



## PREMIUM

© Marnix Schmidt

# Na een knalrode wc na een toiletbezoek spoelde Wichert eerst gewoon door: ‘Heerst een groot taboe’

**Al bijna vijftig jaar heeft Wichert van Dijk (67) een stoma. Hij heeft er mee leren leven. Sterker nog, de zak op zijn buik gáf hem leven. Maar loopt nog altijd tegen vooroordelen aan. Vandaag, op de dag dat er jaarlijks wordt stilgestaan bij zijn diagnose, doet Van Dijk zijn verhaal. Een gesprek over zijn jeugd en zijn kijk op seks, liefde en de dood. „Ik was jaloers op vrienden die wel vrijblijvend hun seksualiteit konden ontdekken.”**

**Paulien Plat** 19-05-23, 23:34

Het moet angstaanjagend zijn geweest voor een klein jongetje uit Rutten, in de Noordoostpolder. Een knalrode wc na een toiletbezoek. Bloedrood, eigenlijk. Maar zo herinnert Wichert van Dijk, nu 67 jaar, het niet. Hij spoelde gewoon door.

Zijn hele jonge levensjaren staan in het teken van rennen naar de wc. Als de wc thuis - hij heeft zeven broertjes en zusjes - bezet is, rent hij naar buiten. Hurkt hij achter een koe, of bij de mestvaalt. Hij heeft geen andere keus.

Nu is dat wel anders, vertelt hij vanuit zijn monumentale woning in Utrecht. Af en toe legt hij zijn hand even op de zijkant zijn buik, op de plek waar zijn stoma zit. Die zak op de buik gaf hem vrijheid, maar de weg er naartoe was soms een kwelling. En in de decennia dat de stoma er al zit, loopt hij nog altijd tegen ongemak

aan. Net zoals iedere andere stomadrager, waarvan er in Nederland ruim 40.000 zijn. Daar schreef hij een boek over: Plak en Zak.

## **De taboe**

Van Dijk zit met zijn benen over elkaar, nipt van zijn kopje thee. Hij praat met een kalme, lage stem. Af en toe laat hij een bedenkelijke stilte vallen, moet hij even in zijn geheugen graven. En dat is niet gek, want de zak op zijn buik zit er al decennialang. Bijna vijftig jaar. Hij heeft ermee leren leven. Tijdens zijn werk, maar ook in liefde en seks, neemt de stoma een zowel prominente als verborgen plek in.

„Er heerst een groot taboe. Want in essentie gaat het wel over poep en pis: iets waar mensen het niet gemakkelijk over hebben. Ik praatte er alleen over als het écht nodig was. Als ik een lekkage dreigde te hebben op werk, bijvoorbeeld. Ik was jarenlang docent, dus dan moest ik soms met een smoes de klas uit. Maar dan lichtte ik wel een collega in, want die moest het even overnemen.”

„Ik geloof dat ik er nu wel gemakkelijker over praat. Tsja, en ook ik heb een seksleven, een liefdesleven. De vrouwen met wie ik het bed heb gedeeld, vonden het eigenlijk altijd wel prima. Het was nooit echt een ding. Die zak zit wel eens in de weg, ja. Niet elk standje is even handig, maar soit.”

Uit Plak & Zak: „Zelfs als mijn zak of plak door erotische onstuimigheid gaat lekken en ik dat net iets te laat in de gaten heb, is er niet veel aan de hand. We douchen samen en terwijl Anne het bed verschoont, vervang ik mijn stomamateriaal. Voor mij is de lol er dan af en dat begrijpt ze.”

## **De Noordoostpolder**

Als jongetje klaagt hij eigenlijk nooit over de pijn in zijn buik. Ondanks dat die pijn een constante factor is in zijn leven, is hij in zijn hoofd niet ziek. Dat heeft alles te maken met zijn jeugd in de Noordoostpolder. Waar hij als boerenzoon opgroeide. Waar hard werken voorop stond, werken met je handen. Waar nauwelijks ruimte was voor emoties of gevoelens.

„Ik kom uit een echt pioniersgezin. Mijn vader was één van de eerste driehonderd mensen die zich vestigde in de polder. Eerst in de Rietstraat in Emmeloord, daarna de boerderij in Marknesse, later eentje in Rutten. Dat bracht een bepaalde mentaliteit met zich mee. Niet zeuren, niet mauwen. Maar aanpakken en doorfietsen. Dat was lastig. Maar ergens is het ook mijn redding geweest. In de slachtofferrol gaan zitten, dat kon eigenlijk niet.”

„Toen de toiletput op een gegeven moment voor de zoveelste keer rood kleurde, moest ik van mijn moeder naar de dokter. Als twaalfjarig jongetje heb ik twee keer drie maanden in het ziekenhuis gelegen, voor onderzoeken. Daar kwam geen diagnose uit.”

„Ik wist dat de dood bij het leven hoorde. Op de boerderij gingen er ook wel eens beesten dood, er werd geslacht of werd een kalf doodgeboren. Maar dat koppelde ik niet aan mezelf. Pas veel later hoorde ik dat mijn familie dacht dat ik misschien ook dood zou gaan.”

## **De stoma**

De onbekende ziekte teistert het leven van de jonge puber Van Dijk. Hoewel de hormonen door zijn lijf gieren, voelen seks en liefde lang als iets buiten zijn bereik. Hij kijkt met jaloezie naar leeftijdsgenoten, die onbezorgd door het leven fladderen. Dan is er op zijn zestiende eindelijk een diagnose: colitis ulcerosa, een chronische ontsteking van het slijmvlies van de dikke darm.

„Ik had heel veel buikpijn, moest soms wel twintig keer per dag naar de wc. In die tijd durfde ik een vriendinnetje nog niet aan. Wat als ik tijdens het vrijen plotseling naar de wc moest? Ik was jaloers op vrienden die wel vrijblijvend hun seksualiteit konden ontdekken.”

„Vlak na de diagnose kaartte de dokter een stoma aan. Mijn ouders durfden dat besluit niet te nemen. Veel mensen met een stoma gingen immers dood. Hoewel ik het extreem spannend vond, besloot ik na advies van mijn internist op mijn twintigste zelf om een stoma te nemen. Een zuster liet me vlak voor de operatie een paar rek- en strekoefeningen doen, en zette een kruisje op mijn buik, met een zwarte stift. Daar ging 'ie komen.”

„Toen ik wakker werd, wilde ik er eerst niet eens naar kijken. Een tijdje later heb ik het aandachtig bekeken: goh, dit is het dus. In het begin was het worstelen. Ik had lekkages. Nu nog steeds wel eens, maar véél minder. Echt spijt heb ik nooit gehad. Want door de stoma is mijn leven vrij geworden. Ik had er niet aan moeten denken dat ik nog had moeten doormodderen met die ziekte.”

Uit Plak & Zak: „De rode bobbel stulpt uit mijn buik zoals het voormalig eiland Schokland uit het vlakke landschap van de Noordoostpolder oprijst. Het gat op mijn buik hoort er niet te zijn. En eigenlijk ook weer wel.”

## **De liefde**

Als een rode draad blijkt liefde door het levensverhaal van Van Dijk te lopen. Ondanks zijn twijfels als puber vindt hij een partner. Maar zijn zoektocht naar de liefde kent veel obstakels. Het is zijn drang naar vrijheid en emotionele verbinding die zijn eerste huwelijk uiteindelijk opbreekt. Uiteindelijk vindt hij Anne, zijn grote liefde.

„Ik leerde Lieke kennen via vrienden. Ik was blij dat iemand belangstelling voor me had, met mijn ziekte, met mijn moe-zijn, met alles. We waren niet horendol verliefd op elkaar, maar het was een leuke vriendschap, die zich verder ontwikkelde. Tsja, op een gegeven moment leek het huwelijk een logische stap.”

Stilte. „Maar we hebben elkaar nooit echt weten te raken. Het was vertrouwd, maar ik voelde me bij haar niet... vrij. Op een gegeven moment was het gewoon klaar tussen ons. Pas daarna ontdekte ik hoe het is om in liefde elkaar écht te bereiken, te raken.”

„Anne en ik hadden direct een klik. We ontmoetten elkaar tijdens de lerarenopleiding in Zwolle. We waren niet gelijk verliefd op elkaar, maar dronken vaak samen een kopje thee voor de les. We spraken wel steeds vaker af, maakten wandelingen en gingen soms naar musea. Onze eerste zoen was op een zwoele zomeravond, tijdens een examenfeest op een Drents landweggetje. Ik voelde me door haar gezien. Dat voelt nog steeds zo. Ze houdt onvoorwaardelijk van me, brengt licht in mijn leven.”

Uit Plak & Zak: „Zij ziet me zoals ik ben en kent me misschien ook wel dieper dan ik mezelf ken. Ik durf me aan haar toe te vertrouwen. Ik accepteer bij haar mijn fysieke kwetsbaarheid en kan ook haar zorg accepteren. Op de een of andere manier weet ze vaak precies wat ik wanneer nodig heb.”

## **De dood**

Bijna vijftig jaar leeft Van Dijk al met zijn stoma. Die hem weer écht liet leven, vertelt hij glimlachend in zijn stoel. De klink van de deur gaat naar beneden. Anne, een dame met wit haar en een vriendelijke blik, loopt kalm naar binnen. ‘Sorry, even storen’, zegt ze, terwijl ze de waterkoker aanzet. Met Anne ontdekt Van Dijk een ander leven. Vrijer, vrolijker, ondernemender. Vol met liefde.

„Met haar ga ik kanoën door Frankrijk, zonder na te denken over mijn stoma. Reizen door Vietnam, waar we ook niet overal stomamateriaal konden kopen. Ik ben daar flink ziek geweest, maar ook daar kwam alles goed. We zijn getrouwd, dertig jaar nadat we een relatie kregen. Ik heb haar twee keer eerder ten huwelijk gevraagd, uit zakelijke en praktische overwegingen. Beide keren weigerde ze: ze wilde trouwen uit liefde. Anne is vijftien jaar ouder, maar ik denk dat ik eerder sterf. Gezien mijn conditie en leefstijl. Ik ga ervan uit dat ik nog zo’n tien jaar leef.”

„Ik heb een afspraak met mezelf gemaakt. Als ik niet meer zelf in staat ben mijn stoma te verzorgen, als ik hierin afhankelijk word van iemand anders, dan gaat de stekker eruit. Ik weet niet hoelang dat nog gaat duren, maar ik wil het heft in eigen hand houden. Die eer gun ik mezelf. Er zijn grenzen. Ik wil niet leven in mijn eigen vuil.”

Uit Plak & Zak: „Als ik, in de kille kou van mijn winterlevensavond, het lentegroen niet meer wil of durf te verwachten, als ik vermoed dat aan het eind van de zomer zelfs het goudgele graan aan mijn ogen pijn gaat doen, dan mag mijn leven afgelopen zijn.”