

## ADDIE EN GREET KREGEN DE DIAGNOSE BORSTKANKER

„Ik dacht: over  
een jaar ben  
ik er misschien  
niet meer”



U heeft borstkanker. Addie Niewenhuijse-Bal (47) en Greet Geuze-de Jong (68) kregen beiden zo'n drie jaar terug deze boodschap. „Over een jaar ben ik er misschien niet meer, dacht ik. Heel je leven stort in,” zegt Addie. „Er zijn heel veel spanningen, maar de gedachte dat dit vanuit Gods hand komt geeft een zekere rust,” vertelt Greet.

**Addie was altijd bang borstkanker te krijgen, omdat haar moeder het ook heeft gehad.** „Ik ging elk jaar naar de dokter voor controle. In juni 2009 ontdekte ik een intrekking in de huid boven mijn borst en dat kan wijzen op borstkanker. Ik vond het lastig om zelf te voelen, dus maakte ik een afspraak bij de dokter. Hij voelde een knobbel. Waar ik altijd zo bang voor was, werd opeens werkelijkheid,” vertelt ze. „Daarna ging ik naar een verjaardag. Die stond in m'n agenda, dus ik ging er maar gewoon heen. Achteraf gezien vonden ze me daar erg stil. Ik kon op dat moment alleen maar denken: dus toch borstkanker. Je hele leven en dat van je man en kinderen stort in.”

## INTERNET

De dokter verwees Addie naar het ziekenhuis. De chirurg gaf meteen al aan dat het waarschijnlijk niet goed zat. „De radioloog deed heel dramatisch. Hij zei: ‘Dit zit er zeker al maanden, als het geen jaar is.’

**LINKS** Addie Niewenhuijse kreeg te horen dat ze borstkanker had. „Je hele leven en dat van je man en kinderen stort in.”

Dat betekent dat de kans op uitzaaiingen groot is. Daardoor verloor ik meteen veel moed. De volgende dag kreeg ik de uitslag. Ze vertelden dat ik borstkanker had en dat ik een operatie moest ondergaan. Gelukkig wel borstsparend. Daarna zouden ze kijken of er uitzaaiingen waren. Opeens ben je dan kankerpatiënt. Alleen dat woord is al heel confronterend,” zegt Addie. „In het ziekenhuis hebben ze een mammacare verpleegkundige. Als je zo'n heftige boodschap krijgt, ben je helemaal van slag en heb je veel vragen. Een arts heeft niet de gelegenheid om uitgebreid te begeleiden, maar die speciale verpleegkundige wel. Ze nam zelf contact met ons op en wij konden ook een afspraak aanvragen. Dat was heel fijn.” Addies man en kinderen doken thuis al snel achter de computer om informatie te zoeken over borstkanker. „Je kunt bijvoorbeeld opzoeken hoe groot de overlevingskans is bij een bepaald formaat tumor. Ik had het idee dat ze veel narigheid lazen en mij alleen het positieve vertelden. Dat vond ik erg akelig. We spraken toen af om het enkel met de informatie te doen die het ziekenhuis ons gaf. Dat gaf veel rust.”

## FOUT

In 2009 deed Greet, net als voorgaande jaren, mee aan het bevolkingsonderzoek

naar borstkanker. „Ik vond het altijd spannend. Ik dacht net dat ik blij zou zijn als ik de brief met de uitslag binnen zou hebben, toen de huisarts op de stoep stond. Hij komt een negatief bericht altijd persoonlijk vertellen, dus ik wist meteen dat het fout was,” vertelt ze. Ook Greet kreeg meteen een afspraak in het ziekenhuis. De chirurg kon niets vinden en voor de radioloog was het ook niet duidelijk. De volgende dag kreeg ze de uitslag al. „Vaak duurt dat langer,” geeft Greet aan. „Zo'n periode van onzekerheid is heel zwaar. Je wordt heen en weer geslingerd tussen de angst dat het borstkanket is en de hoop dat het meevalt. Het is dan fijn om de uitslag zo snel mogelijk te hebben.” In december moest Greet terugkomen. Er volgde weer een onderzoek, een röntgenfoto en een echo, want op de röntgenfoto was wel wat te zien, maar de chirurg kon niets voelen. Ook de radioloog kon niets vinden. De uitslag was precies hetzelfde. Daarom kreeg Greet een MRI-scan, waarop wel weer iets te zien was. Een biopsie volgde en toen was het duidelijk: „Ik had borstkanker. Een zwaar beladen woord, maar wel werkelijkheid. Intussen was ik ruim een half jaar bezig. Je hoopt dat alles klaar is als je de uitslag krijgt, maar dan begint het eigenlijk pas.”

Tien dagen na de uitslag volgde bij Greet al een operatie. „Die verliep gelukkig goed. 's Morgens voor de operatie spotten ze contrastvloeistof in de poortwachterklier in mijn oksel om te zien of die aangetast was. Gelukkig was die nog schoon. Wat kleinere klieren waren wel aangetast en werden weggehaald tijdens de operatie die 's middags plaatsvond.”

Bij Addie was de poortwachterklier helaas wel aangetast. „Toen zaten we er helemaal doorheen. Tot nu toe kreeg ik negatief bericht op negatief bericht. Je kunt het dan niet meer positief bekijken,” vertelt Addie. „Ik kreeg een zogenaamd okselkliertoilet, waarbij alle lymfeklieren weggehaald en onderzocht worden. Gelukkig bleek toen dat het bij die ene poortwachterklier was gebleven. Dat was de meest gunstige uitslag die je in die situatie kunt krijgen. De operaties vielen op zich mee, maar de psychische druk in die periode was groot. Ik was bang dat de ziekte te ver gevorderd zou zijn om goed behandeld te kunnen worden. Gelukkig was er behandeling mogelijk. De oncoloog benadrukte wel dat de nabehandeling zwaar zou zijn, vooral omdat het een jaar zou duren.” Addie moest eerst chemotherapie ondergaan. „Daar hoor je veel indianenverhalen over. Het zou een zware behandeling zijn, waarbij je van het ene op het andere moment een soort griep kunt krijgen. Bovendien hoorde ik dat je hoofdhuid kan gaan prikken en je haar dan uitvalt. Van het ziekenhuis kreeg ik een boekje over chemotherapie waarin precies staat welke klachten je kunt krijgen. Ik zag er erg tegenop toen ik dit allemaal hoorde,” vertelt ze. „Tijdens zo'n kuur zit je in een grote stoel met een infuus. Na de eerste keer wachtten we tot ik ziek zou worden. Mijn man belde regelmatig naar huis om te peilen of ik al klachten had. Maar ik werd helemaal niet ziek. Opmerkelijk genoeg had ik weinig last van moeheid. Het viel gelukkig erg mee en daar ben ik erg dankbaar voor.” Na drie weken begon Addies haar uit te vallen. „Na het kammen zat er steeds meer in

m'n borstel. Ik ging naar de kapper om een pruik uit te zoeken. Ze nam me mee in een kamertje met allemaal pruiken. Dat vond ik heel heftig. Ik moest opeens huilen. Na het uitzoeken van de pruik, moest ik met mijn man terugkomen om samen alles mee te maken. De kapster knipte mijn haar stukje bij beetje korter en haalde toen de tondeuse erover. Dat was confronterend, maar ik kon er redelijk goed mee omgaan. Daarna kreeg ik de pruik op en gingen we meteen naar m'n moeder om het te laten zien. Haar

**RECHTS** Greet Geuze had borstkanker. „Ik ervoer mijn ziekte echt als een roepstem.”



„Het is een grote slag, maar het geeft een zekere rust om te weten dat het uit Gods hand komt”

reactie was: 'Oh, wat ben je knap.' Dat was natuurlijk een hele leuke reactie. Zelf heb je het idee dat iedereen naar je kijkt. Ik zag ertegenop om naar de winkel te gaan, maar deed het toch meteen. 's Zomers broeide het best wel en aan het einde van de dag gooid ik de pruik soms af. Mijn man en kinderen deden hem soms ook even op om te kijken hoe dit kapsel hen stond. We hebben er dus ook grapjes over kunnen maken."

## BESTRALINGSRUIMTE

Greet hoefde geen chemotherapie te volgen, maar onderging drieëndertig bestralingen. „Ik wist niet wat ik me daarbij moest voorstellen, maar bij het radiotherapeutisch instituut stonden ze helemaal voor me klaar. Ze lieten me alles zien en legden het duidelijk en hartelijk uit. Dat was fijn, want iedereen die daar komt, heeft vriendelijkheid nodig. Voor de bestraling moest ik me gedeeltelijk uitkleden en naar de bestralingsruimte lopen. Ze kijken of je precies goed op de behandeltafel bent gaan liggen. Dan laten ze je alleen en begint de bestraling. Dat vond ik best heftig. Iedereen moet weg vanwege de felle straling en jij ligt daar gewoon. Het duurde gelukkig steeds maar een aantal minuten. De eerste week moest ik elke dag op een andere tijd. Daar werd ik heel zenuwachtig van. Steeds keek ik op m'n kaartje om de tijden te controleren. Daarna mocht ik gelukkig veel regelmatig. Dat gaf meer rust. Ik mocht gebruikmaken van een taxi en was soms binnen een uur alweer terug."

Na de chemokuren kreeg Addie ook bestralingen. „Dat vond ik vervelender dan de chemotherapie. Ik werd er erg duizelig van. Verder hield ik er niet van om in m'n blote bovenlijf door de lange gang naar de bestralingskamer te lopen. Dat voelde bijna een beetje mensonterend." Greet en Addie hadden allebei weinig last van moeheid. Greet: „Iedereen informeerde steeds of ik al moe was, maar ik had er helemaal geen last van. Dat schijnt niet vaak voor te komen."

## Tips voor meeleven

- Stuur regelmatig **een kaartje** of pleeg een telefoontje. Luister en vertel niet te veel (op dat moment) onbelangrijke dingen.
- Stuur een gedicht of bemoediging door middel van **een Psalm** of een lied. Dat zegt soms meer dan veel bezoek.
- Vraag altijd **of het uitkomt** als je belt of op bezoek wilt gaan en probeer het later nog eens als het niet uitkomt. Sommige mensen bellen maar één keer en dat is jammer.
- Stuur eens een kaartje aan **de partner of gezinsleden**. Ook voor hen is het zwaar.
- Denk eraan dat **controlebezoeken** ook na jaren nog spannend zijn.

Addie voegt toe: „Ik had verwacht dat ik nachtenlang zou liggen piekeren, maar ik sliep heerlijk. Ik ervoer dat ik kracht kreeg." Greet herkent dat. „Ik ben een slechte slaper en lig gerust een halve nacht wakker. Daar moet je niet aan denken in zo'n periode van bestralingen. Maar ik sliep heerlijk en kon 's ochtends goed uit bed komen. Daarin zag ik iets van Gods barmhartigheid. Na de bestralingen nam ik me voor om 's morgens ook weer wat vroeger op te staan. Maar dat lukte niet meer. Toen begon 's nachts het piekeren weer. Als ik niet kon slapen, zong ik soms een psalm in mijn gedachten. Dat gaf rust. De regels 'Loof Hem, Die u, al wat gij hebt misdreven, Hoeveel het zij, genadig wil vergeven; Uw krankheên kent en liefderijk geneest; Die van 't verderf uw leven wil verschonen, met goedheid en barmhartigheên u kronen; Die in den nood uw Redder is geweest' uit Psalm 103 spraken me bijvoorbeeld heel erg aan. Het gaf verwondering en bemoediging."

## VERRASSING

Addie en Greet kregen uit hun kerkelijke gemeente veel meeleven. „De stroom met kaarten leek niet te stoppen en daar heb ik van genoten," vertelt Greet. „Ook kwamen de dominee, wijkouderling en dokter regelmatig langs voor een gesprek. Toen ik de laatste bestraling had ondergaan, kreeg ik van de taxichauffeuse een bloemetje. Thuis had m'n man wat lekkers bij de koffie geregeld en alle kinderen kwamen. Dat was echt een verrassing en ik genoot ervan. Het is fijn om zulke momenten tussendoor te hebben."

Addie had contact met een vrouw uit de gemeente die ook borstkanker had. „Het is heel fijn om met iemand te spreken die hetzelfde meemaakte als ik. Dat gaf me veel steun. Elke week lag er na een behandeling weer een kaartje met een tekst of een gedicht erop in de brievenbus. Ook de predikant en andere gemeenteleden leefden erg mee. Er werden bloemen gebracht, iemand kwam met een zelfgebakken taart. De kaarten waren bijna niet meer te tellen."

## Winstuitverlies

**S**tichting Winstuitverlies organiseert contactdagen voor mensen met kanker, mensen die hersteld zijn van kanker en hun partners, familieleden en vrienden. De bijeenkomsten bestaan uit ontmoeting en bezinning rond de thema's kanker en geloof voor hen die troost en leiding zoeken in Gods Woord. Info: [www.winstuitverlies.nl](http://www.winstuitverlies.nl)

Bijna altijd stond er iets hartverwarmends op." Naast steun van familieleden, kreeg Addie veel steun van haar buurvrouw. „Ze zei: 'Ik sleep je de winter door; we gaan elke maandag een eind lopen.' Dat doen we tot op de dag van vandaag."

Op het moment gaat het goed met Greet. De eerste twee jaar moest ze jaarlijks vier keer op controle. Inmiddels mag ze twee keer per jaar terugkomen en dat blijft nog steeds spannend. „Ik zou graag alle vrouwen willen aansporen om deel te nemen aan het bevolkingsonderzoek. Als ik niet naar het onderzoek was geweest, had ik de tumor binnen drie jaar nog niet gevoeld en was de kans op uitzaaiingen veel groter geweest."

Addie heeft nog last van haar arm, doordat de lymfeklieren verwijderd zijn. „Ik ga één of twee keer per week naar de fysiotherapeut en doe veel oefeningen. Verder onderga ik nu nog een hormoontherapie van vijf jaar, omdat het om een hormoongevoelige tumor ging. Dat gebeurt gewoon thuis omdat het plaatsvindt door tabletten in te nemen." Addie voelt zich nu goed, maar zodra ze ergens pijn voelt of iets vreemds aan haar lichaam ziet, komt de spanning meteen weer terug. „Is er toch een uitzaaiing, flitst dan meteen door mijn hoofd. Zo kreeg ik onlangs enorme buikpijn en moest ik 's nachts naar de huisartsenpost. Ik kreeg een echo van mijn bovenbuik. Dat was vlak voor de bruiloft van onze dochter. Het is dan allemaal weer heel spannend."

## AFHANKELIJKER

Ondanks de moeilijkheden was de periode van ziekte ook verrijkend voor de dames. „Ik ervoer mijn ziekte echt als een roepstem. Hierdoor leerde ik dingen relativiseren. Je bent zo vaak de hele dag druk, zonder bezig te zijn met echt wezenlijke zaken," vertelt Addie. „Ook leer je meer te genieten van alles. Onze jongste dochter nam afscheid van de basisschool en sommige mensen zeiden: 'Ach, ze gaat van de basisschool af. Dat is best jammer zeker? Dan sluit je weer een periode af.' Terwijl ik juist heel blij was dat ik het mee kon maken." Greet leerde door

haar ziekte afhankelijker te leven. „Je weet dat de ziekte je niet bij geval overkomt. Ik dacht vaak: wie ben ik dat het mij niet kan overkomen? Het is altijd bij een ander, maar nu bij mij. Het is een grote slag, maar het geeft een zekere rust om te weten dat het uit Gods hand komt. Als Hij je dit laat overkomen, heeft Hij er een bedoeling mee. De Heere maakt af wat Hij begint. Natuurlijk zijn er dan nog veel spanningen, vooral als je iets voelt. Vroeger dacht ik: 'dat gaat

wel weer over'. Nu denk ik dat niet meer. Maar als je weet dat de Heere erbij is, is dat toch anders. Ik zag elke nieuwe dag als een geschenk. Het is jammer dat die gevoelens in de loop van de tijd wegebben. Toch ben je er 's ochtends vaker van bewust dat je nog gezond bent. Het had heel goed anders kunnen zijn."

■ Ervaringen rond borstkanker delen?  
Ga naar [www.gezinsgids.nl](http://www.gezinsgids.nl)

## Tips van Teuna Verburg „Zoek contact”



Teuna Verburg heeft ook borstkanker gehad. „Het overviel mij enorm en ik doorliep een heftig traject." Ze geeft een aantal tips aan vrouwen die (borst)kanker hebben. „Het is daarbij wel belangrijk om te beseffen dat ieder mens uniek is. Ook in zijn of haar ziekzijn."

- Vind je het belangrijk om veel **informatie** te verzamelen over de ziekte? Doe dat dan! Maar als het je onrustig maakt, doe het dan niet.
- Durf al je **vragen** aan de oncoloog en/of verpleegkundige te stellen.
- Houd een **dagboek** bij. Je krijgt veel informatie tegelijk. Zo houd je overzicht en achteraf kan het fijn zijn om dingen na te lezen.
- Bezoek de **contactdagen** van Stichting Winstuitverlies. Ik vind ze een rustpunt in een onrustig geworden leven.
- Probeer **gewone dingen** te blijven doen. Woon bijvoorbeeld - voor zover mogelijk - verjaardagen van

anderen gewoon bij. Al is het maar een uurtje op een rustig moment.

■ Leg aan mensen in je omgeving uit hoe het komt en je soms **geen energie** hebt en je meer rust nodig hebt.

■ **Mail** met iemand over de gebeurtenissen. Ik had een mailvriendin en dat was goed voor mijn verwerkingsproces.

■ **Laat niet iedereen binnen** voor bezoek. Er zijn soms goedbedoelde leedtrekkers die hun eigen verhaal kwijt willen. Daar je niet op te wachten.

■ Zoek contact met een **goede vriendin** bij wie je gerust mag uithuilen en die niet zegt: 'Kop op, er zijn nog ergere dingen.' Want zijn er niet. Kanker is op dat moment het ergste wat je kan overkomen. Het neemt je gezondheid af, het vertruwen in je lichaam, en dood wenkt ieder moment.

■ Zoek troost in **Gods Woord** en lees en herlees de troostpsalmen, zoals Psalm 23, 32:4 berijmd en 91. Ook Jesaja 40 begint troostrijk.