



24/7

Het dienstrooster dicteert je leven. Het is een bijzondere dictatuur. Eten, slapen, sporten, feesten en beminnen, alles zoekt z'n plek rond het rooster. Zonder ritme, want morgen is het weer anders.

Werk en privé, het klokje rond. Te beginnen bij de avond voor de vroege dienst, de 'vroegedienst- arousal' begint om ongeveer 21 uur. Een lichte kringel in de buik van spanning: 'Zijn er morgen genoeg mensen, is er iets bijzonders, komt het allemaal wel rond?' De wekker loopt om zes uur voorzichtig af. Ik schrik. Gáán als een speer, tot vier uur in de middag. Topsport.

In het weekend werken is anders. Op een stille, nevelige zondagochtend zingt de merel om zeven uur zo adembenemend prachtig dat hij me boven mezelf uittilt. Wat een schoonheid. Fijn dat er geen dokters zijn op zondag, geen andere disciplines of secretaresses. **We hebben met de patiënten het rijk alleen, een bijzonder soort intimiteit.**

Voldaan thuiskomen in de namiddag, de wijn wordt nooit zo vroeg gedronken als na een vroege dienst. De film met indrukken van de dag glijdt voorbij in verhalen, anekdotes en bespiegelingen. Ik waan mezelf goed gezelschap. De volgende dag een late en dat is maar goed ook, want de fles ging leeg.

Ik ben net op gang als ik om drie uur op de afdeling arriveer. Daar wordt de dag al afgebouwd. De avond is voor het bezoek. Ik kijk tv met de patiënten en maak een wandeling als iemand met me mee wil. We zitten lang in het kantoor en springen met z'n allen op als we iemand horen schreeuwen. Hangerige alertheid.

Ik fiets met een hoofd vol sferen om elf uur naar huis. Lichten gaan één voor één uit in de flats die ik passeer. Thuisgekomen steekt nog één huisgenoot met ogen op half zeven, het hoofd om de hoek: "Welterusten, alles goed gegaan? Ik ga slapen, morgen weer vroeg op." Terwijl ik een babbel en een borrel wil, en vast nog niet kan slapen voor twee uur. **Wie kan ik bellen? De spoeling is dun.** Maar ik heb inmiddels een beproefd recept voor na de late dienst: geen alcohol, wat eten en lang douchen. Best kans dat ik dan toch iets eerder slaap. Eenzame uurtjes, met een onrustige geest in een slapende wereld. En dan de nacht. Het leven stopt als je nachtdienst hebt (eventueel telefonisch te bereiken tussen negen en tien uur 's avonds). Geen trek in eten en geen gevoel van verzadiging, een kringel in de maagstreek. Geen slaap maar ook niet uitgerust. Slapen, slapen, slapen. Te veel en te weinig. Er is geen touw aan vast te knopen. **De nacht, waarin erge dingen gruwelijk zijn.**

Vervreemding in de vroege ochtend. Fietsen langs de singel waar forenzen met strakke gezichten hun weg zoeken. De nachtwereld hangt om me heen, los als na een nacht stappen, maar ook verbaasd als een nachtdiertje in de volle zon. Er is me ooit verzocht de HEMA te verlaten op zo'n ochtend. Ik maakte geen kabaal en had ook niets gestolen. Ze moeten me zo raar gevonden hebben als ik me voelde. Vreemd vak, die verpleging. Vervreemdend ook. Zo veel menselijk leed, menselijk onvermogen, menselijkheid. De donkere kanten van het bestaan krijg je er gratis bij. Wat bezielt me toch om dat te willen? Wat bezielt mij, wat bezielt jou?

*Sterkte,
Mathilde Bos*

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