

A close-up portrait of Bibian Harmsen, a woman with brown hair, wearing a gold tiara and large pearl earrings. She is looking directly at the camera with a slight smile. The background is a plain, light-colored wall.

Paniekspinnen

Bibian Harmsen (1971), moeder van drie kinderen, bassist, zangeres en grafisch vormgever bij Medisch Contact, overleed op 25 juli aan pancreaskanker. In september verschijnt haar boek *Paniekspinnen*, gebaseerd op de blog die ze in de laatste maanden van haar leven bijhield. Hieronder twee fragmenten.

Slechtnieuwsgesprek

november 2011

Op een verlaten endoscopieafdeling. De arts heet ons welkom en gaat ons voor naar een kamertje. We gaan zitten. Hij gaat zitten. Ik kan me zijn exacte woorden niet meer herinneren, ik heb ze waarschijnlijk ook niet helemaal verstaan. En maar half begrepen.

De CT-scan bevestigt de vermoedens die de echo opriep. Een zeer suspect beeld van een ruimte-innemend proces uitgaande van de pancreas. Dus. Dit heb ik niet onthouden hoor, maar nagelezen in de brief die we meekregen voor de oncoloog. De vertaling luidt: met grote waarschijnlijkheid een tumor in de alvleesklier, met uitzaaiingen naar de lever. Míjn lever. Míjn alvleesklier. Míjn pancreas.

De arts gebaart met zijn handen, zoals iemand de grootte van een vis, of een schoenmaat aanduidt. Handen dicht bij elkaar, handen iets verder uit elkaar. Hij zegt dat ik jong ben en dat ze waarschijnlijk alles uit de kast zullen trekken om te rekken.

Het woord 'rekken' veroorzaakt een golf van paniek in mijn lijf. Rekken, rekken, hoezo rekken? Genezen toch zeker? Bij 'rekken' doet hij zijn handen iets verder uit elkaar. Wat bedoelt hij met dat gebaar waarbij zijn handen ver uit elkaar zijn? Hoe groot is de tijdsperiode die hij aangeeft? Tien jaar? Twintig? Dertig? Klaas durft het te vragen. De arts zegt, met vele slagen om de arm, dat ze bij deze aan-doening, deze groep patiënten, vaak zien dat ze het zeker een paar maanden (de handen wat dichtter bij elkaar) tot een jaar (de handen wat verder uit elkaar) volhouden. Geen dertig jaar. De tumor is niet operabel, omdat die uitgezaaid is. Maar als de chemo aanslaat en de uitzaaiingen in de lever kleiner worden, weggaan, dan misschien toch wel. Een levertransplantatie, opper ik. De arts schudt zijn hoofd. Een schoonmaker opent de deur, ziet dat er nog mensen zitten, doet hem weer dicht.

Ik ben bang om gevangen te zitten in een lijf dat niet meer wil

De arts zegt dat ze dit ziektebeeld wekelijks zien, meestal bij oudere mensen, zelden bij zulke jonge mensen. En bij die oudere mensen kunnen ze vaak niet veel doen.

Meer valt er niet te zeggen. Er moet komende week een leverpunctie gedaan worden om te bepalen wat er precies zit, en naar aanleiding daarvan zal de behandeling worden bepaald. We schudden handen, zeggen dag, lopen naar de deur. In een roes lopen we naar de auto. (...)



Bibian Harmsen, *Paniekspinnen*. Een jaar zonder einde. Uitgeverij Podium, 192 blz., 17,50 euro, inclusief cd met akoestische nummers van Bibian Harmsen en Klaas ten Holt. Verkrijgbaar vanaf 1 september 2012. Meer informatie op www.uitgeverijpodium.nl.

Op zondagavond 30 september om 23.00 uur zendt RKK Kruispunt de documentaire *Schrijven om niet gek te worden* uit, waarin te zien is hoe Bibian afscheid probeert te nemen van het leven, van haar kinderen en haar man.

Pijn II

mei 2012

Tot mijn grote schrik lees ik steeds meer over verontrustende eindscenario's, zoals cachexie. Uitgemergeld aan je eind komen. Ik vroeg aan mijn oncoloog of dat de weg is die mij te wachten staat. Ik word een beetje nerveus van al die vragen waar niemand me een antwoord op kan geven, laat staan een geruststellend antwoord. Maar soms moet ik het toch vragen. Hoe lang, hoe vaak, hoe erg. Natuurlijk antwoordde hij dat niets zeker is, maar dat het bij pancreaskanker wel een denkbaar scenario is. Ik zei dat ik zo opzie tegen het einde. Hij vroeg waar ik precies bang voor ben. Ik dacht even na, maar omdat ik bang was in huilen uit te barsten en omdat ik niets beters kon verzinnen, zei ik: 'Pijn.'

Het hielp ook dat dit heel concreet was, omdat ik pijn voelde in mijn buik. Vervolgens ging ik alsnog zitten huilen.

Qua fysieke pijn kon hij me geruststellen met een goed pijnteam in het vooruitzicht, een pijnpoli, een heuse hoogleraar pijn, morfine-achtige medicatie en blokkades van de plexus; over pijn moest ik me misschien niet al te druk maken. Nu.

Maar mijn angst is veel meer omvattend dan fysieke pijn.

Ik ben er bang voor om met grote angstige ogen in bed te liggen, te slapen en te moe om iets te kunnen doen of zeggen. Broodmager. Ik ben bang om gevangen te zitten in een lijf dat niet meer wil. Ik ben bang om mijn levenslust te verliezen, bang om steeds meer te moeten slapen, moe te zijn, weg te drijven, af te haken. Bang voor slangetjes in mijn lijf, bang voor slapen in mijn eentje.

Bang om misselijk te zijn, bang om toch veel pijn te hebben, bang om geen pijn te hebben want dan ben ik misschien al half aan het doodgaan, bang om van alles te missen in de rest van het huis als ik in bed lig, bang om gek te worden van verdriet dat de wereld gewoon doordraait en alles gewoon verdergaat. Bang dat mijn hart breekt als ik de kinderen in de andere kamer roep en ze mij niet horen.

Bang dat ik chagrijnig word van pijn en ellende en alleen nog maar onaardig doe tegen iedereen. En dat niemand me dan meer lief vindt. Bang dat ik dat niet kan, terminaal ziek zijn. Bang dat ik dan heel hard wil gillen en schreeuwen, en schoppen en krabben maar er de kracht niet voor heb.

Gewoon zo bang dat het pijn doet. Dat bedoelde ik eigenlijk met 'pijn'.