

Wat gebeurt er met jou als een goede vriendin borstkanker krijgt? Laura (39) vertelt haar verhaal.

Ik wilde die vriendin niet kwijt

“Het was een rare dag toen ik het slechte nieuws te horen kreeg. Zij had een paar dagen eerder verteld dat ze een knobbeltje in haar borst had en ik had direct het gevoel dat het mis was. Uiteraard hoopte ik op een goede uitslag. Maar helaas. Mijn vriend en ik kwamen net terug van een begrafenis van een vriend en we stonden nog met onze jas aan toen ze het slechte nieuws kwam vertellen. Dat was een zeer serieus bericht, maar ik dacht toen nog niet direct aan doodgaan. Haar uitgangssituatie was ernstig, maar ze vertelde haar verhaal heel rustig, alsof het niets was. Na een tijdje merkte ik dat ik begon te twijfelen aan de waarheid van haar berichtgeving. Ik wist te weinig van het onderwerp, van de risico's en de mogelijkheden. Klopt haar verhaal wel of schetst ze de situatie rooskleuriger voor dan hij is? Ik zat niet zelf bij de gesprekken dus alle informatie was 'secondhand'. Kan ze werkelijk gaan voor genezing? En hoe groot is die kans echt? Ik wilde zo graag vastigheid, maar die was er niet. Dat was eng en verdrietig. Ik wilde die vriendin niet kwijt, we hadden het zo gezellig samen”.

Ik voelde de ernst en het verdriet

“Toen heb ik zelf het een en ander uitgezocht op internet. Hoe zit dat bijvoorbeeld met uitzaaiingen in lymfeklieren? Dat had ik beter niet kunnen doen, daar word je heel naar van. Ik heb geleerd de situatie per week te bekijken. Dat geeft rust, maar toch zingt die onrust voortdurend in het achterhoofd. Elke dag schoot het door me heen: “oh ja, dat is er ook nog!”. Het was afschuwelijk. We lijken zo op elkaar, we zijn even oud, hebben allebei een leuke man, twee kleine kinderen en samen heel veel lol. Haar kinderen kwamen vaak over de vloer en als ik die kleine, vrolijke koppies zag, werd ik pijnlijk verdrietig: stel je voor dat het toch verkeerd afloopt, wat dan? Dan moeten die kinderen verder zonder hun moeder. Ik kon me zo goed inleven in het hele verhaal, hoe vervelend het allemaal was. Ik voelde de ernst en het verdriet en natuurlijk was ik bang dat het ook mij zou overkomen. Maar, wat heeft het voor zin om te huilen met de wolven; ik moest er voor waken dat ik niet meer last van haar borstkanker kreeg dan zij zelf. En ik moest de situatie natuurlijk niet op mezelf projecteren. Het is haar verhaal, niet het mijne. Dus hield ik me vast aan de gedachte dat het wel heel toevallig zou zijn als twee vrouwen uit dezelfde straat getroffen zouden worden door borstkanker. Zij heeft het al, dan is de kans wel heel klein dat ik het ook krijg. Dat klinkt misschien raar, maar ik was continu opzoek naar geruststelling”.

Vooraf geestelijk steunen

De periode van de behandeling was vooral vaag. Zij was druk bezig, reed voor mijn gevoel de hele tijd heen en weer en bracht dagen door in het ziekenhuis. Ik keek machteloos toe en sprong hier en daar bij als het nodig was. Gelukkig maakte ze het voor haar omgeving heel makkelijk. Ze was open over haar situatie en over haar lichaam en liet me toe in haar nabije omgeving. Wij wonen in een kleine gemeenschap en iedereen was erg betrokken. Er werd een lijst gemaakt van mensen die wilden koken en ze kreeg veel praktische hulp. Dat is een mooie manier om met elkaar iets te kunnen doen. Omdat ik zo dichtbij stond, probeerde ik vooral geestelijk

te steunen. Ik probeerde me in te leven en wist wanneer de behandelingen waren. Dan liep ik regelmatig even langs om te polsen. Zijn er mensen en is er genoeg hulp? Je gaat vanzelf patronen ontdekken. Vooral de maandagen waren zwaar. Dan was iedereen weer op school en aan het werk. Juist op die momenten liep ik binnen voor een babbel en een kop koffie. Dat ging automatisch, het was een organisch proces. Ik probeerde mee te bewegen met de situatie en nee, het is nooit een belasting geweest. Als ik het druk had, was ik er gewoon niet of minder. We hadden het ook vaak heel gezellig. Echt uitgaan zat er voor haar niet in, maar ze kwamen samen vaak bij ons. Wij hebben een beamer en we keken dan met elkaar een film. Zelfs als ze neerslachtig was, was er altijd iets van positiviteit.

“Joh, pak je leven op, laat die borstkanker achter je”

De periode na de behandeling was ingewikkelder en meer ongrijpbaar. Ze vond het moeilijk om de draad weer op te pakken en heeft lang rondjes gedraaid. Het leven is doorgegaan, maar zij stond stil. Dat was een lastige fase. Zelf vond ik dat die borstkanker veel te lang centraal stond. Het lukte haar maar niet om vooruit te komen en greep vaak terug naar haar ziekte. Het was de fase waarin ik voor mijn gevoel het minst voor haar kon doen. Ze moest zelf verwerken wat ze heeft meegemaakt. Die moeilijkheden zitten in haar hoofd. Uiteraard kun je van alles aandragen; ‘doe dit, probeer dat’, maar de kwartjes moeten vallen. Ik kan luisteren, maar heb ook wel gedacht: “Joh, pak je leven op, laat die borstkanker achter je, ga verder!” Dat kon ze niet, toen nog niet. Het is zo’n groot proces. Daar staat ze echt alleen in. Ik wilde zo graag dat ze kon genieten van wat er was. Maar ik begrijp ook zo goed dat dat moeilijk is. Alles was veranderd, haar lichaam, haar kunnen, haar werk en haar relatie. Dat schuif je niet zomaar aan de kant. De wederopbouw duurt langer dan je zou kunnen vermoeden. Ik zag iemand die klaar was met de behandelingen. Ik was blij en opgelucht. Maar, het verdriet, de pijn en het onvermogen over alles wat er gebeurd is zitten bij haar dieper dan je zou willen, dan je zou kunnen hopen en beseffen. Ik vond moeilijk om te steunen, om de juiste woorden te vinden en voelde een combinatie van machteloosheid en geïrriteerdheid. Er zat geen lijn in haar verhaal, het was een grote brei. Ik probeerde te helpen met zoeken, maar had geen idee wat ik er mee moest of wat ik er mee kon. En omdat ik haar niet wilde belasten, ben ik bepaalde dingen in mijn leven zonder haar gaan doen en vertelde haar minder wat bij mij speelde. Dat er even iemand op mijn kinderen paste bijvoorbeeld. De behoefte om met haar te delen had ik wel. Dat maakte me verdrietig. Waar was die gezelligheid die we hadden? Hoe konden we die terugkrijgen? Dat is een serieuze zoektocht. Uiteindelijk heb ik daar een weg in gevonden. Het is belangrijk om in gesprek te blijven en gelukkig is mijn vriendin daar heel goed in. We ondernemen weer wat vaker dingen samen. De kunst is om het niet te moeilijk te maken, er niet te veel aan op te hangen en vooral vertrouwen te houden dat het weer goed komt.

Gratis Levensles

“Het is bijzonder om zo’n ziekteproces van dichtbij mee te maken. Ik zie het als een gratis levensles. Hoe mijn vriendin met dingen omgegaan is, is wel een voorbeeld voor mij. Ik ben er krachtiger door geworden, en heb veel inzichten gekregen. Mocht er ooit iets met mij gebeuren... Hoewel er veel veranderd is en we in een nieuwe fase zijn gekomen, is onze vriendschap gelukkig wel gebleven. Vrouwenvriendschap is toch iets bijzonders en dat is mooi om te ervaren. We houden gewoon van elkaar.