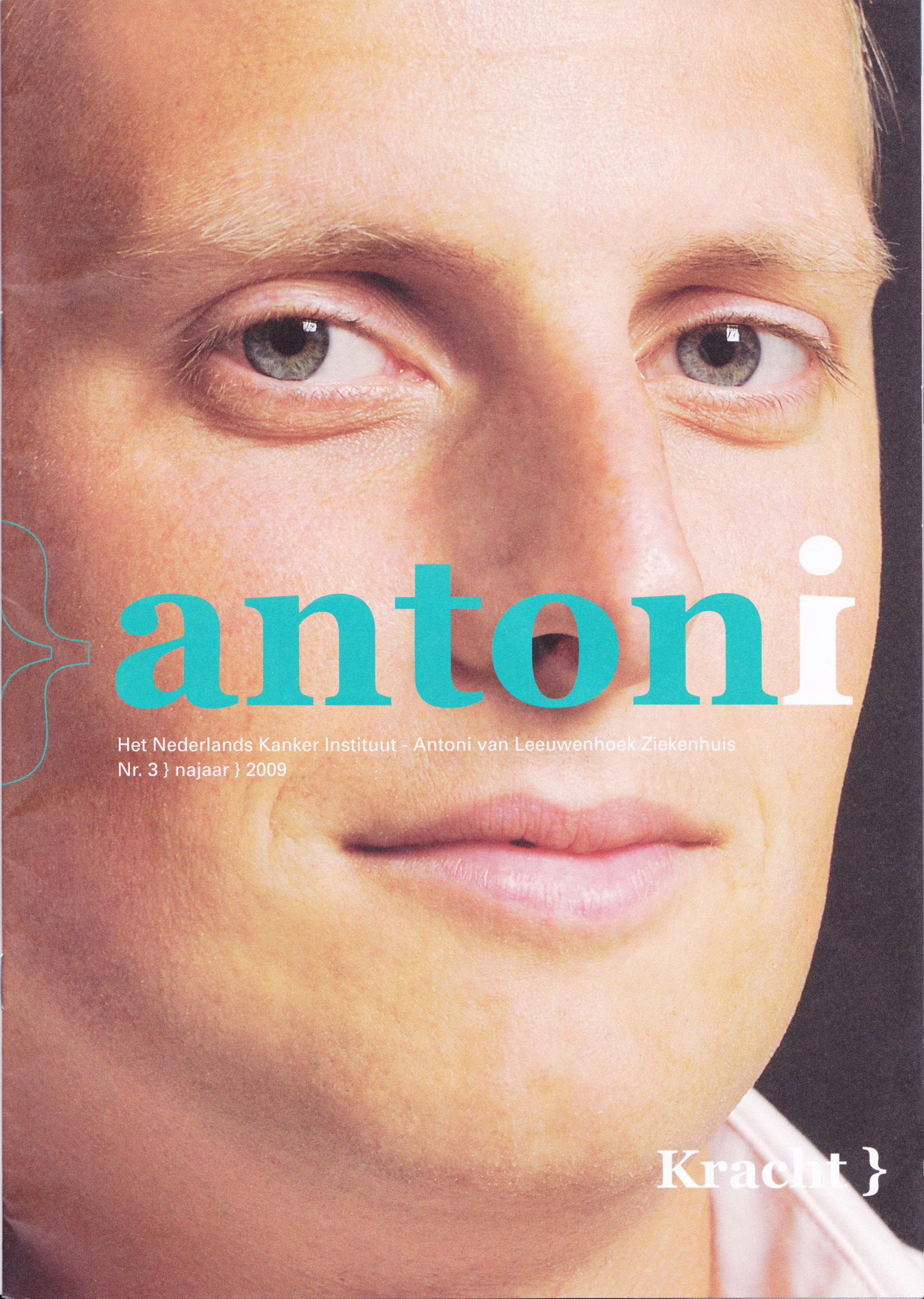


A close-up, high-resolution portrait of a man's face, focusing on his eyes and nose. The man has light skin and green eyes. The image is the background for the entire page.

antoni

Het Nederlands Kanker Instituut - Antoni van Leeuwenhoek Ziekenhuis
Nr. 3 } najaar } 2009

Kracht }

De kracht van een fiets

Artsen in het NKI-AVL gaven hem in mei 2001 nauwelijks kans op overleving. Maar zelf wist Thomas Zijlma dat hij zou overwinnen, wat er ook gebeurde. Inmiddels is hij vijftientwintig. Hij heeft aan de universiteit van Amsterdam zijn bachelor Nederlands gehaald en hij fietst geld bijeen voor KWF Kankerbestrijding. Onlangs verscheen zijn boek *'37 nietjes'*.

Aanvankelijk dachten doktoren aan de ziekte van Pfeiffer of aan voorhoofdsholteontsteking. Maar het bleek teelbalkanker met uitzaaiingen te zijn. Voordat hij kon beginnen met een reeks chemokuren, moest een hersentumor operatief verwijderd worden. De hoofdhuid werd nadien met zevenendertig nietjes weer gehecht. Het werd de titel van zijn boek over zijn gevecht tegen kanker. In het boek beschrijft Thomas Zijlma hoe zijn lichaam in korte tijd verandert in een slap skelet met 'benen als spaghetti-sliertjes'. De blijdschap als de chemokuur de tumormarkers heeft doen dalen, woede en verdriet als de daling na zeven kuren stagneert. Bij tegenslag voelt Thomas de vlam van levensdrift nog feller in zijn borstkas branden. De wilskracht zal winnen, hij zal hoe dan ook 'die kanker- kanker- kankercellen' verslaan. Zijn familie en hartsvrienden strijden onverzettelijk met hem mee. Hij krijgt een boek cadeau: *Door de pijngrens* van Lance Armstrong. De recordrenner van de Ronde van Frankrijk heeft teelbalkanker overwonnen. Net als hij straks, dat weet hij zeker. Het boek maakt een verpletterende indruk op hem. Hij snapt plotseling dat fietsen in een peloton behalve trappen óók psychologie is. Het vereist tactiek, raffinement en doorzettingsvermogen. Tijdens zijn ziekte bekijkt Thomas de Tour de France 2001 op tv. Hij volgt nauwgezet elke beweging van de stampende benen van 'zijn vriend' Lance Armstrong. Hij ontdekt de analogie van de tour met de strijd tegen kanker: de chemokuur is als een zware bergetappe, de spoeling als een vlak parcours. En als hij is genezen, het ontslag uit het ziekenhuis. Hij zal het ervaren als de triomftocht van de renners over de Champs-Élysées.

Fietsen tegen kanker

In december 2001 blijkt het laatste restje tumorcellen resistent te zijn geworden voor chemotherapie. Het wordt door middel van een experimentele behandeling en een stamceltransplantatie uit zijn lijf gejaagd. Thomas Zijlma is genezen. Achter het huis van zijn ouders vindt hij een racefiets bij het grofvuil. Hij knapt hem

op en begint te fietsen. Sneller en sneller, richting de duinen bij Egmond. Hij hijgt bij elke helling, het hart bonkt in zijn keel, het zweet gutst van zijn hoofd. De spieren in zijn benen verzuren bij elke trap méér. Maar Thomas is niet meer te stoppen. Hij denkt aan Lance, die zei: 'Wie kanker heeft gehad, kan veel meer pijn verdragen'. In de maanden die volgen ziet Thomas zijn benen steeds sterker en gespierder worden. In 2007 hoort hij van de organisatie Alpe d'HuZes die geld inzamelt voor KWF Kankerbestrijding. Het is een woordspeling op Alpe d'Huez: deelnemers beklimmen op hun racefiets in één dag zes keer deze etappe uit de Ronde van Frankrijk. In 2008 fietst hij voor het eerst mee. Zijn boek is een adembenemend verslag van een jongen die alle krachten verenigt voor het gevecht tegen kanker. Hij twijfelt nooit, hij blijft vertrouwen. In zichzelf, in zijn lijf, maar ook in zijn familie, vrienden en artsen. Omdat hij voelt dat ze meevechten. Hij voert de strijd samen met hen. De fiets wordt zijn symbool voor kracht. Hijgen, trappen, afzien. "Fijne pijn", volgens Thomas. "De pijn van kanker, die is pas erg."

Weer op de rails

Juni 2009. Het leven van Thomas Zijlma staat al weer een paar jaar op de rails. Hij werkt in een fietsenwinkel en hij is –inmiddels af en toe– vrijwilliger in het NKI-AVL. Daar vervoert hij bedlegerige patiënten naar de verschillende afdelingen. Hij is na zijn eindexamen VWO Nederlands gaan studeren in Amsterdam. Hij woont in een studentenhuus waar het er op zijn zachtst gezegd studentikoos aan toe gaat. Hij heeft onlangs zijn bachelor gehaald. "Maar een leven als een grijze postduif achter de boeken, dat gaat hem toch niet worden", zegt hij beslist. Hij beraadt zich op een nieuwe studie. Fysiotherapie, mits hij de opleiding versneld en in deeltijd kan volgen. "s Ochtends studeren en 's middags fietsen", zegt hij. "Stoom afblazen. Dat is voor mij de perfecte combinatie." Hij weet het uit ervaring, want de afgelopen maanden stonden in het teken



van het schrijven van zijn boek. Dat ligt sinds kort in de winkels, en de verkoopcijfers zijn volgens hem vooralsnog niet slecht. Thomas fieste op 4 juni voor de tweede keer de Alpe d'HuZes. Dit jaar geen zes maar zeven keer heen en terug. En hij heeft ook deze keer zoals hij zelf zegt 'weer megavaak gejannt' omdat het óók een emotioneel gebeuren is. Bijvoorbeeld toen zijn broer en zus 's ochtends vroeg voor zijn vertrek als verrassing voor zijn huisje in Frankrijk stonden.

Wie kanker heeft gehad, verlegt de pijngrens.

"Ze konden me wegdragen", zegt hij. Desondanks verscheen hij even later bij de start, om precies te zijn om 5.09 uur. "Ik fietste", vertelt hij, "samen met anderen die kanker hebben gehad. Met mensen die fietsen voor een vriend of een familielid met kanker en met vaders van een kind met kanker. Met hen in gedachten trapte ik er elke keer moeiteloos een paar slagen bij. Al was de helling nog zo steil. Wie kanker heeft gehad, verlegt de pijngrens. Je kunt veel meer dan je ooit had gedacht." Om 20.30 uur bereikte hij de finish. Hij had veertien uur en drie minuten gefietst.

De kracht van een blik

Het thema van Alpe d'HuZes 2009 was *Opgeven is geen optie*. De avond voor de rit nam de voorzitter van de organisatie het woord. Thomas: "Hij vertelde over mensen die hij zag vechten tegen kanker, soms tevergeefs. Maar ook dán is het geen opgeven, luidde de clou van zijn verhaal. Omdat ze alles hebben

gegeven wat binnen hun vermogen lag. Ik begrijp heel goed wat hij bedoelt. In denk daar net zo over." Toen Thomas wist dat hij beter zou worden, nam hij zich voor voorgoed gelukkig te zijn. Het gaat hem gemakkelijk af. Thomas: "Het eerste jaar voelde ik elke dag geluk, al 's ochtends bij het opstaan. Tegenwoordig vooral op onverwachte momenten. Met mijn vriendin op een terrasje in de zon, of als ik door de stad fiets met een boodschappentas." Waar hij tijdens zijn ziekte de kracht vandaan heeft gehaald, weet hij niet. Hij denkt dat het wilskracht is, de wil om te leven. Maar ook de kracht die anderen hem gaven. Zijn moeder die zijn hand vasthield, zijn vrienden die grappen bleven maken. En patiënten in de wachtkamer, waarvan hij wist dat ze hetzelfde traject doorliepen als hij. Een blik tussen twee mensen die elkaar nooit eerder hadden gezien, maar die betekenisvoller was dan welke blik ook. Thomas: "Als ik in het ziekenhuis patiënten vervoer, vang ik nog steeds af en toe zo'n blik. Heel onverwacht van een voorbijganger. Dan weet je: hij of zij gaat er nu doorheen. Ze zien aan mijn blik dat ik het ook heb meegemaakt. Je herkent elkaar. Het zijn heel intense momenten. De kracht zit óók in een blik."

Auteur: Riëtte Duynstee

Fotografie: Wim Vooijs/Focusfotografie

