

A woman with short blonde hair and glasses is smiling at the camera. She is wearing a dark blue t-shirt under a colorful, multi-colored tweed jacket with dark leather straps and brass buttons. She is standing on a rusty, industrial-looking metal structure, possibly a bridge or a sculpture. Her right hand is resting on a horizontal metal beam. The background is a blurred view of the same structure, with warm sunlight filtering through, creating a bokeh effect.

**Zo veranderde
kanker mijn leven**

**&voor
&na**

Wie ooit met kanker te maken kreeg, heeft een leven vóór en na deze ziekte. Soms zorgt dat voor een grote verandering. Soms voor kleine, maar nieuwe keuzes. Marie-Louise: "Niet dat ik eerst onbewust rondfladderde, maar toch sta ik nu anders in het leven." De verhalen van Melissa, Sandra en Marie-Louise.

TEKST SHIRAH IPENBURG, SONJA VAN DEN HEUVEL, LINDA DE WAART FOTOGRAFIE SANNEKE FISSEER, FRANK POPPELAARS

"Ik ontken het niet, maar probeer anders te denken"

"Op een dag had ik een vlekje in mijn bh. Misschien een moedervlek die bloedde? De volgende dag zag ik dat er roodbruin vocht uit mijn tepel kwam. Toen wist ik dat er iets niet klopte. De week erna, de dag voor mijn 31^e verjaardag, ging ik naar de huisarts. Op mijn verjaardag moest ik naar het ziekenhuis voor verschillende onderzoeken."

"De artsen dachten eerst dat het goedaardig was, maar helaas bleek een maand later dat het toch kanker was."

"Ze hebben mijn borst weggehaald en ik kreeg gelijk een prothese. Ook begon ik met chemotherapie. Ik ben absoluut niet kleinzerig, maar van de pijn kon ik niet rechtop staan. Later bleek dat ik erfelijk belast ben met borstkanker, daarom kreeg ik het al op jonge leeftijd."

"Kanker is als een trein waar je op stapt en in voort dendert. Je moet er gewoon in mee. En als je ziek bent, kost alles veel energie. Ik werd ziek tijdens het tweede jaar van mijn opleiding tot levenscoach. Maar ondanks alles ben ik daar mee doorgedaan. Het is heel belangrijk dat je ook nog iets hebt waar je energie van krijgt. Ik was ervan overtuigd dat ik juist door mijn ervaring mensen zou kunnen helpen. De opleiding gaf mij energie en

zorgde ervoor dat mijn wereld niet te klein werd."

"Als je in het ziekenhuis uitbehandeld bent, zeggen ze: 'Succes met je verdere leven.' Ik dacht: wat nu? Ik voelde me verloren. Omdat ik denk dat meer mensen dit gevoel hebben, startte ik vorig jaar een eigen praktijk. Ik help mensen die kanker hebben gehad of dat in hun omgeving meemaakten. Natuurlijk is geen ervaring hetzelfde, maar je hebt minder woorden nodig om dingen uit te leggen. Ook help ik mensen met hun persoonlijke ontwikkeling, faalangst of bijvoorbeeld een burn-out."

"Doordat ik ziek ben geweest, ben ik dankbaarder geworden. Niet dat ik eerst onbewust rondfladderde, maar toch sta ik nu anders in het leven. Van iets negatiefs probeer ik iets positiefs te maken.

Wanneer je negatieve gedachten hebt, kun je ervoor kiezen om erin te zwelgen, maar je kunt ook zoeken naar iets dat wel goed is. Ik ontken het niet, maar probeer anders te denken. Zo is mijn borst op dit moment niet zoals ik hem zou willen, maar ik ben wel gezond. Ik maak het dus breder, want er zijn een heleboel andere, mooie dingen. Daar kun je je ook bewust van zijn." >

Wie: Marie-Louise van de Hoef, 33 jaar

Wat: eigenaar Levenscoachpraktijk

“Wanneer je negatieve gedachten hebt, kun je ervoor kiezen om erin te zwelgen, maar je kunt ook zoeken naar iets dat wel goed is”

"Ik wil zelf onderzoek doen naar kanker"

Wie: Melissa Rijken, 22 jaar
Wat: student Biologie en Medisch laboratoriumonderzoek

“
Ik wil zelf
onderzoek
doen naar
kanker
”

Vier jaar lang stond haar leven stil en vocht ze om te overleven. Langzaam begint de zon weer te schijnen en krijgt Melissa weer energie. Dit schooljaar start ze met een opleiding om zelf onderzoek te kunnen doen naar betere behandelmethoden.

“Oh, dat hebben we eigenlijk nog niet eerder gezien.’ Dat zinnetje heb ik vaak gehoord tijdens mijn ziekte, terwijl dat het laatste is wat ik wilde horen. Ik wilde horen dat de behandeling compleet normaal verliep, dat het ging zoals ze verwacht hadden, maar niets van dat alles. Steeds pakte het anders uit en waren er geen antwoorden op mijn vragen.”
“Vier jaar lang ben ik ziek geweest. Tijdens mijn examenjaar van de middelbare school begon het. Omdat ik bleef hoesten, ging ik langs de huisarts. Die vertrouwde het niet en stuurde me door naar het ziekenhuis voor bloedonderzoek, wat uiteindelijk leidde tot een beenmergpunctie. De diagnose was myelodysplastisch syndroom: een beenmergstootnis die leidt tot leukemie. De enige remedie was een beenmergtransplantatie. Wonder boven wonder bleek mijn moeder een geschikte donor te zijn. Dit is bijzonder, want slechts in vijf procent van de gevallen is een ouder een geschikte donor. De transplantatie werd uitgevoerd en sloeg aan. Al snel bleek echter dat de behandeling té goed aansloeg. De cellen van mijn moeder vielen niet alleen de kankercellen aan, maar ook gezonde lichaamscellen. Mijn darmen en huid zijn het heftigst aangevallen, naast mijn lever, nieren en ogen. Mijn haar viel uit en ik voelde me doodziek.

Meerdere keren lag ik wekenlang in quarantaine in het ziekenhuis. Mijn moeder voelde zich schuldig, maar dat vind ik onzin. Dankzij haar sterke cellen zijn de kankercellen uit mijn lichaam verjaagd. Ik ben haar juist dankbaar.”

ELK JAAR EEN PRUIK

“Inmiddels ben ik kankervrij, maar wat de restschade in mijn lichaam is, is moeilijk te zeggen. Mijn haar is bijvoorbeeld nooit meer teruggekomen. Gelukkig krijg ik elk jaar van de stichting Puik voor Elkaar een prachtige pruik gratis en voor niets. Dat is nog iets wat kanker me heeft gebracht: de wetenschap dat er veel mensen zijn die zich belangeloos inzetten voor een ander. Met een andere stichting, de Vereniging Ouderen, Kinderen en Kanker, ben ik al tweemaal op survivorskamp geweest en wellicht ga ik nog vaker mee. Ook ben ik met Stichting Doe een Wens naar Florida geweest. Dat was fantastisch.”

“Tijdens mijn ziekenhuisopname heb ik lotgenoten verloren aan kanker. Kinderen die op dezelfde afdeling lagen, leven nu niet meer. Dat is zo oneerlijk. Aan de andere kant zie ik vriendinnen die niet ziek zijn geweest en al een stuk verder zijn met hun leven.”

“Eindelijk kan ik ook weer meedoen aan het leven. Door mijn ziekte weet ik precies wat ik wil. Ik ga de studie Biologie en Medisch laboratoriumonderzoek volgen en wil zo zelf de antwoorden vinden op de vragen die tijdens mijn ziek zijn onbeantwoord bleven.” ➤

Op verzoek van Melissa tippen we deze site: puikvoorelkaar.nl





"Kanker loopt als een rode draad door mijn leven"

Haar schoonvader, zwager en schoonmoeder overleden aan kanker. Haar moeder vecht er nu tegen. Toch laat Sandra Wijkhuizen de moed niet zakken. Ze richtte een stichting op.

"Iedereen heeft een passie nodig. En als je die niet hebt, moet je ernaar zoeken. Passie geeft je de drive iets moois te maken van je leven, wat je ook mankeert of wat je ook meemaakt. Mijn passie zit hem in zorgen voor anderen. Als kind al ging ik op de koffie bij oude dametjes in bejaardenhuizen. Ik vond het prachtig om te zien hoe zij opvrolijkten van zo'n bezoek. Later zorgde ik voor mijn gehandicapte kinderen en zieke familieleden. Het is fijn iets voor een ander te kunnen doen."

"Kanker loopt als een rode draad door mijn leven. Mijn zwager, schoonvader en schoonmoeder overleden eraan. Mijn eigen moeder vecht nu tegen uitgezaaide borstkanker. Als biologisch schoonheidsspecialiste geef ik onder andere ontspanningsmassages. Tijdens het ziekbed van mijn schoonmoeder masseerde ik haar handen en voeten. Ze vond het heerlijk en vergat de pijn. Even was er een lichtpunt; ze kwam los van het lijden. Ik bedacht me dat alle zieke vrouwen wel zo'n lichtpunt kunnen gebruiken in hun ziekteproces."

ZORGEN VERGETEN

"Na mijn schoonmoeders dood maakte ik die gedachte concreet. Ik organiseerde vanuit mijn beautysalon verwen- en ontspanningsdagen voor vrouwen met een levensbedreigende ziekte. De

toestroom was te groot voor mij alleen, dus riep ik de hulp in van ondernemers uit de buurt. Dit werd uiteindelijk de Yellow Roses Foundation, vernoemd naar de lievelingsbloem van mijn schoonmoeder. Samen met een groep enthousiaste sponsors en vrijwilligers houden we jaarlijks een verwendag voor ernstig zieke vrouwen in Etten-Leur en omgeving."

"Allerlei (beauty)professionals zetten zich belangeloos in om vrouwen een dag helemaal in het zonnetje te zetten. Ze krijgen massages en schoonheids- en manicurebehandelingen. Hun haar wordt gestyled en ze gaan uitgebreid in de make-up. Na afloop kunnen de vrouwen (als ze dat willen) op de foto."

"De reacties zijn hartverwarmend. Ik vergeet nooit de glimlach van een vrouw met kanker die me omhelsde en zei: 'Het is lang geleden dat ik zo intens heb genoten. Ik voel me weer vrouw.'"

"Ik ondervond (en ondervind nog steeds) van dichtbij hoe heftig kanker is. Vrouwen verliezen dat wat hen vrouwelijk maakt. Hun haar valt uit. Hun huid wordt grijs. Hun nagels brokkelen af. Spanning en verdriet overheersen."

"Wij leggen ze lekker in de watten, waardoor hun batterij oplaadt. Even vergeten ze hun zorgen, voelen ze zich mooi en ontspannen."

"Ook het contact met lotgenoten doet veel vrouwen goed. Aan het eind van de dag zie je ze stralen. Ik word daar helemaal blij van. Ik zou willen dat ieder mens dat gevoel kon ervaren. Iets voor een ander overhebben is het mooiste geschenk dat je kunt geven." «

Wie: Sandra Wijkhuizen, 49 jaar

Wat: oprichter Yellow Roses Foundation

“Passie geeft je de drive om iets moois te maken van je leven, wat je ook mankeert of wat je ook meemaakt”

”