

Wouter Duiniveld, Marcia Jansen: 'De hartslag van een ander' Van transplantatie naar triatlon. Uitgeverij Lucht B.V., Nederhorst ten Berg, 2014. ISBN 9789491729195 Zie ook: www.uitgeverijlucht.nl (Hart en vaat aandoeningen/ Harttransplantatie/ ED/PO)

Korte beschrijving: www.uitgeverijlucht.nl: 'Wouter Duiniveld is een gezonde, sportieve jongeman totdat een virale myocarditis zijn hart compleet verwoest. Totaal onverwacht hangt zijn toekomst aan een zijden draadje. Na een jaar balanceren op het randje van de dood krijgt hij een donorhart en daarmee een tweede kans in het leven.'

In het boek, dat uit twee delen bestaat beschrijft hij duidelijk en helder voor- en nadelen van een harttransplantatie, de achteruitgang van zijn hart, het gebruik van een steunhart, het wachten op een donorhart en de harttransplantatie. Daarbij licht hij toe wat dit voor veranderingen dat in zijn leven meebracht. Duiniveld is een echte sportman, deed o.a. op topniveau mee aan rugby en kon dat niet meer. Na revalidatie start hij met opnieuw sporten en bereid zich voor op de triatlon, de Ironman van Frankfurt (3,8 km zwemmen, 180 km fietsen en 42,2 km lopen) die hij in 2014 ook uitloopt. Dankzij doorzettingsvermogen, steun van velen (zijn broer deed o.a. de triatlon met hem samen) en optimisme is dit gelukt. Ondertussen trouwde hij en heeft twee kinderen: het mooiste wat hem na het krijgen van zijn nieuwe donorhart in zijn leven is overkomen.

Wouter Duiniveld schreef het boek om meerdere redenen, o.a. voor zijn kinderen voor als hij er niet meer mocht zijn, want zijn levensverwachting is helaas beperkt, zodat zij het verhaal na kunnen lezen: Wouter Duiniveld draagt zijn boek op aan zijn zoontje en dochtertje.(pag. 7-9). Maar ook als wake-up-call voor iedereen die nog twijfelt over orgaandonerschap. Ironman Frankfurt. Duiniveld wil een inspiratiebron zijn voor mensen die er nog aan twifelen om orgaandonor te worden. Boek van 216 pagina's met een katern kleurenfoto's.

Wouter schreef 'De hartslag van een ander' samen met Marcia Jansen, journaliste en zelf ook een gepassioneerde triatlete. Met zijn enorme dosis moed, doorzettingsvermogen en optimisme wil Wouter een inspiratiebron zijn voor iedereen die overweegt om orgaandonor te worden.'

Over de schrijvers:

Wouter Duiniveld (1977) en Marcia Jansen zijn beiden triatleten. Duiniveld kreeg door een virusinfectie een compleet verwoest hart. Hij kreeg een donorhart en beoefent opnieuw topsport. Wouter studeerde economie en werkt bij de Brandweer. Hij woont met vrouw en twee kinderen in Den Haag.

Jansen is journaliste. Sinds 1994 is zij freelance journaliste en schrijfster. Ze is geboren en getogen in Tiel en woont sinds 2012 in Canada. Ze bereidde zich op hetzelfde moment als Duiniveld voor op een hele triatlon. Voor het boek skypte ze iedere twee weken met Duiniveld. Zie ook <http://marciajansen.nl/about/>

Korte bespreking:

In 2006 krijgt Wouter Duiniveld een schijnbaar onschuldig griepje, dat maar niet over gaat. Na enkele weken denkt hij dat er meer aan de hand is en na enig gedoe wordt in ziekenhuis myocarditis vastgesteld, een ontsteking van het hartweefsel. Duiniveld wordt vijf maanden opgenomen en beschrijft hoe afhankelijk hij wordt van andere mensen en van machines bij alles wat hij doet en hoe dat gaat: van toiletbezoek tot steunhart. In oktober 2007 krijgt Wouter Duiniveld een donorhart en daarmee een tweede kans in het leven. Hij gaat in het boek in op de periode eraan voorafgaand, bespreekt uitgebreid de voor- en nadelen van leven met een getransplanteerd hart, en kiest dan bewust voor een transplantatie. Hij weet dat de levensverwachting ongeveer 15 jaar is, had een oom die een donorhart had, beseft dat hij iedere dag veel medicijnen moet slikken en strikte leefregels in acht moet nemen. Maar het geeft hem mogelijkheden die hij erg waardeert. En die beschrijft hij ook: hij trouwt, wordt twee keer vader, kan genieten van vrienden en het leven van alledag. Bovendien kan hij weer sporten en lukt het hem om op 6 juli 2014 samen met broer Guido de finish te halen van de Ironman in Frankfurt. Daarvoor moet hij meer doen dan anderen: o.a. constant opletten dat zijn hartslag onder een bepaald punt blijft. De voorbereiding is intensief en gaat met ups en downs, maar hij haalt het.

Wat viel op:

- Hoe lang de huisarts hem aan het lijntje houdt. Dat was bijna fataal geworden.
- De verveling die toeslaat in het ziekenhuis, waarbij je je moet aanpassen aan het ritme van de dag daar.
- Hoe belangrijk een telefoontje wordt, als je op een wachtlijst staat.
- Hoe duidelijk Duiniveld/Jansen, verweven in het verhaal, beschrijven dat er nadelen aan een donorhart zitten. Zo had ik nog nergens gelezen dat mensen met een donorhart een levensduurverwachting van 15 jaar hebben. Dat wordt heel goed en nauwkeurig beschreven, net zoals de voordelen die veel meer opwegen tegen de nadelen: genieten van zijn leven, trouwen en kinderen krijgen, weer kunnen sporten.

Citaten:

Pag.17-18: 'De dag voordat ik voor de derde keer naar de huisarts ga ben ik het zat om in bed te liggen en besluit om met Rachel een ommetje te maken. (...) Die dag kom ik met verschillende tussenstops niet verder dan driehonderd meter van haar huis.(...) Terug bij de huisarts wil hij me met een puffer naar huis sturen.(...) Op mijn aandringen verwijst hij me naar het ziekenhuis voor een longfoto.'

Pag. 23: ' De dagen in het ziekenhuis duren eindeloos. Ik doe en kan niet veel meer dan in mijn bed liggen en een beetje televisie kijken.'

Pag.59: 'In deze periode is mijn mobiele telefoon heel belangrijk in mijn leven Hij wijkt nooit van mijn zijde. Hij is óf volledig opgeladen óf hij ligt aan de oplader. Ik moet 24

uur per dag beschikbaar zijn. Je weet namelijk nooit wanneer er een hart beschikbaar komt.'

Pag.73: 'Al in de eerste week van de transplantatie word ik klaargestoomd voor mijn verdere leven als donorpatiënt. De artsen leren me hoe ik mijn medicijnen moet innemen.'

Pag.146: 'Ik ben dankbaar voor de tweede kans die ik heb gekregen en leef voluit... Voor mijn gevoel zit ik al in mijn extra tijd en ik ben blij met iedere dag die me gegeven is. De periode van ziek zijn was zwaar, maar ik heb ook heel mooie dingen overgehouden aan de transplantatie. Rachel en ik zijn gelukkig en hebben nu zelfs een kind. Ik heb de kans gekregen om dingen te doen waarvan ik altijd heb gedroomd. Er zijn momenten geweest dat ik mijn lot vervloekt heb, maar ik heb geleerd het leven te accepteren zoals het komt en er het beste van te maken.'

Recensies/ extra:

<http://marciajansen.nl/>

<http://marciajansen.nl/artikel-gelderlander-1810/>

<http://marciajansen.nl/category/de-hartslag-van-een-ander/>

<http://www.sebastiaanhorn.nl/boekrecensie-wouter-duinisveld-de-hartslag-van-een-ander/> '(...)Zoals gezegd had ik het boek binnen enkele dagen uit. Het is goed geschreven waardoor je er makkelijk doorheen leest. Je wordt meegezogen in alles wat Wouter Duinisveld heeft meegemaakt. Helaas heb ik ook veel ervaringen met de medische wereld waardoor een hoop dingen die worden beschreven in het boek zo herkenbaar zijn. Van medische missers tot aan de manier waarop ze met patiënten omgaan in het buitenland. Ook voor mensen die deze ervaringen niet hebben is het echter leuk om te lezen, omdat je wordt meegenomen in de reis van harttransplantatie naar de Ironman in Frankfurt.(...)'

Bol.com: Wim Van Verre: '(...) Dit boek wil niet alleen myocarditis meer bekendheid geven, maar is ook een overtuigende oproep om donor te worden: ook na de ziekte is er leven, want Wouter trouwt, krijgt kinderen en doet wat de meeste 'gezonde' mensen niet voor mogelijk houden: in 2014 volbrengt hij een volledige Ironman. Vlot geschreven door Marcia Jansen.'