



Loes den Hollander

Loes



‘Ik heb een korter lontje gekregen’

In één klap, of eigenlijk twee, veranderde het leven van schrijfster Loes den Hollander (71) volledig. Eerst kreeg haar man een hersenbloeding, nog geen jaar later werd zij er zelf door getroffen. Wat volgde, was een dapper gevecht tegen de verwachtingen.

Tekst: Heleen Spanjaard. Fotografie: Ester Gebuis. Styling: Brigitte Kramer. Visagie: Bart Brom.



Loes favorieten

Mooiste moment van de dag:

“Als we samen in slaap vallen.” **Onhebbelijke gewoonte:** “Op mijn vingers kluiven.”

Favoriete muziek: “Klassiek, bij voorkeur de pianoconcerten van Beethoven.”

Guilty pleasure: “Met een koptelefoon op naar een mierzoete romantische film op Netflix kijken.”

Waardevol inzicht: “Er kan het een en ander worden gemist, als we maar samen kunnen zijn.”

In het witte huis in de kop van Noord-Holland strekt Duitse herder Thora zich met een zucht uit op de vloer, terwijl haar baas Harry vanuit zijn leunstoel tevreden naar buiten kijkt. Een rolstoel staat onder handbereik. Loes den Hollander, opgewekt en kwiek, loopt af en aan met koffie en geeft haar man in één moeite door zijn medicatie die hij nauwgezet natelt. Buiten beschijnt de zon de mooie, ruime tuin. Het is een vredig tafereel, maar wel één met een rafelrand. In april van 2017 sloeg de rampspoed bij het echtpaar toe, toen Harry werd getroffen door een zware hersenbloeding. Elf maanden later, in maart 2018, werd Loes in de vroege ochtend wakker van ‘getrommel’ in haar hoofd. Oorzaak: een hersenbloeding.

Ze zijn er allebei genadig vanaf gekomen. Aan Loes is niets te merken, bij Harry is door zijn beschadigde motoriek en spraak het woord ‘genadig’ meer relatief. “Het is wat het is,” zegt Loes nuchter. Maar het boek dat zij aanvankelijk wilde schrijven over wat hun beiden was overkomen, heeft ze na vijftien pagina’s terzijde geschoven. “Toen raakte ik zó overstuur, dat ik wist: dit moet ik niet willen. Ik moet dit niet weer willen doormaken. Laat ik het nieuwe boek maar betrekken op mijzelf en mijn eigen angsten. Dat is *Wacht maar afgeworden*.” **Was dit echt de eerste keer dat je hierover iets op papier zette? Je hebt in het ziekenhuis niets genoteerd, zelfs geen dagboek bijgehouden?**

“Nee. Zelfs niet toen het met Harry gebeurde. Dat werd wel vaak gevraagd: ‘Schrijf je dit op? ‘Nee.’ ‘Waarom niet?’ Omdat ik het niet wil teruglezen! Ik wil het vergeten!” Ze lacht: “Nou, vergeten doe je het natuurlijk nooit. Maar opschrijven, nee.”

***Wacht maar af* is een heel persoonlijke thriller geworden.** “Ik vond het fijn dat ik mijn hoofdpersoon Franka dingen kon

laten overkomen en ondertussen dacht: dat is mij mooi niet gebeurd. Een beetje dat ‘lekker puh!’-gevoel. In die zin was het schrijven van dit boek louterend.” Ze refereert aan *Rinkeldekink*, het hartverscheurend mooie boekje dat Martine Bijl over haar hersenbloeding schreef. “Ik heb het wel drie keer gelezen. Martines angst vond ik heel erg confronterend. Dat je het gevoel hebt dat er iets onhanteerbaars in je brein is gekropen, dat je iemand wordt die je helemaal niet wilt zijn. Die angst heb ik in *Wacht maar af* van mij af weten te schrijven.” In het boek krijgt hoofdpersoon Franka, een veertiger, een hersenbloeding. Werkend aan haar herstel merkt ze dat de mensen om haar heen, onder wie haar halfzus, ex en haar huidige man, niet bepaald met het beste met haar voor hebben. Of verbeeldt ze zich dat nou? Trouw, wantrouw en het verlies van autonomie zijn belangrijke thema’s in deze indringende thriller, waarin zich rondom Franka boosaardige zaken afspelen. “Het gaat over wat er met mij had kunnen gebeuren,” vertelt Loes. “Een hersenbloeding heeft niet zelden een karakterverandering tot gevolg. Toen Harry in het AMC lag, werd ik door artsen gewaarschuwd dat dit het einde van ons huwelijk zou kunnen betekenen. Zeker als je, zoals Harry, lang in coma hebt gelegen. Dan bestaat de kans dat je met een andere persoonlijkheid wakker wordt. Maar zowel hij als ik hebben de mazzel gehad dat wij niet noemenswaardig zijn veranderd.” Ze roept naar Harry in de voorkamer: “Ben jij jezelf nog Harry?” Het antwoord is een geamuseerd: “Geen flauw idee!” Ze lacht: “Hij kan nog steeds grapjes over zichzelf maken.” **Franka twijfelt in *Wacht maar af* aan alles en iedereen, ook aan zichzelf. En jij?**

Knikt: “Toen ik eenmaal besepte wat er met mij was gebeurd, durfde ik er niet op te rekenen dat ik weer de oude zou wor-

den. Maar vanaf het moment dat ik uit de narcose kwam, kon ik staan, bewegen, praten, alles. Ik deelde zelfs orders uit, die ik trouwens meteen weer vergat. Door het aneurysma werd er namelijk vier weken lang niets in mijn geheugen opgeslagen; Dat een vriend elke dag aan mijn bed heeft gezeten? Echt, geen idee. Niemand had dat in de gaten omdat ik normaal functioneerde. Zo ontstond dat wantrouwen. Als mensen mij wilden geruststellen met: ‘Je was in het ziekenhuis juist heel vrolijk en belangstellend,’ dacht ik: zouden ze dat nou zeggen uit beleefdheid, om mij te sparen? Ik vertrouwde het niet. Pas in revalidatiecentrum Heliomare begon mijn geheugen weer te functioneren en werd ik bij wijze van spreken ‘wakker’. Ik kende Heliomare goed, omdat Harry daar maandenlang was verpleegd. Ik verbleef op exact dezelfde afdeling waar ik precies de weg wist en ieder personeelslid kende. Geen mens merkte iets vreemds aan me op. Tot ik mij op een dag met een schok realiseerde: verrek, ik ben in Heliomare! Hoe kom ik hier nou terecht? Wat heb ik dan? Er kwam een verpleegkundige binnen. Helemaal ontdaan zei ik: ‘Ik ben in Heliomare, hè?’ Zij had meteen door wat er aan de hand was. ‘Ja, dat klopt.’ ‘Waarom ben ik hier?’ ‘Je hebt een hersenbloeding gehad.’ Ik voelde aan mijn hoofd: geen verband, geen wond, geen hechtingen. ‘Ben ik dan niet geopereerd?’ ‘Het bloedvat is via de lies gedicht.’

Toen ik eenmaal van de schok was bekomen en begreep dat ik dus vier weken ‘kwijt’ was, begon ik me zorgen te maken. Wat had ik gedaan? Had ik wartaal uitgeslagen? Gevloekt? En waar was Harry? Ik was zó bang dat er, zoals Martine Bijl beschreef, een soort alien in mijn hoofd was gaan zitten en ik uiteindelijk niet meer met mijzelf zou kunnen leven. Pas toen mijn beste vrienden mij verzekerden dat ik echt nog helemaal dezelfde was, durfde ik dat uiteindelijk ook zelf te geloven.”

Ben je kwaad geweest?

Knikt. “Toen wel. Ik voelde me zó gepakt door het leven. Elf maanden daarvoor had Harry die zware hersenbloeding gehad. De verwachting was dat hij het niet zou redden. Ik had de tekst voor de rouwkaart al gemaakt, heb vrienden gebeld: ‘Kom maar afscheid nemen.’ Toch kwam hij uit zijn coma. Uiteindelijk werd hij ontslagen; in zijn revalidatierapport stond: ‘Het wordt nooit meer wat met deze man, hij zal niets meer zelfstandig kunnen.’ Daar hebben we samen hard tegen ▶

‘Ik vond het fijn dat ik mijn hoofdpersoon Franka dingen kon laten overkomen en ondertussen dacht: dat is mij mooi niet gebeurd’



‘Toen Harry in het AMC lag, werd ik door artsen gewaarschuwd dat dit **het einde van ons huwelijk zou kunnen betekenen**’

geknokt, want Harry geloofde wél in verbetering. Bovendien had de neurochirurg verteld dat een prognose sowieso moeilijk te geven is; in de praktijk was al vaak gebleken dat de somberste voorspelling uiteindelijk kan meevallen en andersom. Maar de houding van de ingeschakelde fysiotherapeute was: u zult dat nooit meer kunnen. Punt. Later kwam Harry gelukkig bij een ander terecht, die wél aan hem vroeg wat hij zou willen bereiken. ‘Zelfstandig door zo’n oefen-loopbrug lopen,’ was het antwoord. ‘Dan gaan we dat trainen,’ zei de fysiotherapeut. Drie weken later liep Harry in die brug heen en weer! Hij trainde zó hard, dat hij uiteindelijk het verpleeghuis kon verlaten en gewoon weer thuis kon komen wonen, waar de schuur tot slaapkamer was verbouwd. Harry kan met zijn rolstoel zelfstandig naar de wc, hij kan zijn boterham smeren en weer zelf eten en drinken.

Hij was goed en wel thuis en toen overkwam het mij. In de vroege ochtend werd ik wakker van een soort getrommel in mijn hoofd: doekedoekedoek. Dat is een uiterst zeldzaam symptoom, normaal gesproken krijg je door een hersenbloeding onverdraaglijke hoofdpijn. Toch wist ik dat het foute boel was. ‘U heeft gewoon een black-out door de spanningen van de afgelopen maanden,’ zeiden de ambulancebroeders die wat tests deden. ‘Gaat u maar weer slapen.’ Ik dacht nog: als ik dat doe, word ik nooit meer wakker. En raakte bewusteloos.” Zowel bij Harry als bij Loes werd de bloeding veroorzaakt door een hersenaneurysma; een verwijding c.q. uitstulping in de wand van een hersenslagader, waardoor die uitrekt, verzwakt en kan scheuren. “Het schijnt een vrij algemene, aangeboren afwijking te zijn waar je in de meeste gevallen je leven lang mee kunt rondlopen zonder dat er iets gebeurt. Bij sommigen knapt het en dat is fataal. Bij ons is het dus gaan bloeden.”

Waar was je het meest bang voor?

“Dat wat Martine Bijl ook beschreef in *Rinkeldekink*; de angst dat het wezentje in mijn hoofd het karwei nog zou komen afmaken. Maar de neurochirurg zei dat de vaten in mijn hersenen zó goed zijn onderzocht, dat die kans bijzonder klein is.”

Is er een Loes ‘voor’ en een Loes ‘na’?

“Ik heb een korter lontje gekregen. Maar mijn zelfbeheersing is ook wat groter geworden, juist omdat ik daar niet aan wil toegeven.” Lacht: “Als iemand mij voor de voeten loopt, moet ik wel even tegen mezelf zeggen dat mijn voetje niet mag uitschieten. Mensen die hard praten, ook zo erg. Een ander gevolg

is – wat ik Franka in het boek ook heb gegeven – zeer zeldzaam: ik heb geen hongergevoel meer. Proeven kan ik gelukkig nog wel, maar ik moet echt opletten dat ik regelmatig iets eet, omdat ik anders helemaal flauw word. Andere symptomen, zoals de postoperatieve zware hoofdpijn, intense moeheid en een oog dat een paar maanden ‘raar stond’ zijn weggetrokken.”

De zorg voor Harry is ingrijpend. Hoe voorkom je dat je meer thuishulp dan echtgenote wordt?

“Er is ons in het ziekenhuis herhaaldelijk verteld dat als je zoiets meemaakt, de liefde er vaak bij inschiet. Daar hebben wij echt voor gewaakt. Dat wij samen zo hard tegen de prognose van het revalidatierapport hebben geknokt, heeft ons waarschijnlijk ook dicht bij elkaar gehouden. En soms is het gewoon moeilijk. Samen oud worden hadden wij ons wel anders voorgesteld. Harry en ik waren twee onafhankelijke geesten met eigen interesses en we gingen geregeld apart van elkaar op stap. Die vrijheid is verleden tijd. Voor mij is het 24 uur per dag zorgen; als ik een dag weg wil, moet iemand anders bij mijn man zijn. Harry, die veel meer heeft moeten inleveren, zegt geregeld: ‘Het is ook aan jou om te zeggen: nu even niet.’ Daar heeft hij gelijk in, je moet er met z’n tweeën een weg in vinden. Ook hebben we tegen elkaar gezegd: ‘We kunnen er eindeloos over jeremiëren, maar hier zullen we het mee moeten doen.’ Beangstigend was wel dat het lang duurde voordat er weer een idee voor een boek in mijn hoofd kwam. Ik begreep het niet, talent zit toch niet in je hoofd, maar in je genen? Gelukkig kwam ook dat weer op gang en inmiddels is de ideeënstroom weer als vanouds. Na *Wacht maar af* ben ik aan mijn vierde verhalenbundel begonnen. Daar had ik zó’n zin in. En een idee voor een nieuw boek dringt zich ook alweer op. Heerlijk!” ■

Winnen!



Wacht maar af is een uitgave van de Crime Compagnie en kost € 19,95. Wij verloten 10 exemplaren. Kans maken? Ga dan vóór 10 december naar margriet.nl/winnen.