden staan. Gelukkig krijg ik psychologische hulp. En ik heb mijn dochter die er altijd voor me is. Ze woont nog thuis en dat vind ik fijn, maar ik hoop dat ze snel een eigen huis vindt, een stabiele relatie krijgt. Mocht ik er straks niet meer zijn, dan staat ze in ieder geval op eigen benen.

Ik vind het lastig aan de buitenwereld te vertellen dat ik longkanker heb gehad. Ik doe het wel – maar ik zou liever zeggen dat het om borstkanker ging. Daar kijken mensen toch anders tegenaan. Als ik zelf iemand spreek die longkanker heeft gehad, vraag ik ook als eerste: 'Heb je gerookt?'

Toch kan ik mijn schuldgevoel inmiddels een beetje loslaten. Dat moet ook wel, anders word je knettergek. Je kunt niet elke dag boos op jezelf zijn. Als ik nooit had gerookt was dat nog geen garantie dat ik honderd zou worden. We leven in een wereld vol ongezonde dingen. Alcohol, vet, suiker. En dan de luchtvervuiling. Als ik mijn vinger langs mijn ramenkozijn haal en naar mijn zwarte vingertop kijk, denk ik ook: dit kan nooit gezond zijn. Als ik alles over kon doen, zou ik nooit een sigaret aanraken. Eigenlijk vind ik het idioot dat er überhaupt tabak wordt verkocht. Het is toch te gek, zo'n gigantisch grote waarschuwing dat het dodelijk is terwijl het wel overal te krijgen is. Het is spelen met je leven. Een spel op leven en dood." ●