

© Copyright 2015 Dagblad De Limburger / Limburgs Dagblad.
Het auteursrecht, ook ten aanzien van artikel 15 AW, wordt
uitdrukkelijk voorbehouden. Dinsdag, 05 mei 2015



GEEN KASPLANT

Doodgaan, of verder leven als een 'kasplant'. Dat waren zo'n beetje de opties na zijn hersenbloeding in 2013. Waarvan de eerste mogelijkheid de meest waarschijnlijke was. „De artsen dachten dat ik de ochtend niet zou halen.” Maar Toine Meesters weigerde te capituleren. En knokte zich terug het leven in.

IJzeren wil in onwillig lijf

DOOR RON LANGENVELD

Oergeluiden. „Maar dan op fluistertoon.“ Tot meer waren zijn verlamde stembanden en strottenhoofd niet meer in staat. „Je wilt wat zeggen. Je weet ook wát je wil zeggen. Maar het komt er niet uit.“ Dat hij niet kon lopen. Dat zijn rechterarm langs zijn lijf hing als een dood vogeltje. Dat was allemaal nog toe daar aan toe. „Het leven houdt wat mij betreft ook niet op in een rolstoel. En zo lang je nog helder kunt denken. Maar dat ik me niet verstaanbaar kon maken, dat vond ik echt heel verschrikkelijk.“ Heerleenaar Toine Meesters (57) herinnert zich nog de artsen die overleggend aan zijn bed stonden en maar moesten aannemen dat hij begreep wat er met hem aan de hand was. „Die hadden geen idee hoe ik er geestelijk aan toe was. En of mijn geheugen nog wel werkte.“ Maar achter zijn scheefgetrokken aangezicht waren de gedachten glashelder. „Dat is onvoorstelbaar. Dat je je niet kunt uiten. Ik was een gevangene in mijn eigen lijf.“ Veroordeeld tot levenslang. Want het was zeer onzeker in hoeverre hij ooit nog zou herstellen. En of zijn spraak nog terug zou komen. „Ik heb een zeer zware hersenbloeding gehad. Het meest waarschijnlijk was dat ik mijn hele leven rolstoelafhankelijk zou blijven. En dat ik terecht zou komen in een verpleeghuis.“

RAVAGE

Dat het serieuze foutje boed is die dinsdagavond in maart 2013 weet hij meteen. „Mijn moeder had aan het eind van haar leven een aantal herseninfarcten gehad. Ik kende de symptomen.“ De bloeding komt als een dief in de nacht. Zonder aankondiging, zonder pijn. Door een gesprongen ader in zijn hoofd loopt het bloed zijn hersenen in. „Ik kwam onder de douche vandaan en kon opeens mijn arm niet meer bewegen. Ik wist meteen: dit is niet goed.“ Meesters weet dan dat haast is geboden. „Tijdens het telefoontje met 112 viel mijn spraak al weg.“ Meneer Meesters, ik hoor het, we komen er nu aan!, zei de telefoniste.“ Rondjes strompelend in zijn flat probeert Meesters te voorkomen dat hij buiten westen raakt. „Als ik toen was gaan zitten, was ik weg geweest. Maar ik moest alert blijven. Ik moest de deur nog voor ze open kunnen maken.“ Als de bel gaat weet hij nog net de voordeur te bereiken. „Daarna ben ik in elkaar gezakt.“

In het ziekenhuis blijkt pas hoe erg hij er aan toe is. Opereren is volgens de artsen niet mogelijk. „Dan was ik zo goed als zeker op de operatietafel doodgebloed. Tegen mijn zin zeiden ze dat ik het einde van de avond waarschijnlijk niet zou halen.“ Maar Meesters overleefde. Twee weken ligt hij op de intensive care, waar de situatie stabiliseert. „Het enige dat ik me van het ziekenhuis nog herinner is het moment dat mijn zus aan mijn bed stond en zei dat ik de volgende dag naar Adelante zou gaan om te valideren.“ De bloeding blijkt een ravage te hebben aangericht onder zijn hersenpan. „Ik kon niet slikken, niet praten, niet eens zelfstandig rechtop zitten in bed.“

Dat hij daar twee jaar later thuis in zijn appartement zelf breed lachend over kan vertellen, mag een klein wonder heten. Tegen alle statistieken in knooit Meesters zich terug. „Ik weet nog dat ze me mijn eerste rolstoel kwamen brengen.“ Meneer Meesters, hiermee gaan wij u weer mobiel maken,“ zei de therapeut. Maar ik dacht: dan kennen jullie mij nog niet.“

Hij traint zijn willoze spieren met de overgang van een topsporter. „Als de trainingsruimte vrij was ging ik zelf aan de slag.“ En als hij

eindelijk zelfstandig op de gang mag oefenen met lopen, is er helemaal geen houden meer aan. „Ook zonder krukken. Ik ben het gewoon gaan proberen.“ Tientallen keren krijgt hij op zijn donder omdat hij niet voldoende rust neemt. „Maar ik wist het eerste halfjaar is cruciaal voor je herstel. Dus ze konden me de boom in. Ik dacht: wat ik nu voor elkaar krijg pakt niemand mij meer af.“ Alleen met zijn spraak wil het maar niet vlotten. „Inmiddels lukte het wel al een beetje om met links te schrijven“, zegt hij over zijn communicatie. Maar uit zijn mond komt nog steeds slechts een zwak gefluister. „Tot één van de laatste sessies met de logopedist. Ik wilde aanzetten voor een oefening, en die kwam er opeens keihard uit. We schrokken er alle twee van.“

De ban is gebroken. „Toen heb ik heel, heel hard gejaakt“, zegt hij, terwijl zijn ogen opnieuw vollopen. „Dat was een gevoel, dat kun je je niet voorstellen.“ De ontlading van zijn maandenlange eenzame gevecht om zijn lichaam de baas te worden. Om zijn vrijheid te heroveren.

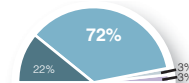
HOMOSCENE

Zijn spraak is inmiddels zo goed als hersteld. Al moet hij soms even zoeken naar woorden. En hoewel de verlamming aan de rechterkant van zijn lijf blijvend is, kan hij weer lopen. „Het lukte me zelfs weer om de vuilniszak met twee handen dicht te knopen.“ Al moet hij er wel iedere dag voor knokken om dat allemaal zo te houden. „Als ik twee weken niks doe, kachel ik heel hard achteruit.“ Vaste rituelen heeft hij ervan gemaakt om zijn spieren te oefenen. Hij komt niet van zijn aangepaste badkamer af voordat hij aan een van de steunbeugels tien kniebuigingen heeft gemaakt. Hij gaat te voet naar zijn fysiotherapeut. En overal liggen blaadjes met spraakoefeningen. „Je kunt overal een oefening van maken. Ik boek nog steeds vooruitgang. Al gaat het niet meer zo snel. Kijk, ik weet dat ik nooit meer de oude word. Daar heb ik ook wrede mee. Maar wat ik eruit kan halen, zal ik er ook uit halen.“

Magere Hein zit hem al langer op de hiel. „Ik val op mannen“, verklaart hij. Als het hiv-virus begin jaren negentig in alle hevigheid rondwaart in de homoscene, raakt Meesters besmet. „Een vriendje bleek drager.“ Anderhalf jaar later vliegt die vriend. Meesters blijft lang geïrriteerd van ziekteverschijnselen. „Maar in 1996 werd ik écht ziek.“ Een longontsteking dreigt hem fataal te worden. „Ook toen hebben de artsen tegen mijn zus gezegd: als de koorts niet zakt, is het over.“ Meesters kruipt ook dan door het oog van de naald. „Ik slik een pil per dag. Daarmee blijft het virus onder controle.“ Hoe lang dat nog goed gaat? „Hopelijk heel lang. Ik ben nog niet klaar om dood te gaan.“

Just het besef dat de weegschaal elke dag naar de andere kant kan doorslaan, heeft hem de afgelopen twee jaar gesterkt om zich terug te vechten. „Gáán waarvoor je kunt gaan, zeker als je écht gevoeld hebt dat het zomaar opeens over kan zijn. Dat heeft mij zo bewust gemaakt van de waarde van het leven. Je kunt elke seconde maar één keer beleven. Dan is het toch een enorme verspilling van tijd en energie om bij de pakken neer te gaan zitten.“ Dan doe je jezelf tekort. Gewoon nooit de hoop opgeven.“

Natuurlijk zou hij willen dat hem niks mankeerde. „Dat ik elk jaar lekker op vakantie kon. Niet iedere maand hoefde te tellen of ik met mijn geld wel toekom. Maar het is nou eenmaal zo. Je kunt beter focussen op wat je wel nog kunt, de mogelijkheden die je wel nog hebt. Ik heb een dak boven mijn hoofd. Ik kan mijn rekeningen betalen. En het belangrijkste: ik ben er nog.“



VRAAG

Hoe denkt u over euthanasie, oftewel dat mensen door artsen hulp wordt geboden bij zelfdoding?

Ik ben daar voorstander van, mits er sprake is van zwaar lichamelijk lijden

72%

Ik ben daar voorstander van, niet alleen als er sprake is van zwaar lichamelijk lijden, maar ook in het geval van zwaar geestelijk lijden

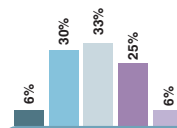
Ik ben daar tegen

Weet niet / geen mening

VRAAG

In hoeverre bent u het eens met de volgende stelling?

Helemaal eens
Eens
Niet eens, niet oneens
Oneens
Helemaal oneens



STELLING

Ik merk dat anderen in de maatschappij zich meer belemderd voelen om voor hun mening uit te komen dan 10 jaar geleden