



#### Wie is Wichert van Dijk?

Kort gezegd: Een polderjongen die geleerd heeft niet te zeuren, maar aan te pakken.

Mijn wieg stond op een boerderij. De lagere school stond in het dorpje Rutten. Mijn middelbare schoolperiode bracht ik door in Emmeloord. In die periode werd ik ziek. Daarna studeerde ik aan de Lerarenopleiding in Leeuwarden Nederlands en Engels. Later volgde er een opleiding godsdienstonderwijs in Zwolle en daarna ben ik nog begonnen aan de studie theologie, maar maakte ik niet af.

Ik was docent Nederlands, Engels, economie, levensbeschouwelijke en persoonlijke vorming en trainer op het gebied van Integrale Ketenbewaking en Kwaliteitszorg in de levensmiddelen- en voedingsmiddelensector. De laatste jaren van mijn arbeidzame bestaan was ik directeur van Monumentenwacht Utrecht. Het was een prachtige tijd, met de meest uiteenlopende uitdagingen. Ik heb ook met veel plezier medewerkers laten scholen en verder gebracht dan ze uit zichzelf zouden zijn gekomen.

Samen met mijn vrouw Annemarie wonen we in een 'hofjeswoning' in een voormalige pastorie in Utrecht. We zijn graag in onze prachtige tuin. Ik heb een tuin om in te zitten, zij werkt er in...

#### Interview patiënt

## Kennismaking met Wichert van Dijk

#### Op welke manier heeft uw stoma uw leven beïnvloed?

In algemene zin is de constante vermoeidheid iets dat me altijd op achterstand zette. Tegelijk was er ook een soort van gewenning. Je bent gewoon moe, maar je gaat toch door. In mijn pubertijd was het lastig: ziek zijn en niet overal aan mee kunnen doen. Met vriendinnetjes was mijn ziekte en later de stoma ook wel een ding. Eerst was er altijd die onverwachte gang naar de WC, later zat die zak toch altijd wel wat in de weg. Ik heb bij mijn beroepskeuze al wel rekening gehouden met mijn beperkingen. Tegelijk heeft mijn werkomgeving er meestal weinig van gemerkt. Veel collega's hebben het ook nooit geweten.

#### Kunt u een voorbeeld geven van een positief effect en van een negatief effect op uw leven?

Ik kan geen echt positief effect noemen van de stoma. Het is wat het is: een kunstmatige uitgang. Vooruit: het feit dat ik meer controle heb over mijn stoelgang, niet overal meer een WC hoeft te zoeken is wel een verbetering. Tegelijk komt daar soms de onzekerheid en angst voor een lekkage voor terug. Maar ik heb daar eigenlijk (nog) weinig last van. Een lekkage is meestal mijn eigen schuld.

**"IK HEB ALTIJD (BIJNA) ALLES GEDAAN WAT IK WILDE DOEN."**

Maar ook geen echt negatief effect: ik heb altijd (bijna) alles gedaan wat ik wilde doen. Ik heb me bijvoorbeeld bij vakantie nooit door mijn stoma laten weerhouden. Soms pakte dat overigens wel lastig uit. Maar meestal wist ik me te redden. Mijn onvruchtbaarheid is wel een negatieve bijvangst.

Dat wordt toegeschreven aan een complicatie na mijn rectumamputatie in 1979. Ik had wel graag een eigen gezin gehad.

**U heeft al bijna 50 jaar een stoma; is er veel veranderd in de stomaverzorging in die tijd? Een belangrijke verandering is de benaming? Van een stomapatiënt ben ik een stomadrager geworden. Dus er is - als je nu een stoma krijgt - minder een associatie met ziek-zijn. Of dat je een handicap of een beperking zou hebben. De geldende opvatting is nu eerder: je was ziek, je hebt nu een stoma. Daar is prima mee te leven: hup, aan het werk en niet zeuren. Maar je blijft altijd moe en dan is het lastig om aan de norm te voldoen. Dat heb ik ook gedaan, voldoen aan de norm. Maar daar heb ik wel een beetje spijt van. Ik zou nu opener over mijn stoma zijn in leef- en werkomgeving. Dan geef je mensen ook de kans om rekening met je te houden.**

De stomapoli's en stomaverpleegkundigen zijn wel een hele verbetering. Er is duidelijk veel gedaan aan kennis in de zorg. Ook de psycho-sociale kant krijgt tegenwoordig meer aandacht. Vergeet ook niet de kwaliteit van het stomamateriaal, dat is echt heel erg goed geworden sinds de jaren zeventig.

**"HOEWEL HET NOG STEEDS MET POEP EN PIS TE MAKEN HEEFT: IK HEB TOCH DE INDRUK DAT HET MINDER EEN TABOE IS."**

Hoewel het nog steeds met poep en pis te maken heeft: ik heb toch de indruk dat het minder een taboe is. Ik herinner me Paul de Leeuw nog die met een stomazak op zijn buik Nederland liet zien wat een stoma was. Tegenwoordig zou een stomadrager dat zelf laten zien. Ik verbeeld me dat ik er zelf ook makkelijker over praat.

#### Waar gaat uw boek 'Plak & Zak - leven en liefde met een stoma' over?

Het is echt een levensverhaal. Het boek beschrijft de scharniermomenten in mijn leven. Rondom de keuzes die ik maakte, moest maken of juist niet maakte. Of ik heb het over de verkeerde keuzes. Als je leeft, dan heb je lief. Je wordt verliefd en

bedenkt wat je daar mee wilt doen. Ik heb, net als andere mensen, liefdes verloren en weer andere gevonden.

#### Wat maakte dat u dit boek heeft geschreven? Wat hoopt u er mee te bereiken?

Ik voerde na mijn ontslag een aantal gesprekken over mijn 'afgeschreven' zijn. De filosoof zei: "Je kunt het allemaal mooi vertellen, maar schrijf het eens op. Als je schrijft moet je altijd meer nadenken over de woorden. Zeker als je het verhaal terugleest." Dat klopte en toen ik een paar episodes uit mijn leven op papier had, bedacht ik dat er misschien wel een boek inzat. Het werd een boek waarvan ik nu zeg: "Dat had ik graag willen lezen voordat of nadat ik mijn stoma kreeg."

#### Denkt u dat andere stomadragers (mannen én vrouwen) zich kunnen herkennen in uw boek?

Ja, dat denk ik wel. Ik denk dat partners van stomadragers elementen in het verhaal ook heel herkenbaar vinden. Ik beschrijf de gebeurtenissen openhartig. Je ziet het zieke jongetje opgroeien, je leest over zijn onzekerheid en het zoeken naar houvast. En als hij dan dat houvast lijkt te hebben, dan blijkt het toch niet goed uit te pakken. Dat heeft grote invloed op mijn leven gehad.

Het boek is ook een zoektocht: hoe houd ik mijn hoofd boven water en hoe accepteer ik mijn leven met dat gat op mijn buik. Dat laatste is inmiddels wel gelukt, al kan ik nog wel eens mopperig zijn. Aan de andere kant: ik heb eigenlijk wel een prima stoma. Het ding heeft het tot nu toe al 47 jaar gedaan zonder reparaties. Dat kan ik van mijn auto niet zeggen...

Het boek van Wichert is te verkrijgen via [www.boekscout.nl](http://www.boekscout.nl)

