

Wie + Frans

Leeftijd + 64 jaar, bijna 65

Beroep + manager gemeentearchief en klassiek zanger

Ziekte + prostaatkanker, agressieve vorm met uitzaaiingen

“Door te musiceren krijg ik extra energie”

De longarts had in februari 2017 bloedtests laten doen en in overleg met Frans ook het PSA meegenomen. Dat was te hoog. PSA is een eiwit dat in de prostaat wordt gemaakt. Een 'zieke' prostaat geeft meer PSA in het bloed af. Nog voor Pasen werd de diagnose gesteld: prostaatkanker, niet operabel. Wel zou hij bestraald worden en een hormoonkuur krijgen. "Eigenlijk was ik er niet meteen heel erg onderste-boven van". Hij toont een foto die diezelfde dag door een vriend is genomen in een café, hij kijkt vrolijk. Maar 's nachts ging het spoken in zijn hoofd en besloot hij zijn financiën door te nemen om uit te zoeken hoe hij er de komende jaren voor zou staan als hij niet meer zou kunnen werken. "Ik denk dat ik grip wilde krijgen op de situatie". Hij piekerde aanvankelijk wel, maar dat nam vrij snel af. Van de bestralingen raakte hij dodelijk vermoeid, kon nauwelijks meer lopen. Maar toen de bestraling was afgerond en hij wat later op vakantie ging, merkte hij al spoedig dat zijn conditie verbeterde. De uitslagen waren steeds prima, het PSA was niet detecteerbaar meer. Hij had heel veel energie, voelde zich zelfs beter dan voor de diagnose. Begin 2018 nam hij er op zijn werk extra taken bij, werd manager, "ging fluitend door de gangen van het gemeentearchief".

Maar in oktober bleek het PSA opeens gestegen. En het verdubbelde per maand. Een enorme schok. Hij moest een paar maanden wachten voor er een scan gemaakt kon worden. Hiervoor moest hij naar het VUMC in Amsterdam. De uitslag was dramatisch, uitzaaiingen in heup, bekken, nekwervels en lymfeklieren. Het werd hem telefonisch op een rare manier meegedeeld door een onderzoeker die hem aan een testprogramma wilde laten deelnemen. Hij ging diezelfde week voor het uitslag-gesprek naar de uroloog, die vertelde dat er geen behandeling meer mogelijk was, alleen pijnbestrijding. Angst sloeg toe. Hij werd doorverwezen naar de oncoloog, die een genuanceerder verhaal had. Zijn voorstel was om, na de vakantie die Frans gepland had, met een andere hormoontherapie te beginnen. Frans had wel last van de bijwerkingen, vooral vermoeidheid en opvliegers, maar het middel werkte heel goed. Na een paar maanden bleek de PSA-spiegel weer tot bijna nul gedaald te zijn.

Gedurende het hele proces kreeg Frans veel steun van zijn omgeving. Het lukte niet meer om zijn zware baan vol te houden. Te veel stress, innerlijke onrust, huilbuien. Pas nadat hij zijn bestaansmiddelen had georganiseerd en zicht had op zijn financiën, kwam er rust. Hij gaat met vervroegd pensioen, daardoor heeft hij meer tijd voor zijn muziek, contacten en zijn tuin. Hij weet dat het goed is om aan zijn conditie te werken, maar hij houdt niet zo van sporten dus hij wandelt veel. Hij is meer gaan zingen. Hij treedt ook op als solist en schaaft weer meer zijn zangtechniek bij. Vooral de scheppende kracht van het musiceren inspireert hem: "Er gaat een luikje open, soms zit ik te wippen op mijn stoel van enthousiasme, dan kan ik zo genieten. Het delen en doorgeven van inspiratie brengt veel moois tot stand en geeft kracht. Plato zei dat ook al ergens". Frans gelooft niet in de strijd tegen kanker, het leven is volgens hem niet recht-vaardig. Wel ervaart hij dat een positieve grondhouding stressverlagend werkt: "je blokkeert minder en je staat open voor leuke dingen die energie geven".

Hij kiest voor structuur in zijn dagelijks leven, maar wil niet een te volle agenda. Hij beseft dat zijn toekomst onzeker is. Hij denkt niet heel veel na over de nare kant van zijn ziekte en wil er niet te veel over lezen. Hij voelt dat hij dan verdrinkt in al die informatie en kan van slag raken als hij dingen leest die ook over hem kunnen gaan. Hij vindt steun bij zijn oncoloog, die hem op een realistische wijze uitleg geeft en perspectief biedt. Hij realiseert zich dat het ook minder goed zal kunnen gaan en houdt rekening met behandelingen waarvoor hij vaker naar het ziekenhuis zal moeten. Tot dan doet hij veel leuke dingen. Hij is bezig met de organisatie van een muzikaal feest voor zijn 65ste verjaardag, koopt dingen voor in huis, werkt aan zijn tuin en heeft een vakantie naar Griekenland gepland. Hij is verrast over zijn zelfregulerend vermogen en dat hij steeds weer leert te leven met verontrustende berichten. "Tijd is daarin steeds mijn helper geweest, het hele proces door".

Frans vindt steun bij zijn oncoloog, die hem op een realistische wijze uitleg geeft en perspectief biedt