

Oktober
borstkanker-
maand

Deze maand staat in het
teken van iedereen die
te maken krijgt met
borstkanker.



“IK? Een jonge, energieke, gezonde vrouw van 21, borstkanker?”

Een op de zeven vrouwen krijgt te maken met borstkanker, maar bij vrouwen onder de 50 komt de ziekte zelden voor. Als Eva (24) op haar 21e een knobbeltje in haar borst voelt en naar de huisarts gaat, zegt deze: ‘Niets om je zorgen over te maken.’ Een jaar later blijkt de knobbel wel degelijk kwaadaardig en is ingrijpen noodzakelijk. Eva schreef over haar ziekteproces het aangrijpende boek *Huisje, boompje... borstkanker*: ‘Leef, lach en maak herinneringen!’

Tekst: Lydia Zithema - Foto's: Maaikje Hogeburg/Uitgeverij GrowingStories/Privébezi

“Het knobbeltje in mijn borst dat ik in 2018 voelde, verontrustte me. Ik zag het een tijdje aan, maar het knobbeltje bleef en ik besloot naar de huisarts te gaan. De dokter was ervan overtuigd dat er niets was om me druk over te maken. Ze dacht dat een goede, stevige bh aanschaffen de klacht zou verhelpen, het knobbeltje zou dan wel verdwijnen door de juiste ondersteuning, dacht ze. Ik vond het wel een vreemd advies, maar was toch opgelucht. Als de dokter zich niet druk maakte, zou ik dat ook maar niet doen. Ook mijn ouders en vriend waren gerustgesteld. Bovendien kwam borstkanker toch zelden voor bij jonge vrouwen zoals ik? De tijd verstreek, maar het knobbeltje verdween niet door het dragen van ander ondergoed. Ik ging opnieuw naar de huisarts, want het zat me toch niet lekker. Een jaar later zat ik bij een andere arts bij dezelfde huisartsenpraktijk. Ook deze dokter drukte me op het hart me geen zorgen te maken. ‘Het is vast niets, want

je bent nog zo jong,’ zei ze, maar voor de zekerheid stuurde ze me wel door naar het ziekenhuis voor een extra controle. ‘Dat is de gewone procedure bij een afwijking,’ vertelde de dokter me en dat verbaasde me wel, want een jaar daarvoor was die procedure helemaal niet ter sprake gekomen. De volgende dag kon ik al bij de mammapoli terecht. Het was een woord waar ik tot dat

‘Ik zou ‘mammografie’ kunnen Googlen... Maar ik moet proberen te slapen en me vast te houden aan het optimisme van de anderen. Ik ben veel te jong voor borstkanker. Zorgen voor morgen.’ (Uit: Huisje, boompje... borstkanker)

moment nog nooit eerder van gehoord had. Een mammapoli bleek, zo leerde ik, een polikliniek te zijn die speciaal is gericht op het onderzoeken van vooral vrouwen - en soms ook mannen - die een afwijking of aandoening aan de borst hebben en bij wie een vermoeden bestaat dat ze mogelijk borstkanker zouden kunnen hebben.”

‘Weg was de onbezorgde, jonge vrouw met de veelbelovende toekomst. Van het ene op het andere moment was ik een kankerpatiënt’

Feiten & cijfers

In Nederland krijgt 1 op de 7 vrouwen de diagnose borstkanker. Dat zijn jaarlijks meer dan 17.000 vrouwen. Hoewel de overlevingskansen steeds beter worden, overlijden er jaarlijks nog ruim 3.000 vrouwen aan de gevolgen van de ziekte. Ook mannen kunnen de diagnose borstkanker krijgen.

Een klap

“Mijn moeder ging gelukkig met me mee naar de kliniek, want ik was heel zenuwachtig. Gespannen keek ik in de wachtkamer van de mammapoli om me heen en het viel me op dat er alleen maar oudere vrouwen om me heen zaten, er was werkelijk helemaal niemand van mijn eigen leeftijd. Ik werd geroepen en onderging verschillende onderzoeken. Werkelijk alles was eng, alles was nieuw. Er moest een echo worden gemaakt en foto's van mijn borst. Ook werd er weefsel uit mijn borst en oksel genomen. Ik was helemaal van streek door alles wat er gebeurde. Mijn emoties gingen alle kanten op. Van schaamte, naar angst en weer terug naar hoop. Het was zo veel en zo ingrijpend allemaal, zo intensief. Hierna was het ►



'Mijn vriend heeft me in alles gesteund en geholpen. Bij een ziekteproces zoals dit weet je pas echt heel goed wat je aan elkaar hebt'

wachten op de uitslagen en die logen er niet om, want er was wel degelijk alle reden tot zorg. Er zat een gezwel van zes centimeter groot in mijn borst. Ik had borstkanker. Toen ik dat hoorde stortte echt mijn wereld in. Ik? Een jonge energieke, gezonde vrouw van 21, borstkanker? En al zo'n groot gezwel? De angst sloeg me om het hart. Misschien had ik wel uitzaaiingen, misschien ging ik wel dood. Ik had een

'Vijf dagen nadat ik voor het eerst van mijn leven een mammapoli binnenliep, lijkten de onderzoeken en behandelingen zich per dag op te stapelen. Morgen eerst de fertilitaatsafdeling. Stap voor stap.' (Uit: Huisje, boompje... borstkanker)

jaar verloren, zou ik nu nog wel beter kunnen worden en wat moest daarvoor allemaal gebeuren? In één klap was mijn leven totaal veranderd. Weg was de onbezorgde jonge vrouw met de veelbelovende

toekomst. Van het ene op het andere moment was ik een kankerpatiënt geworden, iemand die zo snel mogelijk een zwaar medisch traject in moest. Ik moest een gen-onderzoek ondergaan om te

'Kanker heb je niet alleen, iedereen om je heen deelt mee in je verdriet en heeft zijn eigen emoties'

laten onderzoeken of er genetische afwijkingen waren. Die waren er niet. De borstkanker is bij mij niet genetisch, het is gewoon domme pech. Er werd een MRI-scan gemaakt om de tumor goed te kunnen beoordelen en ook onderging ik een Pet-scan om te zien of er uitzaaiingen waren, en gelukkig waren die er niet. Om moeten gaan met de diagnose kanker maakt je in korte tijd ineens heel erg volwassen. Het leven dat je tot dat moment leefde staat stil, je gaat een heel andere wereld in waarbij je geleefd wordt door behandelingen en onderzoeken. Je moet het ondergaan, je hebt geen keuze. Je gaat van ziekenhuis naar ziekenhuis. Je onbevangingheid is in een klap weg. Ik ben iemand die heel graag zelf de controle houd en ik vind het heel moeilijk om dingen uit handen te geven. Maar dat moest wel, het kon niet anders. Onder narcose gaan vond ik bijvoorbeeld verschrikkelijk beangstigend. Ineens ben je weg en ineens ben je weer terug, bizar. Ik was er echt heel bang voor, maar het moest, er was geen andere manier. Je wilt leven en doet alles wat je kan helpen te overleven. Zo heb ik bijvoorbeeld ook gekozen voor een extra chemo, die eigenlijk niet per se hoefde, maar die ik

toch besloot om te ondergaan omdat ik letterlijk alles wilde doen wat mogelijk was om de ziekte tot stilstand te brengen."

Kinderwens

"Een bezoek aan de fertilitaatskliniek was een van de zware stappen die genomen moesten worden. Spannend, maar heel belangrijk met het oog op een eventuele zwangerschap later. Mijn vriend en ik willen graag samen gaan wonen in de toekomst en we hebben ook een kindwens. Ik wil heel graag ooit moeder worden, maar de behandeling die ik zou krijgen, betekende wel dat ik de kans zou lopen onvruchtbaar te worden. In de kliniek werd uitgelegd wat de mogelijkheden zijn.

'Voordat mijn leven zou bestaan uit chemokuren, zijn mijn vriend en ik een paar dagen naar Oostende gegaan. Nog even genieten van de tijd zonder bang te hoeven zijn dat mijn haar uitvalt of nauwelijks op mijn benen te kunnen staan na een chemo.' (Uit: Huisje, boompje... borstkanker)

Gevoelsmatig besloot ik te kiezen voor de optie om mijn eicellen te laten invriezen. Mijn eicellen blijven bewaard totdat ik veertig ben en ik kan er zelf over beschikken. Het was vreselijk om hierover na te moeten denken en zulke heftige beslissingen te moeten

nemen, maar het was nodig. Mijn vriend en ik hebben ons samen zo goed mogelijk laten informeren en met ons hart een keuze gemaakt. Gelukkig kunnen we alles heel goed met elkaar bespreken en delen. We zijn al lang samen, ik was zeventien toen we een relatie kregen en we kennen elkaar door en door, maar bij een ziekteproces zoals dit weet je pas echt heel goed wat je aan elkaar hebt. Mijn vriend heeft me in alles gesteund en geholpen. Net zoals mijn ouders, familie en vrienden dat deden. De ziekte heeft mijn vriend en mij niet uit elkaar gedreven, maar ons nog hechter gemaakt dan we al waren. Bij alles was hij er voor me en pas toen het goed met me ging, vertelde hij me over zijn eigen angsten en gevoelens. Hoe bang hij was geweest om mij te verliezen, vertelde hij pas toen het weer goed ging met me, hij wilde me daar gedurende het behandeltraject niet mee belasten. Gelukkig kon hij er wel met anderen over praten in die periode, zodat ook hij zijn hart kon luchten."

Enorme impact

"Ik heb me werkelijk nooit ongemakkelijk gevoeld bij mijn vriend of in onze relatie, hoewel kanker een enorme impact heeft op iedereen die om je geeft en dus ook op je partner, familie en vrienden. Kanker heb je niet alleen, ►



Eva krijgt de eerste chemo

iedereen om je heen deelt mee in je verdriet en heeft zijn en haar eigen emoties. Bij mijn vriend kon ik altijd mezelf zijn. Ik voelde me nooit onbegrepen door hem, hij was er altijd voor me: tijdens alle achttien chemobehandelingen, de immuuntherapie, toen ik mijn haar verloor - iets wat ik zelf

'Het doel van mijn boek is jongeren ervan te overtuigen hun klachten serieus te nemen, jij kent je lichaam het beste'

en die bedreigde mijn leven. In mijn lichaam zat een tikkende tijdbom en die wilde ik zo snel mogelijk kwijt, maar natuurlijk was het verdrietig en confronterend. Eerst werd mijn zieke borst verwijderd, daarna preventief ook mijn andere, gezonde borst. Mijn lichaam zag er anders uit en het voelde anders. Gelukkig was er de mogelijkheid om daar tijdens mijn revalidatie en bij de psycholoog over te spreken. En ook vond ik steun en hulp bij lotgenoten. Bij hen kon ik mijn hart luchten, vragen stellen, ervaringen delen en zelfs mijn angst voor

iedereen verschillend is en anders omgaat met de ziekte, hebben we allemaal dezelfde ervaringen en die met elkaar delen, dat helpt enorm."

Serius nemen

"In juli 2019 kreeg ik de diagnose en ging het behandeltraject in, inmiddels ben ik nog steeds aan het herstellen en krijg ik heel langzaam weer vertrouwen in de toekomst. Het wordt niet meer zoals het was, dat zal het nooit meer worden, maar ik ga nog steeds vooruit. Elk jaar krijg ik een scan van mijn borsten. Dat blijft natuurlijk een spannend moment en ook onderga ik twee keer per jaar een onderzoek, dat is altijd weer zenuwslopend. Ook moet ik de komende tien jaar nog medicatie slikken. Ik studeer aan de pabo. Ik ga een dag naar school en sta twee dagen voor de klas, heerlijk om te doen, maar de ene dag gaat het beter dan de andere. Ik heb last van bijwerkingen van bepaalde medicijnen, de narcose en de chemo's. Zo heb ik behoorlijk last van concentratieproblemen en geheugenstoornissen en soms word ik overvallen door vermoeidheid. Schommelingen in energieniveau zijn sowieso een veelvoorkomend issue. Kort voordat de kanker bij mij

'Kanker doet wat het wil. Een lotgenoot met wie ik via social media veel contact had, is een week voor mijn MRI-uitslag overleden aan de gevolgen van borstkanker. Dat maakt me bang. Deze vrouw was zo positief. Ze zag in alles het goede en heeft me vaak geholpen in lastige situaties.'

(Uit: Huisje, boompje... borstkanker)

heel erg vond, omdat in mijn beleving nu iedereen kon zien dat ik een kankerpatiënt was, hoewel dat echt niet altijd het geval is - en ook toen ik de borstamputatie moest ondergaan en daarna de reconstructie plaatsvond, waarbij prothesen werden ingebracht. Afscheid nemen van mijn borsten was een noodzaak, hierin zat de kanker

de dood uitspreken. In het begin zag ik er niets in om contact te zoeken met lotgenoten. Wat had ik aan die ellende van anderen, ik had genoeg aan mijn eigen nariigheid. Maar al snel dacht ik daar anders over en werden de contacten met lotgenoten enorm waardevol voor me. Deze mensen wisten waar ik het over had, want hoewel

werd geconstateerd waren mijn vriend en ik op huizenjacht, maar dat hebben we maar even laten rusten. Daar heb ik nu gewoon de energie nog niet voor, dus woon ik nog bij mijn ouders. Een psycholoog adviseerde me om mijn ervaringen op papier te zetten, ook om dingen te verwerken en zo is mijn blog

22enborstkanker.nl ontstaan. Sommige stukken heb ik gebundeld en daaruit ontstond uiteindelijk mijn boek, waar ik heel blij mee ben. Ik heb een eigen site en krijg enorm veel reacties van lezers en belangstellenden en deze reacties raken me diep. Iedereen geef ik ook persoonlijk antwoord, dat vind ik belangrijk. Het doel van mijn boek is jongeren ervan te overtuigen hun klachten serieus te nemen, jij kent je lichaam het beste. Laat je niet afschepen als je klachten hebt en het niet vertrouwt, blijf niet met twijfels rondlopen. Borstkanker heeft mijn leven ingrijpend veranderd en ook mijn manier van leven. Vroeger was ik onbezorgd, keek moeiteloos jaren vooruit en had eigenlijk nooit te maken gehad met groot verdriet of tegenslag. Ik kon blij worden van waardevolle dingen,

BOEKENACTIE



Over de medische en psychologische achtbaan waarin Eva terecht kwam na de diagnose borstkanker. Een verhaal vol moed, doorzettingsvermogen, veerkracht en humor.

'Huisje, boompje... borstkanker' door Eva Visser is uitgegeven door uitgeverij GrowingStories en onder meer verkrijgbaar bij bruna.nl.

10% van de opbrengst van het boek gaat naar het KWF.

Mijn Geheim mag 5 exemplaren weggeven.

Wil je kans maken op dit boek?

Mail dan onder vermelding van: 'Huisje, boompje... borstkanker' naar: redactie@mijngeheim.nl en laat je gegevens achter. Meedoen kan tot dinsdag 19 oktober.

bijvoorbeeld een mooi horloge. Nu geef ik niets meer om dat soort materiële zaken. Ik hecht

'Mensen vragen hoe het gaat en ik kan zeggen: 'Steeds een beetje beter'. Af en toe heb ik wel een terugval, maar de meeste dagen gaan goed. Mensen denken misschien: de behandeling is toch klaar? Hup, door met het leven! Was het maar waar... Beter worden is moeilijker dan ziek zijn.'

(Uit: Huisje, boompje... borstkanker)

nu veel meer waarde aan samen zijn met anderen en bewust herinneringen maken, want aan je mooie, dure horloge heb je niet veel als je ziek wordt, maar aan mooie herinneringen des te meer. Leef, lach en maak herinneringen! Ik ben zo bang geweest om dood te gaan, maar ik ben er nog. Ik sta er versteld van hoeveel een lichaam aankan, al die ingrepen, medicatie, operaties, het is ongelooflijk dat je toch weer op kunt knappen, nadat je zo zwak bent geweest. Als binnen vijf jaar de kanker niet terugkomt heb ik net zoveel kans als ieder ander om ziek te worden, maar ik durf toch niet meer zo ver vooruit te kijken. Bij mijn leeftijdsgenoten merkte ik destijds wel wat onbegrip tijdens het behandeltraject, maar ook daarna en dat begrijp ik wel. Als je er zelf niet mee te maken hebt, is het ook moeilijk om je hiermee bezig te houden in deze fase van je leven. En veel mensen weten ook niet dat er na de behandeling nog zoveel meer komt, dat het niet is afgelopen met het eind van de behandeling. Ik vond het belangrijk om daar meer bekendheid aan te geven en ik hoop dat mijn boek daaraan bij kan dragen. Ook wil ik naasten op het hart drukken om er te zijn voor degene die het overkomt. Ga niet weg, keer je niet af, hoe moeilijk dat misschien ook voor je is. Je hoeft en kunt de ziekte niet wegnemen, maar je kunt er wel voor zorgen dat iemand niet alleen is." ■

Eva houdt ook een blog bij. Kijk op: 22enborstkanker.nl