

# Kanker is inleveren



Babette Huijbregts (58) kreeg in 2013 de diagnose borstkanker. Inmiddels heeft ze twee uitzaaiingen in haar rug. 'Als je pijn hebt en moe bent, ben je minder gelukkig dan wanneer je fit en gezond bent. Tegelijkertijd ervaar ik een enorme intensiteit in de contacten met mijn man, kinderen, kleinkinderen en vriendinnen. Die diepgang maakt me gelukkig.'

Tekst: Esther Smid ~ Foto's: Suzanne Blanchard

**I**n 2013 voelde Babette een knobbeltje in haar borst. 'Ik bleek HER2-positieve borstkanker te hebben met kalkspatjes rondom de tumor. Mijn borst moest eraf. Omdat ik in België woon, ben ik onder behandeling in het academisch ziekenhuis in Leuven, een fantastisch ziekenhuis. Ik kreeg chemotherapie, een borstamputatie met okselklier toilet, 36 bestralingen en een jaar lang Herceptin.' Na deze intensieve tijd van behandelingen wilde Babette graag een reconstructie. Bij het vooronderzoek werden echter twee uitzaaiingen in haar rug ontdekt. 'In plaats van een reconstructie, kreeg ik weer chemotherapie, Herceptin en nu ook Perjeta. Mijn man en ik waren allebei murw geslagen. We hadden echt tijd nodig om dit slechte nieuws te laten indalen...'

## Zoeken naar balans

Inmiddels is Babette vijf jaar verder en de behandelingen zijn succesvol: de uitzaaiingen zijn stabiel. 'Ik ben dankbaar voor de medische wetenschap en vind dat ik niet mag mopperen. Toch ga ik met de jaren wel iets achteruit. Ik heb last van neuropathische pijn in mijn voeten, ben vatbaar voor allerlei ontstekingen en kreeg vorig jaar wondroos en daardoor oedeem in mijn arm en rug. Ook de vermoeidheid neemt langzaam toe. Het allerergste vind ik het geheugen dat niet scherp meer is.

Al die kwaaltjes weerhouden mij er echter niet van om mijn leven te blijven leven. Ik zie ook wel lotgenoten die alleen maar verdrietig zijn en daardoor vergeten te leven. Ik ben dankbaar dat ik de kracht heb om door te gaan. Tegelijkertijd weet ik dat mijn lichaam meer rust nodig heeft. Met mijn hoofd wil ik nog van alles maar mijn lijf kan soms niet meer. Ik moet leren om meer rust te nemen en balans te vinden.'

## Mijn moeder overleefd

Onlangs overleed Babettes dementerende moeder. 'Ik ben vijf jaar haar mantelzorger geweest. Ze had gelukkig geen besef meer van mijn situatie. Ik ben blij dat ik haar overleefd heb en haar uitvaart heb mogen regelen. Door mijn moeders overlijden ben ik meer over de dood gaan nadenken. Wil ik begraven worden of gecremeerd? Welke muziek wil ik dat er gedraaid wordt? Ook ben ik foto's aan het selecteren voor onze kinderen. Ik realiseer me dat als de kanker echt toeslaat het binnen drie maanden gebeurd kan zijn. Daar wil ik op voorbereid zijn.'

## Inleveren

Voordat Babette ziek werd, had ze een uitgebreid sociaal leven. 'Mijn man en ik hadden een koeltechnisch bedrijf en zaten elke avond nog te werken. Een jaar geleden ben ik gestopt. Een eigen bedrijf is een soort

kindje. Het was moeilijk om dat los te laten.' Hoewel de twee oudste zonen van haar man het bedrijf hebben overgenomen, werkt hij nog volop mee. 'Ik had het fijner gevonden als hij ook gestopt was met werken', zegt Babette. 'Maar werken geeft mijn man afleiding. Dit is de manier voor hem om met de situatie om te gaan. Je hebt allemaal je eigen proces: hij kiest ervoor om nog veel te werken, ik kies ervoor om zoveel mogelijk te genieten. Ik heb geleerd om mijn eigen leven te leiden. Ik zwem elke dag, ik doe twee keer per week fitnessstraining, ik maak lunchafspraken met vriendinnen en ga naar musea en theaters. Ik wil alleen nog energie besteden aan dingen en mensen die voor mij de moeite waard zijn.'

## Minder reizen

Babette en haar man zijn helemaal weg van Zuid-Afrika en kochten daar een appartement. 'We gingen er zeker eens per jaar voor een langere periode heen, maar toen ik uitzaaiingen bleek te hebben, hebben we het verkocht. Ik moet elke drie weken naar het ziekenhuis en lange vlieguren worden steeds vermoeiender. We hebben nu een huis in Spanje. Binnenkort ga ik er voor de derde keer een weekje met mijn dochters en zoon heen. Zonder partners en kinderen. We genieten daar enorm van. Zolang het nog kan, wil ik dit elk jaar blijven doen. Tot voor kort reisde ik elke maand tussen de behandelingen door met mijn man de wereld over. Dat wordt me nu allemaal te veel. Ik krijg steeds meer behoefte aan de kinderen en kleinkinderen om me heen en wil vooral thuis zijn. Ik denk dat ik thuis moet wortelen om meer rust te kunnen nemen.'

*'Ik wil alleen nog maar tijd besteden aan dingen en mensen die voor mij de moeite waard zijn'*

### Eenzaamheid

Eens in de maand spreekt Babette een psycholoog. 'Ik wil niet altijd met mijn man of kinderen praten over uitgezaaide borstkanker. Mijn psycholoog is objectief en het is prettig om met haar dingen als euthanasie of reacties van naasten te bespreken. Dat ik nooit meer beter word, probeer ik vaak te parkeren, maar het is wel altijd op de achtergrond aanwezig. Ik wil geen patiënt zijn, maar ik weet ook dat ik het gevecht niet ga winnen. Het is best een eenzaam proces. Ik schrijf mijn verdriet wel eens van me af. Soms neem ik die teksten mee naar mijn psycholoog. De afspraken bij de psycholoog geven houvast, net als de diepgaande gesprekken die ik heb met lotgenoten in een besloten Facebook-groep.'

### Toekomst

'Misschien hou ik mezelf voor de gek, maar ik denk niet dat de dood al heel dichtbij is', glimlacht Babette. 'Ik blijf ook hoop houden in de medische wetenschap en in mijn ziekenhuis. Het liefst zou ik nog meemaken dat mijn zoon vader wordt; mijn twee dochters hebben al kinderen. Verder is het een uitdaging om er zo goed mogelijk uit te blijven zien. Elke dag probeer ik mezelf mooi aan te kleden en op te maken, dan voel ik me echt beter. Het zal lang duren voordat ik dat opgeef. Ik ga geverfd mijn kist in!' ●

---

### Motto van Babette

Get up, dress up, show up and never give up.

---

### Raad van Babette

Vergeet vooral niet te leven!

---

### Ritueel van Babette

Ik daag mezelf elke dag uit om fit te blijven, door te sporten.

