

Bespreking: Guus van der Veer

Harm Kuipers: ‘Van start op twee linker schaatsen’ Autobiografische vertellingen. Uitgevers 2010, Rotterdam 2012. ISBN 9789490951115 (Prostaatanker/ Slokdarmanker/ED/1) Zie ook: <http://www.2010uitgevers.nl/auteurs/harm-kuipers/>

Soort boek/ziekte/stijl: Op de laatste 14 bladzijden van dit boek vertelt de schrijver wat er met hem gebeurde nadat hij in de nazomer van 2008 naar een uroloog ging vanwege zijn plasklachten. Hij beschrijft helder en zakelijk en waarschuwt voor allerlei kwakzalvers.

Over de schrijver: Harm Kuipers (1947) kreeg grote bekendheid als schaatser, in 1975 werd hij wereldkampioen allround. Na zijn schaatscarrière werd hij arts en wetenschappelijk onderzoeker. Tot 2012 was Harm Kuipers hoogleraar Bewegingswetenschappen aan de Universiteit Maastricht. Bij Kuipers werd begin 2010 een ernstige vorm van prostaatanker geconstateerd. In november 2011 kwam daar nog slokdarmanker bij. Kuipers is uitermate open over zijn ziekte en hoopt door middel van interviews en publicaties anderen hiermee te helpen. Hij is actief als vrijwilliger bij ProstaatKankerStichting.nl.

Korte beschrijving: Dit boek, dat 142 bladzijden telt, is een verzameling autobiografische verhalen. De laatste drie hoofdstukken kunnen gelezen worden als patiëntvervalsverhalen. De titels van deze hoofdstukken geven de inhoud goed weer. Het hoofdstuk ‘De diagnose prostaatanker, de behandeling en het dieet’ is een sober, zakelijk verhaal over hoe na een paar maanden bleek dat er bij de schrijver geen sprake was van goedaardige vergroting van de prostaat waar zoveel oudere mannen last van hebben, maar van prostaatanker. Hij beschrijft hoe de behandeling door bestraling verliep en schade aan de endeldarm werd voorkomen. Door de bestraling kreeg hij last van de dunne darm, die hij bestreed via een dieet. In het volgende hoofdstuk, ‘Pas op voor kwakzalvers’, beschrijft de auteur hoe hem diverse behandelmethodes werden aangeboden: een magneetbehandeling in India, een behandeling met –nogal prijzige- glyco-supplementen. Als de prostaatanker onder controle is gekomen, wordt bij de schrijver slokdarmanker, een snelle en agressieve vorm van kanker geconstateerd. Het slothoofdstuk, ‘Hoeveel pech kun je hebben?’ gaat daarover.

Wat viel op: De hoofdstukken over prostaat- en dunnedarmanker geven in kort bestek –er staat geen woord teveel in- een overvloed aan nuttige informatie en zijn, zoals het hele boek, zeer toegankelijk.

Citaten: Pag. 133: “Bij een nieuwe methode wordt een gel tussen prostaat en darm ingebracht. Dit zou theoretisch nog beter werken dan de ballonmethode, omdat het de endeldarm nog meer buiten het bestralingsveld houdt (..) En het heeft gewerkt. Ik heb helemaal geen problemen met stralingsschade in de endeldarm gehad. Door de buikbestraling kreeg ik wel last van de dunne darmen. De nieuwe methode kon daar de bijwerkingen van de bestraling niet voorkomen. De klachten van de dunne darm begonnen na ongeveer 2-3 weken bestraling en bestonden uit pijnlijke buikkrampen, diarree en misselijkheid. Omdat ik weinig zin had om nog vier weken lang medicijnen tegen de bijwerkingen te moeten slikken, ben ik op medische sites gaan zoeken en

vond een voedingsschema speciaal voor darmschade tijdens bestraling. (..) In samenspraak met mijn vrouw zijn we deze voedingsaanpassing onmiddellijk gaan toepassen. Het werkte en ik heb de resterende vier weken van de bestraling verrassend weinig last meer gehad van mijn darmen. Medicijnen had ik nauwelijks nog nodig. Tot mijn verbazing was dit dieet vrij onbekend bij artsen en radiotherapeuten.”

Pag. 137: “Een andere collega benaderde me over een mogelijke behandeling met glyco-supplementen. Dat zijn suikerverbindingen die in de natuur onder andere veel voorkomen op de buitenkant van cellen. Ook nu weer vroeg ik om informatiemateriaal en ik was vanwege de vage wetenschappelijke onderbouwing allerm minst overtuigd van de werking. Echter zolang iets niet schaadt en mogelijk baat heeft, is het te proberen. Dat proberen kon, maar dan moest ik wel zelf de supplementen kopen voor enkele honderden euro’s. Bij onvoldoende resultaat zou het geld dan terug worden gestort. Dat vond ik de gok niet waard en ik ben er verder niet op ingegaan.”

Pag. 142: “Ik vergelijk het wel eens met boksen. Vorig jaar kreeg ik een totaal onverwachte rechtse waardoor ik even van de wereld was. Ik herpakte me en kreeg vervolgens een harde linkse hoek te verwerken. Maar nu was ik veel beter in staat om de slag op te vangen en ben ik niet meer helemaal uit het veld geslagen en dat geldt ook voor mijn vrouw. Ons motto is nu: geniet volop van elke dag zolang de gezondheid het toestaat.”

Recensies/extra: zie <http://www.schaatsen.nl/nieuws/2012-11-19-harm-kuipers-ik-leef-in-de-verlenging> voor een korte recensie en zie <http://altijdwat.ncrv.nl/nieuwsblogs/gesprek-harm-kuipers> voor een radio-interview. De schrijver komt ook uitvoerig aan het woord op youtube: <http://www.youtube.com/watch?v=9xfb9OoGZHA>