

Oktober is borstkankermaand

'Het is zó fijn als er mensen zijn die weten wat je doormaakt'

De diagnose borstkanker verandert je leven compleet. Berrie (53) werkt bij Borstkankervereniging Nederland en is moeder van twee volwassen kinderen: Thomas van 22 en Fleur van 20. Berrie hoorde in het voorjaar van 2020 dat ze borstkanker had. Het maakte haar een andere vrouw: 'Kanker verandert je blijvend en onherroepelijk, ik ben nu een heel ander mens dan voor de diagnose.'

Middenin de corona-tijd, in het voorjaar van 2020, zag ik opeens dat mijn tepel ingetrokken was. Ik bestempelde het eerst als een overgangverschijnsel, maar later ontdekte ik ook dat er een bobbel achter mijn tepel zat. We hadden net een druk weekend voor de boeg, mijn vader zou gaan verhuizen naar een appartement en wij zouden hem helpen. Ik ben nogal van het wegstoppen, dus negeerde ik het voorlopig en hoopte dat het over zou gaan. Maar het zat me toch niet lekker en op maandagochtend besloot ik toch maar even naar de huisarts te gaan. Die twijfelde, maar stuurde me wel door naar een gespecialiseerd ziekenhuis in de buurt. Thuisgekomen vertelde ik mijn inmiddels ex-man en kinderen heel nuchter dat ik de volgende dag naar het ziekenhuis ging om 'even naar mijn borst te laten kijken'. Er ontstond geen paniek thuis,

ik was er zelf heel rustig over en waarschijnlijk daardoor de rest van het gezin ook. De volgende ochtend ging ik alleen naar het ziekenhuis. Mijn zoon Thomas zou me brengen en later ook weer ophalen. De chirurg die me onderzocht was heel

'Je bent voorgoed beschadigd, je fysieke en geestelijke gesteldheid is voor altijd veranderd'

vriendelijk en meelevend, maar ook duidelijk en eerlijk: Ze dacht direct dat het borstkanker was, ze kon de tumor zo vastpakken. Ik moest direct allerlei onderzoeken ondergaan. Maar, zo zei ze geruststellend, het is heel goed



te behandelen. Ik belde mijn man, vertelde dat het waarschijnlijk foute boel was, en wachtte buiten het ziekenhuis op Thomas. 'Nog niet weggrijden,' zei ik, toen ik bij hem was ingestapt, 'ik moet je iets vertellen.' Zijn reactie

was hartverwarmend: 'Mam, we hebben al zoveel meegemaakt, dit redden wij. Wij kunnen dit.' Vooral het gebruik van het woordje wij ontroerde me enorm. Hoe prachtig is het, als je zo gesteund wordt door je zoon?"

Aangeslagen

"Je hebt werkelijk geen idee wat je te wachten staat na de

zaten aan elkaar vast. Daarna wachtte me bestralingen en vervolgens zou ik hormoontherapie krijgen. Van het ene op het andere moment zat ik in een heel andere wereld. Anderhalve week later werd ik geopereerd. Ik was nog steeds heel slagvaardig, net zoals mijn gezin en de mensen om me heen, hoewel ik wel onder de

'Ik herkende mezelf niet meer. Ik zag een onbekende, zieke vrouw'

diagnose borstkanker en misschien is dat maar goed ook. De artsen handelden snel, alle noodzakelijke onderzoeken werden achter elkaar uitgevoerd. Inmiddels ging ik niet meer alleen naar mijn afspraken in het ziekenhuis. Ik onderging een MRI-scan en de week daarna lag er een behandelplan. De tumor bleek zo'n 2,8 centimeter groot te zijn en was goed te opereren. Er zou een borstbesparende ingreep uitgevoerd worden waarbij de tumor zou worden verwijderd, samen met de tepel, want tumor en tepel

indruk was van de reacties van anderen. Dat ze zo aangeslagen waren door het nieuws, raakte me, ik ging minder vertellen om anderen te sparen. Tegen de operatie zelf zag ik niet op. Dit moet zo snel mogelijk weg, mijn lichaam uit, vond ik. Het moet en ik doe dat, was mijn instelling. Ik was niet bang voor de medici, de ingreep of de narcose. Ik was wel huiverig voor wat ik aan zou treffen als ik uit de narcose kwam. Op de vraag of er wel of niet gereanimeerd moest worden als het misging, reageerde ik bijna verontwaardigd: ja, ►

Borstkanker wacht niet!

Symptomen van borstkanker

Borstkanker is vaak te herkennen aan veranderingen van een borst, hoe een borst voelt of eruit ziet. Veel mensen weten dat een knobbeltje in je borst kan duiden op borstkanker, maar dit is niet de enige mogelijke verandering.

De onderstaande symptomen kunnen wijzen op borstkanker. Ben je ongerust over een afwijking aan je borst of tepel? Ga dan naar je huisarts.

- Knobbeltje of anders aanvoelend plekje in de borst. Een knobbeltje of plekje is vaak stugger en harder dan het normale borstweefsel. Een knobbeltje kan op verschillende manieren aanvoelen; glad en rond als een knikker, een verdikte schijf of als een strengetje achter de tepel.
- Een ingetrokken tepel (tenzij je dat altijd al had).
- Vochtafscheiding uit de tepel. Het vocht kan er bloederig, waterig, bruin of groen van kleur of melkachtig uitzien.
- Verandering aan de tepel, bijvoorbeeld zwelling, roodheid, huidverveling, schilfertjes of een plekje dat op eczeem lijkt.
- Deukjes in de huid van de borst.
- Een wondje dat niet geneest op de huid van de borst.
- Een verdikte huid waar putjes in zitten. De huid lijkt op een sinaasappelschil.
- Rode en warm aanvoelende borst.
- Zwelling in de oksel.

reanimeren. Maar wat een domme vraag, natuurlijk zou er niets misgaan. De operatie zelf verliep succesvol, maar een paar dagen na de ingreep ging mijn

schoongemaakt worden tot hij vanzelf dicht zou gaan. Plotseling kwam ik voor de ene na de andere tegenvaller te staan. De uitslagen waren ook niet goed, de tumor was toch

'Klaar zijn met het behandeltraject wil niet zeggen dat je klaar bent met kanker en wat er gebeurd is'

borst opzetten. Bij de eerstvolgende controle trok de arts het langgerekte stukje pleister van mijn borst en de wond sprong open, er kwam allemaal wondvocht uit. De arts schrok er zelf ook van en er werd direct een verpleegkundige gehaald om het te helpen stelpen. Wat gebeurt me nu, dacht ik toen, wat is dit?"

Tegenvaller

"De wond bleek geïnfecteerd te zijn. Daar zat ik met een gapend gat in mijn borst. Opnieuw hechten kon niet, de wond moest dagelijks

agressief en er waren wel degelijk heel kleine uitzaaiingen naar de lymfeklieren. Bestralen kon niet, want ik had een open wond, dus er werd direct gestart met chemo. Een halfjaar lang onderging ik de kuren en ik werd almaar zieker. Ik was vatbaar voor infecties en de chemokuren wisselde ik af met antibiotica-kuren. Mijn leven stond volledig in het teken van de kanker. Voordat ik aan de chemo begon, kon ik nog steeds denken: dit gaat echt niet over mij, maar toen ik zo ziek werd besepte ik: ja, dit gaat wel degelijk over mij.

Ik wil dit niet, maar het moet. Ik kan er niet aan ontkomen dus doe dan maar wat nodig is. Er werd grof geschut ingezet, alles wat mogelijk was werd gedaan om de kanker te bestrijden. De ongemakken waren groot, mijn haar was weg, ik rook anders en zelfs mijn huid voelde niet zoals vroeger. Ik was heel druk met mezelf en in mijn hoofd. De kinderen begonnen aan hun studie. Ik drukte hen op het hart te genieten van hun studietijd en gelukkig deden ze dat ook wel, hoe bezorgd ze ook waren. Mijn huwelijk strandde. Ik raakte mijn baan kwijt, mijn gezondheid én mezelf. Als ik in de spiegel keek, herkende ik mezelf niet meer. Ik zag een onbekende, zieke vrouw. Ik kreeg met zoveel tegenslagen te maken tijdens het ziekteproces, dat ik me inmiddels ontzettend onzeker voelde over mijn lijf. Nu dit, de volgende week weer dat, wat zou me verder nog allemaal te wachten staan?"

Een ander mens

"In mei 2020 werd ontdekt dat ik borstkanker had, in februari 2021 was de behandeling afgerond. Bijna een volledig jaar had in het teken gestaan van alle pogingen om mijn leven te redden, een jaar waarin ik de controle over mezelf, mijn hoofd en mijn leven volledig kwijt was. Niets dan lof overigens voor alle verpleegkundigen en artsen, het zijn echt schatjes, vol compassie en heel deskundig, ze hebben werkelijk alles gedaan wat mogelijk was. Maar hiermee stopte de behandeling niet, ik moet zeven tot tien jaar hormoontherapie volgen, ik moet twee keer per jaar aan

het infuus om mijn botten te verstevigen en verder moet ik me jaarlijks in het ziekenhuis melden voor controle. Klaar zijn met het behandeltraject wil niet zeggen dat je klaar

'Ik heb ervaren dat vriendinnen en familie graag iets voor je willen doen'

bent met de kanker en alles wat er gebeurd is. Veel mensen denken dat je alleen maar opgelucht en dolgelukkig bent, als de tumor weg is en behandeling afgerond. Dat alles dan weer goed is. Maar zo is het allerminst. Je hele bestaan is totaal omvergegooid. Je zult je leven lang de consequenties van ingrepen, behandelingen en therapieën ondervinden, je bent wel degelijk voorgoed beschadigd en aangetast. Je fysieke en geestelijke gesteldheid is voor altijd veranderd. Je hebt bijvoorbeeld te maken met de bijwerking van de hormoontherapie die vaak onderschat wordt, je hebt last van stijve spieren en van vermoeidheid. Zelfs als je nu geen lichamelijke of psychische klachten ervaart, wil dat niet zeggen dat ze niet alsnog kunnen ontstaan. Kanker verandert je blijvend en onherroepelijk, ik ben nu een heel ander mens dan voor de diagnose. Ik ben niet gelovig, maar ik heb wel een spiritueel kantje ontwikkeld. Ik sta anders in het leven en ik

maak andere keuzes. In de commerciële sector waarin ik werkzaam was, wil ik nooit meer werken. Ik wil iets doen wat ertoe doet en waarmee ik andere mensen kan helpen.

Juist toen dat ik dat voor mezelf had besloten, viel mijn oog op een vacature bij Borstkankervereniging Nederland. Dat kón bijna geen toeval zijn. Contact met lotgenoten, betrouwbare, uitgebreide informatie... het kan zo belangrijk zijn als je in een traject zit wat zoveel van je lijf en je geest vergt en wat zoveel vragen oproept. Het is zó fijn als er mensen om je heen zijn die je begrijpen en die weten wat je doormaakt."

Een tijdbom

"Zelf had ik nog nooit te maken gehad met borstkanker, niet in de familie, niet om me heen en niet bij vriendinnen, ik wist helemaal niets. In onze familie komt geen borstkanker voor, dat ik het kreeg is pure pech. Ik realiseer me heel goed dat ik geluk heb gehad dat we er in mijn geval op tijd bij waren, dat het goed was dat ik middenin de pandemie toch naar de huisarts ben gegaan én dat deze mijn klachten serieus nam en me direct doorstuurde naar een gespecialiseerd ziekenhuis. Daarmee had ik

geluk, maar dat geldt lang niet voor iedereen. Borstkanker treft een op de zeven vrouwen in Nederland en een op de vijf borstkankerpatiënten krijgt uitgezaaide borstkanker, een ongelooflijk aantal. Ik had een tijdbom in mijn lichaam en de angst dat het terugkomt zal ik altijd houden. Voor nu is het over, maar dat zegt niets over de toekomst. Ik loop nog bij een psycholoog en dat is nodig, want met het eind van je behandeling ben je er nog lang niet. Tijdens de ziekte is er - terecht - vaak veel aandacht voor de patiënt, maar het zou goed zijn als die aandacht er ook nog is ná het behandeltraject. Gelukkig heb ik fijne vriendinnen, een geweldige broer en schoonzus en een lieve vader. Ik heb mijn leven opnieuw opgebouwd en kan oprecht zeggen dat ik gelukkig ben. Ik heb ervaren dat vriendinnen en familie graag iets voor je willen doen, bijvoorbeeld je naar het ziekenhuis brengen of een keer voor je koken. Misschien vind je het moeilijk hulp te vragen en aan te nemen, maar doe dat vooral, want het helpt. Ik heb twee fantastische kinderen en ook zij hebben me enorm gesteund in dit hele traject. Dat heeft onze band zonder twijfel versterkt. Ik vond dat ik voor mijn kinderen moest zorgen en zij niet voor mij, maar Fleur nam, toen ik ziek was, een deel van de zorg over. En toen ik ervoor koos geen tepelreconstructie te laten doen, maar een mooie tattoo te laten zetten, nam zij ook een soortgelijke tattoo: heel symbolisch." ■

Kijk voor meer info ook eens op: knowyourlemmons.org

Borstkankervereniging Nederland

Borstkankervereniging Nederland is er voor mensen die met borstkanker te maken hebben. Om te zorgen dat zij toegang krijgen tot goede zorg. Om hun vragen te beantwoorden. Om hen te steunen. Borstkankervereniging Nederland staat naast, vlak achter of pal voor degene die een beroep op hen doet. Wat er ook nodig is Borstkankervereniging Nederland is er. Meer informatie, lid worden van de vereniging of deze steunen? Kijk op: www.borstkanker.nl