

*Rund ten Wolde*

# ZIEK GELUKKIG

*Waarderen  
kun je leven*



## PROLOOG

De televisiewereld is voor mij altijd iets magisch geweest. In mijn optiek kwam het zelfs in de buurt van tovenarij. Hoe een studio in real life heel klein kon zijn, maar op televisie gigantisch kon lijken door de juiste camerapositionering en belichting. Hoe televisie zorgde voor een saamhorigheidsgevoel, toen meer dan vijf miljoen mensen aan de buis gekluisterd zaten om te zien of Jim of Jamaï de winnaar zou worden van de allereerste Nederlandse *Idols*. Hoe er een nieuw televisiegenre ontstond, genaamd ‘reality’, toen diverse televisieprogramma’s jongens en meisjes opleidden van etter tot engel of hen juist de strijd met elkaar aan lieten gaan om Nederlands nieuwe topmodel te worden. Hoe exen elkaar in de haren vlogen in datingshows op tropische eilanden en hoe lelijke eendjes door allerlei cosmetische ingrepen veranderden in mooie zwanen. En vooral hoe wij bij dit alles gewoon mee mochten kijken. Ik vond het geweldig en wist één ding zeker: ik moest en zou later in deze branche gaan werken. Ik wilde ook toveren.

\* \* \*

Toen ik negentien jaar was werd dat toveren werkelijkheid voor mij. Ik deed mee aan een wedstrijd van BNN, waarbij je een zelfbedacht televi-

sieformat in mocht sturen. Aangezien ik als arm studentje drie maanden voor vertrek had bedacht dat ik een minor Event Management wilde gaan volgen op Bali, had ik in korte tijd een hoop geld nodig. Ik besloot medicijnen te gaan testen als proefpersoon, zodat ik in één maand tijd zo'n 2.500 euro zou verdienen: precies het bedrag dat ik nodig had voor mijn reis.

Uiteindelijk ging het medicijnen testen voor mij gelukkig niet door, aangezien de voorgaande testgroep heel heftige bijwerkingen had gehad, maar het idee voor een televisieformat was geboren. *Studenten zonder geld*: een televisieprogramma waarin alle gekke bijbaantjes die studenten doen om snel aan geld te komen aan bod kwamen. Ik won de wedstrijd, mijn tv-format werd geproduceerd en uitgezonden bij BNN, en ik kreeg er vervolgens een baan aangeboden. Het avontuur kon beginnen.

Op mijn 21<sup>e</sup> ben ik bij televisieproducent Fremantle gaan werken, en daar werk ik momenteel nog steeds met heel veel plezier. Ik heb er werkelijk op elke afdeling gezeten en het voelt als mijn tweede thuis. De eerste jaren werkte ik als programmaontwikkelaar, daar had ik immers al wat ervaring mee, en vervolgens ben ik aan de slag gegaan als producer. Ik vind namelijk vele facetten leuk. Momenteel ben ik redacteur en verslaggever bij *RTL Boulevard*, waar ik samenwerk met een fantastisch team, waarmee we elke dag van de week weer een geweldig, actueel programma neerzetten.

\* \* \*

Om 9.00 uur schrok ik wakker. Welke dag was het? Hoe laat begon de vergadering? Redde ik het nog? Ik sprong onder de douche, tikte nog snel een espresso achterover en sprong op m'n scooter. Als ik de stoplichten mee zou hebben, redde ik het nog. Dit moest goed komen.

Wanneer je bij een dagelijks televisieprogramma als *RTL Boulevard* werkt, weet je van tevoren nooit wat de dag je gaat brengen. Het ene moment sta je op de boeklancering van het nieuwe fitnessboek van Fajah Lourens en het volgende moment sta je een persofficier te interviewen bij de rechtszaak van Willem Holleeder. Tussendoor misschien nog even langs Marijke Helweges om duifjes te voeren én na te doen, om je vervolgens snel om te kleden en aan de rode loper van het Televizier-Ring Gala te verschijnen en tout bekend Nederland aan de tand te voelen.

Uiteraard weten we bij *RTL Boulevard* ruim van tevoren welke evenementen en lanceringen eraan zitten te komen, maar in de ochtendvergadering wordt pas bedacht hoe de aflevering van die avond er daadwerkelijk uit komt te zien; het is en blijft immers een actualiteitenprogramma. Als de relatie van een bekende Nederlander opeens uitgaat of er een bekende persoon plotseling komt te overlijden, kunnen we dat moeilijk negeren. Je moet dus wel om kunnen gaan met de continue veranderingen en het snelle schakelen. Op elke werkdag is er eigenlijk maar één ding zeker en dat is dat je om 19.30 uur niets meer aan de show kunt veranderen, want dan is de uitzending afgelopen. Was het een fijne show? Dan genieten we nog even na. Ging er een hoop fout? Dan is er morgen weer een nieuwe dag, een nieuwe show en dus ook een nieuwe kans.

De dagen beginnen eigenlijk altijd hetzelfde. In de ochtend starten we in de grote vergaderzaal, waar we (voor corona) met zo'n veertig man de show van de dag doornemen. We evalueren de show van de dag ervoor, kijken wat we kunnen verbeteren, maar ook zeker naar wat er goed ging. De interviews die de verslaggever moet afnemen worden besproken en de items die de redacteurs hiervan moeten maken worden tijdens de vergadering verdeeld. Dat vind ik het leuke van het maken van een *daily*: je weet in de ochtend nog niet wat die dag je gaat brengen, maar dat ik deze keer écht niet wist wat deze dag me zou gaan brengen was achteraf gezien misschien maar beter ook.

Iedereen haastte zich naar de vergaderzaal, want er zat een bomvol-

le show aan te komen. Net op het moment dat de vergadering begonnen was voelde ik mijn telefoon trillen. Een appje van mijn moeder. *Ruud, bel me*, zag ik op mijn scherm. Mijn hart bonsde in mijn keel en zonder iets te zeggen rende ik de vergaderzaal uit. Met trillende handen tikte ik mijn moeders nummer aan en binnen één tel nam ze op. Ik wist gelijk wat er aan de hand was, want ik was een week eerder naar het ziekenhuis geweest om een verdacht plekje te laten onderzoeken. ‘Het is niet goed! De uitslag is niet goed, Ruud!’ riep ze huilend.

De kanker was voor de derde keer teruggekeerd. Het hele circus zou weer van voor af aan beginnen. Mijn zicht werd wazig en alles kwam gedempt binnen. Ik was totaal in shock.

\* \* \*

Het lichaam is een rare machine. Als je iets zelf niet meer kunt bolwerken, dan neemt je lijf het volledig van je over. Als iets te heftig wordt en voor je eigen brein niet meer te bevatten is, dan maakt je lichaam een stofje aan dat alles voor je verdooft, zodat je even niets hoeft te voelen en niets je nog extra kan raken. Een stukje zelfbescherming van Moeder Natuur.

Helaas ben ik inmiddels ervaringsdeskundige op het gebied van slecht nieuws krijgen en aangezien mijn lichaam me gelijk in rust brengt in een dergelijke situatie, schiet ik zelf al gauw in de pragmatische modus. Een beetje zoals het vroeger op de basisschool ging wanneer de juf ziek was. De ‘telefoonboom’ of ‘belpiramide’ werd dan ingeschakeld, omdat WhatsApp nog niet bestond, en op deze manier zouden alle kinderen uit de klas ingelicht worden over hun plotselinge vrije dag door de griep van de juf.

Het bellen kon beginnen en ik was vroeger de persoon die bovenaan de piramide stond en dus mocht starten. Hoe ik de boodschap over-

bracht was allesbepalend, wist ik inmiddels, want hoe dramatischer ik het slechte nieuws zou vertellen, hoe dramatischer ook het antwoord werd dat ik terugkreeg. Aan het begin van de telefoontjes had juf de griep en bij de laatste leerling die gebeld werd lag juf zo'n beetje op de intensive care. Ik moest het dus kort en bondig brengen. Dan kon er weinig misgaan.

Ik begon met het bellen van mijn vriend. Hij nam op en zei met een overduidelijk hoge ademhaling: 'En?! Is het goed?!', waarop ik rustig antwoordde: 'Lieverd, het is niet goed. Ze weten nog niet waar het allemaal is uitgezaaid, maar dat ik weer in behandeling ga is zeker. Het is nu wachten op de scans.' Mijn vriend was in tranen en begreep niet hoe ik in deze situatie zo rustig kon zijn, maar zoals ik al zei gaat dat automatisch. Wanneer iedereen in paniek raakt begin ik alles te regelen alsof ik een bedrijf aan het runnen ben. Het wachten op een uitslag vind ik tien keer erger dan gewoon weten waar ik aan toe ben, hoe klote de uitslag ook is, omdat ik gewoon echt niet van onzekerheid hou.

Het is maar goed dat je niet altijd van tevoren weet hoe dingen gaan lopen, want als je me toen, op die dag in januari 2019, had verteld hoe mijn traject er de tweeënhalp jaar erna uit zou gaan zien, had ik gedacht dat ik dat niet zou aandurven en dat ik het niet zou overleven. Maar ik ben er nog steeds. En ik ga alles wat er de afgelopen jaren gebeurd is met je delen.

\* \* \*

Al twee keer eerder was er kanker bij me geconstateerd, in 2016 en 2017, maar nooit eerder had ik de behoefte gevoeld om mijn gedachten op papier te zetten. Nu deed ik dit wel; na een tip van mijn psychotheapeut schreef ik mijn gevoelens van me af. Ik merkte dat het me opluchtte om te schrijven over allerlei onderwerpen waar ik tegen aanliep als (jonge) kankerpatiënt. Toen ik mijn eerste stukje tekst aan mijn

psychotherapeut liet lezen, liepen de tranen over haar wangen. ‘Wat onprofessioneel van me! Maar ach, ik ben ook maar een mens. Hier móét je mee doorgaan,’ zei ze na het lezen. En dus deed ik dat.

Inmiddels zijn we al heel wat tekst en heftige, emotionele gebeurtenissen verder, maar ik heb ook een hele hoop geleerd. Ik ben dood- en doodziek geweest, ben vergaan van de pijn en ben in mijn hele leven nog nooit eerder zo misselijk geweest. Maar het is allemaal niet voor niets geweest.

Dat klinkt misschien alsof ik genezen ben verklaard, maar dat is niet zo. Ik ben nog vol in behandeling en of ik oud ga worden weten we niet. Maar wat ik wel weet is dat je je, hoe cliché het ook klinkt, moet focussen op de dingen die je wél hebt in plaats van op de dingen die nog allemaal ontbreken.

Ik heb geleerd dat je ondanks de grootste angsten en tegenslagen nog steeds heel erg blij en gelukkig kunt zijn. Ziek én gelukkig. Misschien juist wel meer dan daarvoor. Doordat je ziek bent, word je met je neus op de feiten gedrukt en leer je het leven zoals het is te waarderen. De ene dag lukt dit wat beter dan de andere, maar je hebt het voor het grootste gedeelte zelf in de hand. De omstandigheden kun je niet veranderen, maar de manier waarop jij ermee omgaat wel. Je kunt jezelf natuurlijk dagenlang marineren in je eigen zelfmedelijden, maar ik heb nog nooit gehoord dat iemand zich daar beter van is gaan voelen.

Ik durf te zeggen dat ik op mijn jonge leeftijd, door mijn omstandigheden, heb mogen inzien waar het in het leven écht om draait. En spoileralert: het draait niet om het hebben van de nieuwste iPhone of het bekleden van de hoogste functie binnen een bedrijf (al mogen die *wish lists* en ambities er zeker ook zijn, maar daar kom ik later op terug).

In dit boek vertel ik mijn verhaal, waarin ik onder extreme omstandigheden veel dingen over het leven heb geleerd, waar ook jij hopelijk iets aan hebt. Gelukkig hoeft je niet ziek te zijn (geweest) om iets aan mijn verkregen inzichten te hebben. Ik pretendeer ook niet dat ik met

heel nieuwe inzichten kom, want veel dingen weten we stiekem wel maar durven of kunnen we niet in de praktijk brengen, omdat iets ons tegenhoudt. Met dit boek wil ik vooral laten zien hoe ik voor en na mijn diagnose naar bepaalde onderwerpen kijk waar we allemaal tegen aanlopen. In de hoop dat ook jij geluk vindt.



# **MIJN ZIEKTE- PROCES**

*Ik beloof je dat dit boek echt niet alleen maar zwaar zal zijn,  
maar om een goed beeld te krijgen van waar ik de afgelopen  
zes jaar allemaal doorheen ben gegaan, heb ik de gebeurtenissen  
van die zes jaar ziekte in dit hoofdstuk samengevat.*

*Dan hebben we het zware, vervelende gedeelte maar gelijk  
gehad en kan ik je daarna vertellen wat het me voor inzichten  
heeft gegeven en het me gebracht heeft!*

**2015**

IJdel als ik was, zat ik vroeger om de drie weken bij de kapper. Boven op mijn hoofd was mijn haar iets langer maar aan de zijkant moest het altijd superkort zijn, dus ook deze keer zat ik weer bij kapster Wendy in de stoel. Een heerlijke, gezellige Amsterdamse uit de Jordaan, bij wie het altijd een feestje was om je haar te laten knippen.

Het was allemaal wat provisorisch, omdat ze toentertijd nog geen bedrijfspand had en je dus met je kop in de wasbak van haar eigen keuken je haren moest wassen. En je moest heel zachtjes doen, want anders werden haar kinderen wakker. Wendy knipte namelijk altijd in de avonden.

Ik was al vaak bij haar geweest, maar op een gegeven moment voelde ik elke keer als ze met haar kam achter mijn oor kwam een lichte pijscheut. We dachten er in eerste instantie allebei niet zoveel van, maar ik vroeg haar om voortaan iets voorzichtiger langs de moedervlek achter mijn oor te werken. En hoewel ze dat deed, hadden we het er elke drie weken daarna bij haar in de stoel weer over. 'Misschien is het toch handiger om hem weg te laten halen?' zei ze eens tegen me, maar ik zag in eerste instantie niet in waarom. Niemand zag hem toch?

Op zomerse dagen droeg ik vrijwel elk moment van de dag mijn pilotenbril met blauwe spiegellazen van Ray-Ban. Ik deed hem alleen af met slapen. Anna Wintour was er niets bij. Elke keer als ik hem opzette kwam het pootje langs de moedervlek achter mijn oor en ik merkte dat deze soms begon te bloeden. Nog steeds dacht ik er niet zoveel van, maar het begon me inmiddels wel te irriteren. Ik besloot ermee naar de dokter te gaan.

De huisarts nam de tijd om niet alleen de moedervlek achter mijn oor maar ook alle andere moedervlekken op mijn lijf te checken. Zijn

conclusie was dat er niets aan de hand was. Ik had al eens een moedervlek op mijn rug laten verwijderen en ook daarbij kwam niets gekks naar voren. We besloten het erbij te laten.

Een flink aantal maanden later, aan het eind van 2015, zat ik op de programmaontwikkelingsafdeling hard te werken achter mijn iMac. We hadden het druk met pitches van nieuwe televisieformats bij verscheidene zenders en dus moest er een hoop gebeuren. Karin, mijn leidinggevende en tevens vriendin, kwam achter me staan om mee te kijken naar een PowerPoint die ik had gemaakt voor een pitch en ze wees naar de moedervlek achter mijn oor. ‘Die moet je weg laten halen,’ zei ze. Ik vertelde haar dat ik er al voor naar de dokter was geweest en dat die het niet verdacht vond, maar Karin hield voet bij stuk. ‘Ik ben je baas en ik wil toch echt dat je het nog een keer laat checken.’ Hoe irritant ik die opmerking toentertijd ook vond, achteraf ben ik heel blij dat ik weer naar de huisarts ben gegaan.

Omdat ik er voor de tweede keer kwam, verwees mijn huisarts me deze keer door naar de dermatoloog in het OLVG-ziekenhuis in Amsterdam-Oost. Ik legde haar mijn probleem uit en ook zij gaf aan zich geen zorgen te maken. Ik vertelde dat ik de moedervlek graag weg wilde laten halen, omdat het me begon te storen dat mensen er iets van zeiden en daarnaast vond ik het vervelend dat zowel de kapper als mijn Ray-Ban rekening moesten houden met die kleine vlek achter mijn oor. De dermatoloog haalde er twee collega’s bij, waarna ze met elkaar overlegden en tot de conclusie kwamen dat het puur een cosmetische ingreep zou zijn en dat ik in dat geval zelf voor de kosten op zou draaien als ik de moedervlek wilde laten verwijderen. Ik wilde nu dat-ie weggehaald zou worden ook, zelfs als ik ervoor moest betalen. Maar toen ik aangaf dat de moedervlek soms begon te bloeden, stemden ze er toch mee in dat mijn verzekering de kosten zou mogen vergoeden.

Eerst werd de zijkant van mijn hoofd verdoofd en vervolgens werd de moedervlek vakkundig met een mesje verwijderd. Omdat de moe-

dervlek als het ware op de huid lag, haalden ze hem oppervlakkig weg, om zo een groot litteken te voorkomen. Volgens protocol zouden ze hem opsturen naar het lab en een week later zou ik gebeld worden met de uitslag. Of het nu goed of fout was; ze beloofden dat ze me sowieso zouden bellen.

Een week later had ik nog geen telefoontje gehad en ik was het eigenlijk alweer vergeten dat ik überhaupt nog gebeld zou worden. Geen bericht, goed bericht, dacht ik. Het was nog steeds erg druk op het werk en ik hing continu met allerlei bedrijven aan de lijn, waardoor ik pas na een tijdje zag dat ik meerdere gemiste oproepen had. Mijn voicemail was ingesproken door een anoniem nummer.

‘U hebt één nieuw bericht, vandaag ontvangen om 11 uur 41,’ klonk het in mijn oor. ‘Dag meneer Ten Wolde, u spreekt met [...] uit het OLVG-ziekenhuis. De uitslag van het biopt van uw moedervlek is bekend en eh... sorry dat we een dag te laat bellen, maar eh... we zouden u graag vandaag nog in het ziekenhuis willen zien om de uitslag met u te bespreken. Belt u mij alstublieft spoedig terug.’

Op dat moment dacht ik dat ik flauw ging vallen. Ze belden een dag te laat! Wie belt er nu een dag te laat bij een foute uitslag? Want dat was het, toch? Het was niet goed, anders wilden ze me niet persoonlijk in het ziekenhuis spreken. *O mijn god, o mijn god, ik ga dood, ik ga dood*, was het enige wat er door mijn hoofd ging.

Het leek op dat moment alsof mijn brein niets meer kon, want het lukte zelfs niet om het nummer van het OLVG-ziekenhuis op te zoeken. Mijn ademhaling ging nog sneller dan de Thalys, maar ik moest en zou weten wat er aan de hand was. Ik belde het ziekenhuis en werd drie keer doorverbonden. De langste minuten van mijn leven. Uiteindelijk kreeg ik de arts aan de lijn, die me aan de telefoon niet veel uit wilde leggen, maar alleen aangaf dat het er inderdaad niet goed uitzag en dat ik aan het einde van de middag (!) om 16.00 uur (!) terecht kon voor het ge-

sprek. Dat maakte me eigenlijk woest, want hoe durfden ze iemand zo lang in spanning te laten, terwijl het om zo'n wezenlijke uitslag ging? Maar ik was zo geschrokken dat ik nog net zachtjes een 'Oké, tot dan' uit mijn keel wist te persen.

Lijkbleek liep ik de redactie op, waardoor al mijn collega's gelijk vroegen wat er aan de hand was. Meer dan 'Het is niet goed, ik moet naar het ziekenhuis' wist ik niet uit te brengen, terwijl ik naar dezelfde plek op de muur bleef staren om niet om te vallen. Karin nam me meteen apart om het gesprek dat ik net met de arts had gevoerd even rustig door te nemen, om wellicht zo te kunnen achterhalen wat er precies aan de hand kon zijn. Samen liepen we naar de CEO, Georgette, en samen bekommerden ze zich om mij alsof ze mijn moeder waren. Dat was op dat moment sowieso heel prettig, aangezien ik in die periode weinig tot geen contact met mijn moeder had vanwege de scheiding van mijn ouders.

Op de een of andere manier dacht ik zelf continu dat ik misschien leukemie zou hebben, terwijl dit nergens op gebaseerd was. Dat wist Georgette gelukkig vrij stellig te ontcrachten: 'Je hebt geen leukemie, maar zoals het er nu naar uitziet heb je huidkanker en dat bestaat in allerlei gradaties, dus we weten nog niet hoe erg het is. We zullen af moeten wachten, misschien kun je even met Karin buiten gaan wandelen om een beetje op adem te komen?' sprak ze me zowel lief als stellig toe, waardoor ik al iets rustiger werd. En dus ging ik met Karin naar buiten om een luchtje te scheppen.

We wandelden over het droevige industrieterrein, waar ik mijn hele leven aan me voorbij zag flitsen. Wat wilde ik allemaal nog doen? Hoe zou ik er over een tijdje uitzien, na allerlei enge behandelingen? Ging ik het überhaupt overleven? Mijn hoofd draaide overuren en ik was in één klap doodmoe.

Het enige voordeel van de late afspraak in het ziekenhuis was dat mijn vader de tijd had om vanuit Emmen naar Amsterdam te rijden, zodat

hij met me mee kon gaan. Toen ik hem belde met het nieuws schrok hij zich een ongeluk en ik zei tegen hem dat ik mijn moeder pas wilde bellen als we precies wisten hoe het ervoor stond. Diep in mijn hart wilde ik op dat moment het liefst mijn moeder ook aan mijn zijde hebben, maar mijn boosheid over de scheiding kon ik – zelfs op dat heftige moment – nog niet opzijzetten. Mijn vader en ik gingen dus met z'n tweeën.

Eenmaal aangekomen in het OLVG-ziekenhuis hoefden we gelukkig niet lang te wachten. We werden vrij snel opgehaald en meteen begonnen de drie mensen die tegenover ons zaten hun excuses aan ons aan te bieden. Ze dachten écht dat de moedervlek geen gevaarlijke plek was, maar het bleek een kwaadaardig melanoom te zijn. En om die reden zouden ze mijn lymfeklieren gaan checken.

Ik was 23 jaar en had nog nooit van het woord melanoom gehoord, laat staan dat ik wist wat lymfeklieren deden en waarom ze die in hemsnaam gingen checken, dus met trillende stem vroeg ik om verduidelijking. Het antwoord was: 'Lymfeklieren zitten door heel je lijf. Ze vervoeren allerlei stoffen en cellen, en melanoom is de enige vorm van huidkanker die zich naar binnen kan uitzaaien, dus we moeten checken in hoeverre dat gebeurt is.'

De uren daarna kan ik alleen maar omschrijven als één grote waas. Ik weet nog dat mijn vader en ik vanuit het OLVG het Oosterpark in wandelden en dat ik me een soort van stoned voelde. Niks kwam echt binnen, ik voelde niks meer. Het enige wat ik gek genoeg dacht was: misschien ga ik dood, maar we hebben over een paar weken een vakantie geboekt staan en die moet en zal doorgaan. De uitslag van de punctie van de lymfeklieren wil ik pas na die tijd weten. Ik wilde een struisvogel zijn. Lekker mijn kop in het zand steken, zodat mijn problemen er even niet leken te zijn. Maar dat lukte natuurlijk niet.

Toen mijn vader op de dag van de ziekenhuisafpraak terugreed van



Amsterdam naar zijn huis in Emmen belde hij onderweg met mijn moeder om haar het slechte nieuws te vertellen. Ze bedacht zich geen moment, belde me gelijk op en gaf aan direct naar me toe te willen komen. Alle issues van de scheiding werden door ons allemaal opzijgezet. We hadden elkaar nodig. Juist nu.

Ik merkte dat ik het meteen heel fijn vond om mijn moeder weer frequent te spreken. Zij is tenslotte altijd het luisterend oor van de familie geweest en dat was precies wat ik op dit moment nodig had. Vanaf dat moment ging ze mee naar elk ziekenhuisbezoek en was onze band weer sterker dan ooit.