

Anita Kaemingk: 'Over Leven' Bespiegelingen van een kankerpatiënt. Uitgeverij Het AchterBoek, Maastricht 2017. ISBN 9789082671001 (Kanker/ Lynch syndroom Uitzaaingen/ Palliatief/ Humor/ Evenwicht/ Goed Leven/ ED) Bestellen via: hetachterboek@xs4all.nl

Soort boek/Ziekte/Stijl:

'Je wordt niet meer beter' (Cover)

Dit vlot lezend boek van 96 pagina's bevat 25 columns over wat er met Anita Kaemingk gebeurde nadat ze gehoord had dat ze palliatief kanker had, niet meer beter zou worden. Zij leeft met het Lynch syndroom, een erfelijke DNA—mutatie met een verhoogd risico op dikke darm kanker en endometriumkanker.

In 2016 beschreef zij in de serie columns *Over Leven* voor het tijdschrift *Arts en Auto* haar ervaringen als patiënt met de gezondheidszorg. Een selectie daarvan is in dit boek opgenomen.

Kaemingk schrijft steeds in afgeronde verhalen over een keur aan onderwerpen waar zij mee te maken kreeg, die haar gedurende deze tijd bezig hielden. Ze beschrijft daarbij bespiegelingen die zij had bij die onderwerpen: van reacties uit de omgeving, verschil in bejegening van artsen en hulpverleners, pessimisme, optimisme, voeding, humor, tot genieten. Maar ook over effecten van de vele behandelingen en wat dat met haar doet, over lotgenotencontact, wanneer ze wel en wanneer niet wat aan lotgenotencontact heeft gehad, over waarom vaak 'strijden tegen kanker' geroepen wordt en 'niet opgeven'. En nog veel meer.

Met een nuchtere blik en humor schrijft ze over wat het voor haar betekende om zo ziek te zijn, hoe ze palliatieve zorg heeft ervaren en wat ze deed en juist niet deed om zo goed mogelijk 'in vorm te zijn. Een mooi compact boek vol met thema's en onderwerpen die de moeite waard zijn om uitgebreider besproken te worden, ook binnen opleidingen voor hulpverleners bijvoorbeeld. Met een voorwoord van Annette Heffels.

Over de schrijfster:

Anita Kaemingk (51) is neuropsychologe, schrijfster, docent consultatie en reflectie CORE te Maastricht, grafisch vormgever en heeft palliatief kanker. In 2016 beschreef zij in de serie columns 'Over leven' haar ervaringen als patiënt met de gezondheidszorg Daarover schrijft zij in dit boek. Zie ook: <https://www.linkedin.com/in/anita-kaemingk-40a68845/?ppe=1>

Wat viel op:

De opbouw van het boek: door vele bespiegelingen en ervaringen in columns te verwoorden komen ze goed binnen. Gedachten, op die manier uitgeschreven leveren veel stof tot nadenken. Onder andere:

- nadenken over positief denken, wat een optimist eigenlijk is en hoe dat je levensstijl en manier van 'ziekzijn' beïnvloedt.
- over opmerkingen van personen uit de omgeving omdat men bij iemand die een palliatief is bepaalde ideeën heeft over wat hen moet bezig houden, hoe ze eruit zien.
- over wetenschappelijke kennis, andere kennis en levensstijl die van invloed zijn op de aandoening.

Dat egodocumenten op verschillende momenten geschreven worden en daarom nog meer laten zien van hoe het is om te leven met. Bijvoorbeeld de varianten van lotgenotencontact. In het boek schrijft dat Anita Kaemingk geen lotgenotencontact zoekt, maar ondertussen komt ze ze in kennissen- en familiekring tegen, in het Toon Hermans huis, in wachtkamers of onder haar vrienden. En daar heeft ze wel wat aan.

Kortom heel veel thema's die het verdienen onder de aandacht te worden gebracht bij mensen die met palliatief ziek zijn te maken krijgen.

Citaten:

Over reacties mensen en soorten mensen:

Pag.13-14: 'Er zijn drie soorten mensen.(...) Tot een paar jaar geleden hoorde ik bij de Rest, ik had geen idee.'

Over verwerken slecht nieuws:

Pag. 21-22: 'Hét slecht nieuws recept bestaat helaas niet, (...) Bij mij ging het zo. "We spreken niet meer over beter worden", zei de oncoloog en hij liet de Pet-CT zien. Het nieuws was zo verbijsterend dat de stoel waarop ik zat, leek te verdwijnen in een groot diep gat onder mij. In de weken die volgden, kwam mijn leven piepend en krakend tot stilstand. Mijn werelden mijn toekomst waren gekrompen tot één armlengte. En in mijn hoofd was het daverend stil. De dag bestond nog slechts uit wandelen met de hond, uren in de keuken staan en praten. Nou ja praten, de helft van de communicatie ging via *whatsapp* (mag dit onvolprezen hulpmiddel voor zieke mensen in het zorgpakket?).

Over vechten en verhullen

Pag.43: "'Je gaat er wel voor vechten hè?" zegt een kennis. (...) "Waar moet ik voor vechten?" vraag ik verbaasd. Ze aarzelt even. "Ik bedoel dat je niet opgeeft", antwoordt ze dan. Opgeven? Zouden mensen dit bedoelen als ze het hebben over vechten: opgeven of niet opgeven? Dat zou betekenen dat de oorlogstaal een verhulling is van de nare werkelijkheid.'

Over verschil in bejegening

Pag.57-58: 'Hoe zwaar de behandeling ook is, in de bestralingskliniek doen ze er alles aan om stress te verminderen. (...) Een paar maanden later sta ik bij de balie van de revalidatieafdeling. "We hebben liever niet dat u de auto hier zet, (...) Boing! Mijn beide voeten belanden hard op de betonnen vloer: Ik ben weer terug in het ziekenhuis, ik was vergeten hoe het er aan toe gaat. In het ziekenhuis is van alles heel erg belangrijk: planning, personeelsbezetting, koffiepauzes, DBC's behandelmodules, alles behalve patiënten.'

Over lotgenoten:

Pag.19: "'Ik dacht: hier hoor ik echt niet", zegt een kennis. Ze vertelt over de eerste keer dat ze de wachtruimte van de oncologieafdeling binnenliep... (...)

"Had jij die ervaring ook?" vraag ik later die week aan N., die dikke darmkanker heeft. (...)

Pag.27: 'Over kanker is het moeilijk lachen en met kanker nog meer. Onder lotgenoten merk ik dat de pijnlijke werkelijkheid stof is voor zowel lachen als huilen.'

Pag.37: 'Ik zoek ook geen lotgenoten, vooral geen lotgenoten. De verhalen in de wachtkamer zijn al meer dan ik aankan.'

Recensies/Extra:

<https://www.facebook.com/pg/AchterBoek/about/>

<https://www.artsenauto.nl/over-leven-optimist/>

<https://www.nrc.nl/nieuws/2016/03/09/ons-eigen-pop-up-restaurant-was-nu-al-legendarisch-dankzij-otto-a1404992>

Trouw: <https://www.trouw.nl/home/lezersreacties~af61d20d/> *Civil courage*

Anita Kaemingk slaat de spijker op de kop. 'Zwijgen over kanker maakt relaties kil' (Opinie, 14 juli). Op 16 maart 2016 verloor ik mijn lieve Anne-Marie aan uitgezaaide niercelkanker. Anne-Marie was heel open over haar ziekte en heeft daardoor ons leven enorm verrijkt. Kennissen werden vrienden, vrienden werden nog dierbaarder. Veel mensen lieten na haar overlijden weten dat zij enorm veel van haar hebben geleerd en persoonlijk moed hebben geput uit haar openhartigheid. Anita Kaemingk, je geeft betekenis aan het onvermijdelijke. Dat noem ik 'civil courage'. Louis Berkvens Maastricht.

<https://www.trouw.nl/home/iets-wat-niet-werkt-kan-wel-helpen~afed86d2/>