

**'Psychosociale zorg na kanker wordt enorm onderschat'  
Anna's huis, leren leven met kanker**

Ronald Massaut

Zaandam Anna's huis is het levenswerk geworden van gynaecoloog Sylvia Dermout; een Zaans inloophuis voor mensen met vragen over leven met kanker. Dat is er nu, maar dreigt al voor de opening snel 'te klein' te worden. 'Dreigt', want 'de toeloop is voor opening al bijzonder groot en niemand weet hoe druk het straks wordt'.

Het is een ongewisse rekensom. Het Zaans Medisch Centrum verwacht dit lopende kalenderjaar 1400 patiënten met kanker te behandelen. Voor psychosociale zorg, niet meer vergoed door verzekeraars, kunnen zij niet meer in het ziekenhuis zelf terecht. Tot voor kort weken patiënten uit naar Amsterdam, Hoorn, Alkmaar of Katwoude, naar Huis aan het Water, waar Dermout al zes jaar lid is van de adviescommissie. "Als een kwart van die 1400 mensen een beroep op ons doet, dan kunnen we dat aan. Als driekwart dat doet, dan gaan we het niet redden. Klopt de helft, zevenhonderd patiënten, aan voor hulp dan zal het erom spannen. We weten het niet. Alleen, dat er veel mensen zijn die baat hebben bij 'nazorg' en dat er een wachtlijst is van zes tot acht maanden voor psychologische en psychiatrische behandeling. De weinige specialisten kunnen de toeloop niet aan."

Dermout schetst een tijdspanne van de aandacht voor (ex-)kankerpatiënten. "Direct na hun behandeling is er veel aandacht voor hun situatie en het herstel. Mensen zijn eerst nog snel vermoeid, moeten echt herstellen van een ingreep. Die aandacht doet mensen ook echt goed. Ze kunnen erover praten en vinden een luisterend oor. Maar na verloop van tijd ebt die aandacht weg. 'Je bent toch weer beter', denken mensen en zeggen ze soms ook. Dat moment komt meestal na een half jaar tot negen maanden. Fysiek kunnen patiënten wel weer meedoen, maar psychologisch is de klap nog niet verwerkt. Specialisten zeggen ook: ex-kankerpatiënten bestaan niet. Je blijft er mee bezig."

Dermout is zelf ex-kankerpatiënt en belandde over meerdere jaren meermalen in het AvL ziekenhuis. "Je blijft altijd de schrik houden van: komt 't terug? Dat is niet over na zes of negen maanden, bij de omgeving is het dan wel klaar. Soms ook bij de eigen partner of het gezin. Gevolg kan zijn dat mensen in isolement raken. Als ze er thuis niet over kunnen praten, komen ze bij ons terecht. Ook familie van kankerpatiënten. Het gaat tenslotte om 'een leven met kanker'."

Het belangrijkste werk van Anna's huis is een luisterend oor bieden. Daarvoor kunnen mensen van maandag tot en met vrijdag van 10 tot 17 uur terecht. Er zijn activiteiten zoals tekenen, schilderen, klei, schrijven, zangkoor, wandelen/hardlopen, oncofitness en koken. Binnenkort worden daar yoga en mindfulness aan toegevoegd.

Daarvoor worden ruim honderd vrijwilligers ingezet, de meesten als gastvrouw (m/n). Zij hebben allemaal een meerdaagse training gehad, speciaal om met de heftige emoties van kanker om te gaan.

"Graag hadden we hier enkele psychologen met een oncologische aantekening gehad - al was het maar een - om mensen één op één te begeleiden. Maar er heeft zich niemand gemeld. Als tussenoplossing hebben we een tiental vrijwilligers met een medische achtergrond laten scholen om die gesprekken toch te voeren. Gewoon omdat ze nodig zijn. Ook nu weer: niet iedereen is daar geschikt voor, niet iedereen kan dat leren."

Dermout prijst zich gelukkig met een flinke groep (para)medisch geschoolde vrijwilligers uit haar 'eigen' Zaans Medisch Centrum. Vrijwilligers blijven gevraagd. „Als de vraag toeneemt en we openingstijden verlengen moeten we ook meer vrijwilligers hebben."

Over sympathie en hulp van buiten heeft Anna's huis niet te klagen, stelt Dermout. „We hebben net een driejarige overeenkomst kunnen sluiten met Evean Zorg en met Zaan de Wandel. De Rotary's en de Lions clubs hebben ons regelmatig als goed doel ingezet. Albert

Heijn, onze buurman op de Zorgboulevard, sponsort ons elke dag met een pan soep, om maar wat te noemen. Die steun is hartverwarmend."

De jaarlijkse exploitatie van Anna's huis is begroot op 100.000 euro. Dat geld komt van sponsors en donoren. Daarin niet nog niet de financiële steun uit de WMO-fondsen van Zaanstad, Wormerland en Oostzaan. „Daar gaan we nog over in gesprek", zegt Dermout. Anna's huis wil na bewezen successen ook steun van verzekeraars. „Wij doen eigenlijk werk dat bij hen verzekerd is."

Er hangt Anna's huis nog een zwaard boven het hoofd. Dermout kent het. „Het grote gevaar is dat we meer vraag krijgen, dan we met onze bezetting en beperkte oppervlakte aankunnen. Ik schat zeker niet uit dat we snel meer ruimte nodig hebben. De winkelunit hiernaast staat nog leeg en dat zou een geweldige optie zijn. Alleen moeten we die wel zelf inrichten en dat betekent ook een verdubbeling van de exploitatiekosten.

Serieuze zorgen, dus. Maar liever zoeken naar en bedelen om geld dan 'nee' zeggen tegen kankerpatiënten."