

Column Mathilde Bos docent verpleegkunde en verpleegkundige in de psychiatrie, www.mathildebos.schrijft.nl

PREVENTIE

Preventie, ik heb er niks mee. Het roept associaties op met een gezondheidsmaffia die opereert vanuit waarden die de mijne niet zijn. Een maffia die een leven propageert dat ik niet zou willen leven. Al die regels, brrrr. En het gaat altijd over heel persoonlijke dingen als eten, bewegen, alcohol, roken, seks. Waar bemoeien ze zich eigenlijk mee? Ze preken voor eigen parochie, de mensen die toch al 'into preventie' waren smullen van alle adviezen, van alle regels en van de voedingssupplementen. Bij anderen glijden preventieadviezen af als olie langs tefal. Ik hoor bij de rest.

Ik ga niet naar bevolkingsonderzoeken van borst- of baarmoederhalskanker en de tandarts heeft me al in geen jaren gezien. Ik heb niemand nodig die me zegt dat ik gezond ben zolang ik geen klachten heb. Flauwekul. Onruststokers. Zolang alles functioneert zal je mij niet in een wachtkamer aantreffen. Er is trouwens ook nog een heel vervelende bijwerking wanneer je 'into preventie' bent: voor je het weet verwijt je een patiënt zijn ziekte.

Ik zit instemmend te knikken bij het laatste interview met Herman Brood die als vijftiger opgebruikt is, er uitziet als tachtig en even later de sprong zal wagen. Genoeg is genoeg. Het gebruik hielp hem om te zijn wie hij wilde zijn, vertelt hij. Hij leidde door de middelen het leven dat hij voor ogen had en accepteerde de prijs die hij moest betalen. De laatste jaren van het leven zijn trouwens toch wel ellendig. Bij gebruikende niet-bewegers komt het gemiddeld wat eerder dan bij leden van de gezondheidsmaffia, maar ellendig blijft het, je blijft de dood niet voor.

Maar de panelen beginnen te schuiven. Lichaamsonderdelen gaan haperen of vallen uit, ik word ouder en mijn levensstijl wreekt zich. Ik lig met een krampende rugpijn op bed en moet een wandeltocht afbreken door bloedende voeten en een protesterende knie. Een nacht doorhalen eist 24 uur herstel, je moet wel kunnen plannen! Ik ga op zoek naar preventieve (!) maatregelen om het leven vol te houden dat ik wil leiden. Tenen worden ingetaped, knieën omwikkeld, sportschool bezocht en in de agenda staat een kruis na een geplande feestnacht. Ik ben ineens heel gemotiveerd om adviezen te horen en vraag in het café hoe anderen dealen met hun klachten. We hebben het over onze kwalen en ik zit ademloos te luisteren.

De tabak schreeuwt intussen vanaf ons tafeltje ('Zoek hulp!'; 'U gaat dood!'). Het gaat over kwaaltjes, adviezen en oplossingen. Het gaat over adresjes, regulier en alternatief. We willen het allemaal horen. Tot iemand na een hoestbui zegt: 'We nemen er nog één!' De borrel komt door, we draaien onze sigaret en we heffen het glas: 'Op onze Gezondheid!' En we lachen. ■



Fotografie: NFP Photography