

De balans portretteert artsen en hun drukke leven. Hoe combineren zij werk en privé? Heeft u hierover zelf een verhaal dat het vertellen waard is? Mail dan naar [redactie@medischcontact.nl](mailto:redactie@medischcontact.nl).

‘Na een onstuimige puberteit, was onze oudste zoon Juul in rustiger vaarwater terechtgekomen. Hij was 19, woonde op kamers in Eindhoven, studeerde economie, had een leuke vriendin. We hadden niet veel zorgen over hem. Na een heel fijne zomerweek in Italië met ons gezin, ging hij met twee vrienden naar Spanje. Iets boven Barcelona kreeg hun auto een klapband en bots-te tegen een boom. Een van de drie jongens overleefde de klap, de tweede lag maandenlang in coma voor hij overleed. Juul was op slag dood.’

## WERK

‘Ik werkte in die tijd als waarnemend huisarts in Venlo, als docent en onderzoeker aan de Universiteit van Maastricht en ik was zeer actief voor de feministische beweging. Mijn hele loopbaan lang had ik met veel energie, creativiteit en plezier alle ballen in de lucht gehouden. Toen gebeurde het ongeval. Wat je dan voelt is met geen pen te beschrijven. De wereld stond stil. Ik was kapot van binnen.

Ik stopte tijdelijk met werken, omdat ik even niets voor anderen kon betekenen. Maar na een week of acht begon ik weer. In mijn eigen tijd was ik heel bewust bezig met het toelaten en laten stromen van mijn emoties, maar die blokkeerde ik juist op mijn werk. Voor de buitenwereld kon ik heel lang de schijn ophouden dat het goed met me ging. Terwijl ik rondliep met een steen in mijn maag, het gevoel dat ik zelf ook dood was van binnen. Dat gedrag – de schijn ophouden – wordt erg beloond in onze maatschappij en heel sterk onder artsen. Kiezen op elkaar en gewoon doorgaan. Ik kan dat heel goed. Ik voelde me beschaamd dat ik na vier jaar nog moest huilen, nog emotioneel en labiel was. Dat viel me erg van mezelf tegen.’

## THERAPIE

‘Uiteindelijk heeft de bedrijfsarts me aangeraden om in therapie te gaan. Ik leerde dat er een verdrietige laag in mezelf zit, die ik mag verzorgen, ook nú nog. Ik heb daarin veel gehad aan kunstzinnige en muzikale expressie. Ik kan veel kwijt in dansen, zingen, schilderen. Ik gebruik het nu ook veel in mijn eigen therapiepraktijk. Mijn werk als huisarts heb ik opgegeven om te gaan werken als therapeut. Vroeg in mijn carrière had ik de opleiding psychotherapie en gezinstherapie al gedaan, zonder het in de praktijk te brengen. Nu durfde ik het wel. Ik houd erg van de integrale benadering, om gezondheidsproblemen niet alleen medisch te benaderen, maar als een samenspel van lichaam en geest. Dit werk past me als een goed jasje, ik wil er nog minstens tien jaar mee doorgaan.’

## BALANS?

‘Pas na zeven jaar had ik het verlies van Juul echt zodanig verwerkt dat die verdrietige onderstroom me niet meer regelmatig onderuithaalde. Toen voelde ik me eindelijk weer vrijer en blij, het rouwproces was voorbij. Maar ik ben en blijf een dokter met een litteken dat nooit weggaat, een gewonde genezer.’ **Simone Paauw**

LORRAINE BODEWES

**Leeftijd:** 66

**Werk:** sinds januari 2020 gepensioneerd docent en onderzoeker huisartsgeneeskunde Universiteit Maastricht. Arts-therapeut drie dagen per week.

**Studie:** eenjarige voltijdsmaster cultuurwetenschappen.

**Privé:** Sinds 2018 gescheiden. Kinderen: Juul (19 geworden – 1982-2002), Ivo (34) en Sander (24).





**Yvonne Winants** combineerde met succes haar gezin en twee banen en was maatschappelijk actief. Na het plotse overlijden van haar zoon in 2002 sloeg ze een andere weg in.

## ‘Ik ben en blijf een gewonde genezer’