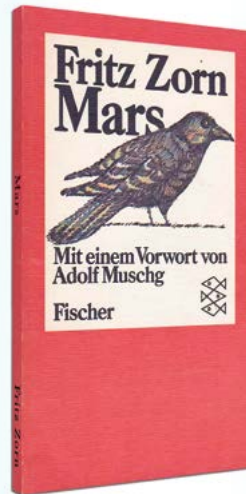


# Ingehouden tranen

‘Ik ben jong en rijk en ontwikkeld; ik ben ongelukkig, neurotisch en alleen. Ik stam uit een der beste families van de rechteroever van het meer van Zürich, die men ook wel de Goudkust noemt. Ik ben burgerlijk opgevoed en mijn hele leven lang was ik braaf. Mijn familie is nogal gedegenereerd en ik vermoed dat ik zelf ook erfelijk belast ben en door mijn milieu aangetast. Natuurlijk heb ik ook kanker, wat als vanzelfsprekend voortvloeit uit het voorgaande.’ Het is de eerste alinea van *Mars* door Fritz Zorn, pseudoniem van Fritz Angst. De leraar op het gymnasium wil zijn familie en werk niet opzadelen met zijn ziekte en levensgeschiedenis en kiest daarom voor een pseudoniem. De lezer is gewaarschuwd – Zorn is woede, *Mars* is oorlog.



Een dag voordat Zorn op 32-jarige leeftijd overlijdt aan een lymfoom, besluit de uitgever diens manuscript als boek te publiceren. De auteur is dan al niet langer bij bewustzijn. Zorn en *Mars* richten zich op zijn ouders, zijn opvoeding, zijn milieu en de samenleving. Hij verwelkomt kanker. Met zo’n achtergrond had hij niet anders verwacht.

Fritz Zorn vertegenwoordigt een aanzienlijke groep patiënten met kanker, wier attributies over hun ziekte wel bevreesdheid opwekken bij de behandelaar. Soms meer dan dat. Het maakt het voor de behandelaar niet gemakkelijk wanneer patiënten hun kanker toeschrijven aan psychologische factoren. Het wegvuiven van die attributies vervreemdt de patiënt van zijn behandelaar. Het negeren van de attributies ruïneert adequate therapietrouw met medicatie en leefregels. Door het omarmen van de attributies zouden vele behandelaars zich ongemakkelijk voelen.

Moderne behandelaars kijken verbaasd naar Zorns zoektocht naar de aard en oorzaak van zijn ziekte. Die leidt naar de klassieke psychosomatiek: onderdrukte emoties en miskende seksuele impulsen vertalen zich in ontsprende cellen. Kanker komt door kronkelingen in het verleden. De auteur verwijst naar de Oostenrijkse psychiater Wilhelm Reich, wiens gedachtegoed serieuze wetenschappers en klinici al decennia afdoen als pseudo-wetenschap. Maar het gedachtegoed blijft leven, bij Fritz Zorn en bij velen in de samenleving, ook aan het begin van de 21<sup>e</sup> eeuw. De auteur schrijft zijn kanker toe aan *verschluckte Tränen* – ingehouden tranen.

‘Het was alsof alle tranen die ik in mijn leven niet had gehuild en niet had willen huilen, zich in mijn hals verzameld hadden en er deze tumor hadden gevormd, omdat ze hun eigenlijke bestemming, namelijk uitgehuild te worden, niet hadden kunnen bereiken (...). Ik geloof dat kanker een zielsziekte is, die hierin bestaat dat een mens die alle leed in zich opkropt, na een bepaalde tijd door dat leed wordt opgevreten’. Zorn schrijft zijn boek in 1976. Bijna een halve eeuw later valt in spreekkamers nog steeds dit type verhaal te beluisteren.

De 32-jarige leraar uit Zürich en de patiënt in de spreekkamer zijn niet de enigen die psychosomatische attributies koesteren. Ook gerespecteerde onderzoekers bestudeerden wat type C-gedrag is gaan heten, als mogelijke determinant van kanker. Dat type C-gedrag kan worden samengevat als: conflictvermijdend en jezelf wegcijferend. Bij bespreking van dit type gedrag in de collegezaal voor studenten geneeskunde wordt wel gegiecheld: ‘Allemaal flauwekul.’ Tot men voorzichtig de suggestie oppert dat van velen hun moeders dergelijk gedrag vertonen. In prospectieve studies onder gezonde vrouwen in het bevolkingsonderzoek naar borstkanker, is onderzocht of type C-gedrag was geassocieerd met

het ontstaan van mammacarcinoom 8 jaar later. De uitkomst was consistent: type C-gedrag hoort thuis in de dikke map met achterhaalde concepten. Maar het beeld leeft maatschappelijk voort.

Artsen hebben anno 2020 wel instrumenten om attributies – die kunnen fascineren, maar behandeling in de weg kunnen staan – om te vormen tot meer constructieve opvattingen. Recent onderzoek laat zien hoe zelfmanagementinterventie leidt tot meer adaptieve attributies en daarmee tot betere kwaliteit van leven.<sup>1</sup> In 3 sessies van 60 minuten worden de attributies van patiënten met een hoofd-halscarcinoom geanalyseerd en met de patiënt op socratische wijze ter discussie gesteld en in meer realistische zin veranderd. Ook leert de patiënt copingstrategieën en zelfzorgvaardigheden. *Expressive writing* maakt vaak deel uit van zo’n behandeling en meta-analyses wijzen op gunstige effecten. Niet alleen het lezen van romans is goed voor patiënten, schrijven is dat ook.<sup>2</sup>

Zo’n 50 jaar geleden was de medisch oncologische behandeling van hoofd-halscarcinoom niet zo vergevorderd als nu. Ook in de psychosociale zorg zit vooruitgang. Fritz Zorn had nu wellicht zijn eigen naam kunnen aanhouden en minder wanhoop en woede hoeven opkroppen. De lezer had in dat geval wel een fascinerend boek moeten missen. Zijn laatste zin is: ‘Ik verklaar mezelf als in staat van totale oorlog.’ ←

De referenties zijn te raadplegen in de onlineversie van deze column op [www.medischeoncologie.nl](http://www.medischeoncologie.nl)

beeld: Jeroen van Koelen Fotografie



Prof. dr. A.A. Kaptein is emeritus hoogleraar Medische psychologie. In deze column belicht hij romans die ingaan op thema’s als zingeving bij kanker, inpassen van kanker in het bestaan, therapie(on)trouw, levensstijl, zelfmanagement, kanker een plaats geven in een sociaal systeem en kwaliteit van leven. Dergelijke romans kunnen bijvoorbeeld worden gebruikt als bibliotherapie of laten mogelijkheden voor *expressive writing* zien.