



Prof. dr. A.A. Kaptein is emeritus hoogleraar Medische psychologie. In deze reeks interviewt hij kankerpatiënten over hun ziekte, behandeling en de reacties van hun omgeving.

Boezemvriendinnen

Bij Roelie van Beek is twee jaar geleden een dubbeltumor mammacarcinoom gediagnosticeerd. Met een aantal jonge medepatiënten heeft zij een podcast gemaakt: *Boezemvriendinnen*.

‘Er kwam een hele delegatie mensen binnen en ik dacht: waarom is het niet maar één persoon? Toen werd het pas serieus, ik werd stil en bang. De arts zei meteen: “We hebben een biopt genomen en dat was niet goed.” Ze zei niet: “Je hebt borstkanker.” Er was daar iemand bij voor het psychische gedeelte. Ze ging tegen mij praten en wilde me geruststellen. Ik vond dat vooral irritant. Ze zei dingen als: “We gaan samen oud worden”, terwijl ik dacht: “Ik heb kanker, ik ben 27 jaar. Hoe weet je dat nu? Dat kun je helemaal niet beloven.”³

‘Na mijn operatie heb ik niet gevoeld aan mijn borst. Ik durfde er amper naar te kijken. De verpleegkundige zei: “De eerste keer dat je je shirt opendoet moet daar iemand bij zijn, dat is een heftig moment.” Na drie dagen moest ik douchen van hen. Ik dacht: “Er gaat nu een douchestraal op die borst, nu ga ik voelen dat er geen gevoel in zit.” Dat moment was vreselijk. Je voelt het water niet op je borst, het is een dood deel van je lichaam. Dat is een heel naar gevoel en het is eng.

‘Het is een beetje alsof je een tennisbal vasthoudt, zo hard voelt het. Het doet ook best wel pijn, dat wat je normaal doet tijdens de seks doet nu zeer. Het is ook wel moeilijk, want tijdens de seks word je herinnerd aan iets waar je niet aan herinnerd wilt worden. Hoe meer je er niet aan wilt denken, hoe meer je erop gefocust bent.⁴ Wat ik best vaak doe is mijn bh aanhouden, dat kan wel. De ene dag lach ik erom: wat kan het mij schelen, die tiet. De volgende dag vind ik het heel erg dat ik niet meer mijn eigen borst heb. Dan voel ik mij opeens heel eenzaam, maar ik moet de rest van mijn leven met die angst leven dat de kanker terug kan komen. Dat is een hele opgave, je kan er niet onderuit.² Ik had veel steun van mensen om mij heen, mijn vriend die geweldig voor mij heeft gezorgd, maar je moet het alleen doen. Dat is zo zwaar om te dragen, alleen. Je moet je geboortedatum zeggen voordat je een infuus aangehangen krijgt. Ik was weer de jongste, en telkens weer. Om mijn ervaringen met andere jonge patiënten te delen heb ik de podcast *Boezemvriendinnen* gemaakt.

‘Bij de chemotherapie mochten boezemvriendin Emma en ik de bedden tegen elkaar schuiven. Nog appen we elkaar: “Voel jij je ook zo leeg? Heb jij ook die pigmentvlekken van de antihormoontherapie? Worden jouw tepels ook niet meer stijf?” We zijn heel intiem wat dat betreft. Ik kan het met iemand delen, bijvoorbeeld ook dat je geen libido meer hebt door de antihormoon-



beeld: Boezemvriendinnen

Boezemvriendinnen is te beluisteren op Spotify en andere podcast-apps.

therapie. “Het is zo droog als de woestijn”, “ik dacht dat ik de enige was.” Ik vind het belangrijk dat *Boezemvriendinnen* bij lotgenoten terecht komt. Borstkankervereniging Nederland heeft het al geplaatst. Via hen krijgen we veel reacties van vrouwen die zich erin herkennen.

‘Ik heb mijn eitjes ingevroren. Op het AMC liggen ze te wachten op het moment dat ik het ga proberen. Het is heel raar, ook als ik langs het AMC rijd. Ik moet dan even zwaaien naar, ja ik weet niet wat, mijn baby’s. Ze liggen daar gewoon in de vriezer. Ik ben zo blij dat ik dat gedaan heb, het voelt als een soort veiligheid.

‘Ik ben veel saaier, burgerlijker geworden. Ik drink minder en slaap meer. De mensen met wie ik vriendschap had, die band is sterker en intenser geworden. “Je moet presteren, je moet een sociaal leven hebben, je moet slank zijn, je moet een leuk leven leiden.” Dat hoeft van mij niet meer. Dat heeft het mij ook opgeleverd. Aan de ene kant de mensen om mij heen die belangrijker zijn geworden, aan de andere kant niet meer de spanningen over carrière maken. Ik heb dat kunnen loslaten, het interesseert mij niet meer.” ←

De referenties zijn te raadplegen in de onlineversie van dit artikel op medischeoncologie.nl.