

GESTOLD LEVEN

Het naakte bestaan in een verzorgingshuis

DOOR AFKE VAN DER TOOLLEN

Elke ochtend trek ik mijn pantser aan. Een vormeloze verpleegstersjurk van stijf, hemelsblauw katoen, met een rok tot over de knieën. Dan stap ik uit mezelf, een andere werkelijkheid in. De werkelijkheid van vlokkige kunstgebittenbekertjes, warme weke nachtluiers en roodontstoken bilnaden.

Elke ochtend fiets ik in alle vroegte langs de stille singels van Leiden, worstelend met die onhandige jurk, huiverig voor de komende hectiek. Op weg naar verzorgingshuis Groenhoven, waar ik vier weken werk. De oude knoestige bomen langs het water lachen me zachtjes ruisend uit. Ik voel me als een soldaat op weg naar het front. Maar lang zo manhaftig niet.

Wiesje duikt op naast de koffiepote, met een bleek gezichtje. Ze heeft dingen gezien die ze eigenlijk niet wil weten. Ze kent de meeste bewoners, want ze heeft hier al een tijd een bijbaantje in de huishouding. Koffie rondbrengen en zo. Verdwaasde ogen: 'Maar dan zijn ze áángekleed.'

Wiesje studeert Engels en wil geld verdienen voor de vakantie. Vandaag heeft ze het naakte gezicht van de ouderdom leren kennen. Dat zich toont als het bed nog onopgemaakt is en de gordijnen nog dicht. Als het moeizame ritueel van de dagelijkse wederopstanding zich toch nog maar weer een keer voltrekt.

Het joeg haar zo'n schrik aan, dat ze na twee dagen haar eigen oma huilend opbelde. Dat ze dit niet kon, dat ze dit niet wilde. Waarop de oma zei: maar kindje, je doet er zoveel goed mee.

Wiesje zette haar tanden op elkaar en bleef.

Niet alle bewoners van zorgcentrum Groenhoven hoeven zich te onderwerpen aan de verschrikte ogen en onervaren handen van ons, tijdelijke hulpen. Mevrouw Gutman bijvoorbeeld kan alles nog zelf. Elke ochtend verschijnt ze tiptop in haar deur aan de gemeenschappelijke gang. Klampt langsstuivende zusters aan, wanneer toch haar theedoeken uit de wasserij komen. Monstert de buurvrouw, die in nachtpon en met verwarde hardos de gang op dwaalt. Kijkt uit naar haar nieuwe vriendin,

mevrouw Scholma, van schuin tegenover. 'We gaan trouwen', grapt mevrouw Gutman een keer tegen me. 'Nee, hoor', schrikt mevrouw Scholma.

Mevrouw Gutman is winkeljuffrouw geweest, in een damesmodezaak in hartje Leiden. Ze heeft zelfs modeshows gelopen. Ja, ook hier in Groenhoven. Ze laat me wát graag zien hoe haar witte formica hangkast uitpuilt van de damesmodewinkel-jurken. Ze kijkt dan trots, maar zegt: 'Ach, wat moet ik nu nog met al die troep.'

Ze draagt nog steeds hoge hakken, deze kleine stramme mannequin, en ze vertoont zich niet zonder oogschaduw, al zit er soms op het ene ooglid een beetje meer blauw dan op het andere. Als ze 's ochtends haar deur opendoet, is ook haar kamer al helemaal aan kant. 'Je mag het eigenlijk niet zeggen, maar bij sommigen is dat wel eens anders', meldt ze op gezette tijden.

Vanuit haar deuropening heeft mevrouw Gutman de hele ochtend uitzicht op de niet geheel ondoorzichtige inzamelzakken voor de luiers. En elke week weer verbetert ze op de menulijst haar door de administratie verkeerd gespelde naam.

Groenhoven is een universum met twee snelheden. De haastige, efficiënte van het personeel, en de moeizame, trage van de bewoners. Voor de bewoners moeten de bewegingen van de zusters iets hebben van een versneld afgedraaide film.

Een rustpunt in de drukte van het collectieve ochtendritueel is de kamer van mevrouw Piket. Of het nu komt door de leegte (er staan alleen twee kasten en een bed), de stilte, of de roerloosheid waarmee zij op haar rug op dat bed ligt uitgestrekt: deze kamer heeft iets sereens. Voordat ik klaar ben met het lepeltje voor lepeltje voeren van de pap of het slokje voor slokje toedienen van de limonade, ben ik zelf ook een beetje stil en leeg.

Vanaf een foto in de boekenkast lacht de gezellige mollige vrouw die zij eens was me toe. Nu rest alleen een spits snuitje. Het ooit zo netjes gepermanente haar wordt elke ochtend natgemaakt met Boldoot en plat achterovergekamd. Soms een beetje extra Boldoot, als er geen tijd is geweest om het te wassen.

Meestal staat haar deur open, dus kan iedereen, langslopend, -schuifelend of -rijdend, een glimp opvangen van die bijna-opbaring, dat stille profiel, die ijle contouren onder het laken. Sommige medebewoners vinden het een beetje eng, die mummie-achtige aanwezigheid op hun gang. Vroeger lag zo iemand hier niet. Vroeger was Groenhoven uitsluitend het domein van mensen die zich met een klein beetje hulp nog best konden redden.

Ik vraag me af wat er na de hersenbloeding nog in het koppie van mevrouw Piket omgaat. Meestal staren haar bleke ogen nietszeggend naar boven, terwijl haar tandeloze mond minutenlang een drupje limonade vermaalt. Tot ik in al mijn onervarenheid weer eens een keer de limonade in haar hals laat lopen, en me hartgrondig verontschuldig ('Ik doe echt m'n best, hoor'). Mevrouw Piket kijkt me plotseling aan, met dezelfde lieve ogen van die foto. En terwijl haar kaken langzaam doormalen, zoekt ze naar een woord dat ergens in een hoekje van haar brein verscholen ligt. Daar komt het. 'Ja.'

Wiesje wil geen mannen wassen. Nu wonen er niet veel mannen in Groenhoven. De man met de zeis heeft nu eenmaal een voorkeur voor het sterke geslacht. Maar toch is het onhandig, dat Wiesje deze stellige grens trekt. Het dienstrooster kraakt toch al in z'n voegen.

Maar ze blijft erbij. Geen mannen, en één al helemaal niet: meneer Veldhuis. Ze heeft in het begin een keer erge ruzie met hem gehad. Met gescheld over en weer. Wat Wiesje toen, zonder waarschuwing op hem afgestuurd, niet wist: Jaap Veldhuis is een bijzonder geval. Hij is zwakzinnig, en woont hier al veertig jaar. Hij barst wel vaker te pas en te onpas uit in een scheldpartij. Dat moet je niet zo persoonlijk nemen.

Niet dat meneer Veldhuis gek is. Hij heeft het donders goed door als er alweer zo'n onbekend ding aan zijn bed verschijnt en onhandig aan hem begint te sjoeren. En hij is nu eenmaal 's ochtends niet zo snel. Zwaait z'n benen niet meer hupsakee uit bed, zoals vroeger. Gaat dan zo'n nieuwe aan je staan trekken, iemand die jij nooit hebt gezien maar die jou nu wel in je nakie, in al je ontluisterende ouderdom kan aanschouwen, ja, dan komen ze snel, die toch al voor in de mond liggende scheldwoorden.

Andere bewoners zeggen het niet zo hard. En weer anderen zeggen niets, maar ik lees het wel in hun houding of in hun ogen. De ondraaglijke naaktheid van hun bestaan, als ze worden uitgeleverd aan steeds andere tijdelijke hulpen, die van een haastig bij elkaar gekrabbeld lijstje af moeten lezen wat hun bij jou te doen staat.

Honderd keer per ochtend naar de spoelkeuken. Luiers wegbrengen, po's omspoelen, en vooral: handen wassen. Ik heb nog nooit zo vaak mijn handen gewassen. Het is niet alleen het vuil dat ik wegspoel, maar ook het idee van vuil. Niet alleen de geur, maar ook het idee van geur.

Wiesje mag dan geen mannen willen wassen, ik heb moeite met de vrouwen. De mannen met hun verlepte mannelijkheid maar ongebroken bravoure vertederen me wel. De vrouwen, die ben ik zelf. Het is alsof ik, me haastend van wasbeurt naar wasbeurt, in de ene na de andere gebarsten spiegel kijk.

Een week geleden nog wilde ik wel honderd worden. Nu denk ik: laat maar. Ik leer in Groenhoven de ouderdom vrezen, meer dan de dood.

Er dreigt een revolutie, zo 'vreest' de leiding. Een broodtrommeltjesrevolutie. Er is een nieuwe maatregel op komst: de bewoners krijgen hun brood en beleg niet meer automatisch in een trommeltje bezorgd. Wie kan, moet voortaan zelf beneden z'n boterhammen afhalen. De hoofdzuster gniffelt al bij de gedachte welke protesten die maatregel zal opleveren.

Het idee is dat je het de bewoners niet al te makkelijk moet maken. Ook in een verzorgingshuis heerst die beruchte wet van de markt: het aanbod schept de vraag. Zo hoor ik zuster Dagmar op een bijzonder drukke ochtend verzuchten: wij hebben dit - weidse armbeweging - zelf gecreëerd. En terwijl ik haar inzeep, vertelt mevrouw Zevenaar: 'Voor ik hier kwam, deed ik alles zelf. Ze zeiden dat ik hier gedoucht kon worden. Dat leek me wel makkelijk.' Nu kan ze het niet meer.

Meneer Luycks is, nog onwetend van de komende broodtrommeltjesrevolutie, op zijn eentje alvast aan het oefenen met een kopjeskoffierevolutie.

Hij krijgt geen koffie aan de deur bezorgd, omdat hij best in staat is om zijn eigen bakkie te zetten.

Maar omdat zijn buurvrouw wel een kant-en-klaar kopje koffie krijgt, wil meneer Luycks het ook. Hij heeft al aangekondigd uit protest geen koffie meer te zullen zetten.

Iedereen heeft een bel naast zijn voordeur, maar die zit er vooral voor de vorm. In de praktijk heb je als zuster geen tijd om te wachten tot de bewoner op de bel reageert. Dus storm je meteen naar binnen en ga je aan het werk. Ik val dus ook wel eens binnen als iemand in z'n onderbroek staat. Of net dat telefoontje krijgt van die verre kleindochter.

Maar er zijn ook bewoners bij wie ik nooit ongelegen kom. Mevrouw Ridder is altijd blij weer een van haar ellenlange, wijdvertakte verhalen aan me kwijt te kunnen. En mevrouw Rietkerken heeft dan gelukkig weer even een houvast in haar angstige-vogeltjesbestaan.

En ook Marietje Sardijn stoor je nooit. Marietje komt van de Waardgracht, een echt Leids volksbuurtje. Heeft daar negen kinderen grootgebracht. Ziet de meeste daarvan niet of nauwelijks. Maar de naamloze kleinzoon van een overbuur vergeet nooit te zwaaien als hij langsloopt op de galerij.

Kom ik bij haar binnen, dan tref ik immer hetzelfde aan. Marietje, zittend op haar stoel in een hoekje bij het raam, die joviaal haar hand naar me opsteekt. Op twee voet afstand een enorme televisie, die altijd aanstaat, oorverdovend hard, meestal op National Geographic Channel.

Overall om haar heen sigaretten-as, want Marietje Sardijn rookt drie pakjes per dag.

Het is een gestold leven. De paar dingen die in deze kamer veranderen, doen dat per seizoen. De blauwe jurk van de porseleinen pop op het krukje naast de tv verbleekt langzaam in de zon. Het stof op het bosje kunstbloemen in de vaas op de tafel stapelt zich op. En in het mandje van haar rollator komt er af en toe een *Schakel* bij, het interne mededelingenblad van Groenhoven. Niet dat ze die ooit leest, want dat kan ze niet. Maar toch: 'Nee, gooi maar niet weg.'

In de laatste *Schakel* staat een brief van een anonieme vrouw, na haar dood gevonden in haar nachtkastje. Hij is gericht aan de zuster die haar verzorgde. Ik lees hem Marietje voor.

'Wat zie je, zuster? Een kribbige oude vrouw, niet meer bij de tijd, met starende ogen? Een oude vrouw die met haar eten knoeit, die geen antwoord geeft tenzij je je stem verheft, die zich zonder protest laat wassen, en met wachten en eten haar lange dagen vult? Is dat wat je ziet? Doe dan je ogen eens open, zuster, je kijkt niet eens naar mij. Ik zal je zeggen wie ik ben: ik was ook eens een jong meisje. Nu ben ik een oude vrouw, mijn lichaam is vervallen, gratie en kracht zijn verdwenen. Maar binnenin woont nog steeds dat jonge meisje. Kijk toch zuster, zie je dat dan niet?'

Ja, zegt Marietje na het voorlezen. Dat heb ik nou ook. Ik ben ook nog steeds dat jonge meisje, van toen ik kousen breide op de Waardgracht.

Sommige zusters hebben uit pure overlevingstactiek van de efficiëntie hun hoogste ideaal gemaakt. Het honderd procent kordate type maakt zo het bed van mevrouw Piket op: ze slaat het laken pardoes helemaal over haar hoofd heen, alvorens het tot borsthoogte terug te vouwen.

Mevrouw Piket protesteert nooit, maar ik hou met moeite mijn mond. Het treft mij als het doorbreken van een taboe. Een laken over een hoofd trekken, dat doe je pas als iemand dood is.

En dan is er het lieve type. De tweedeling gaat natuurlijk mank. Alle zusters moeten nu eenmaal kordaat zijn. Zelf wil ik natuurlijk ook een lieve zuster zijn, maar de klok haalt me elke keer in.

Toch bestaan ze. Zuster Riet bijvoorbeeld kan oppervlakkig bekeken best doorgaan voor honderd procent efficiënt. Tot je haar een keer hebt gezien met mevrouw Wageman.

Mevrouw Wageman gaat elke middag naar de dagopvang, boven. Dat klinkt eenvoudiger dan het is. Eerst moet haar willoze, stakerige lijf met een takelapparaat van het bed naar de po-stoel worden getransporteerd, en vervolgens daarvandaan naar de rolstoel, waarmee ze uiteindelijk naar boven zal worden verscheept.

Maar voor het zover is, stelt zuster Riet er, als het maar even kan, een bijzondere eer in om van die verfromfaaide takkenbos een respectabele dame te maken. Ze pakt niet zomaar een jurk uit de kast, nee, ze kiest er eentje met zorg. Ze doet niet even gauw een speld in het lange grijze haar, nee, ze kamt het met liefde en steekt het zorgvuldig op. En als toefje op de taart geeft ze een paar lekkere pufjes parfum in de hals.

Dat beetje extra aandacht kost natuurlijk extra tijd. Die neemt zuster Riet gewoon. 'Ik weet nu eenmaal dat ze daaraan hecht', zegt ze simpel. Maar we weten allebei dat dit ten koste gaat van, zeg, de haarwasbeurt van mevrouw Piket.

Elke avond weer nemen mevrouw en meneer Wits afscheid voor het leven. Zij boffen, want ze zijn nog samen. En toch is daar telkens aan het eind van de dag het hartverscheurende moment waarop hun huwelijk 'kapot wordt gemaakt', zoals meneer Wits op zijn bitterste momenten zegt.

Sinds kort moet mevrouw Wits apart slapen, omdat zij intensieve zorg nodig heeft. Die is sneller en efficiënter te geven in een lege, ziekenhuisachtige kamer aan het andere eind van de gang. Met regelmaat worden hier felle discussies over gevoerd. Redelijkheid en efficiëntie aan de ene kant ('anders moet mevrouw naar een verpleeghuis, hoor'), liefde en angst aan de andere.

Mevrouw en meneer Wits zijn al meer dan zestig jaar getrouwd. Dan is de nacht heel stil zonder het geluid van die andere ademhaling.

Meneer Wits is geen jonge vent meer. Hij kan niet meer elke avond als een leeuw vechten voor zijn vrouw. Wel stokt steevast het gezellige gesprek dat we voeren, terwijl ik hem omzichtig zijn pyjama aantrek. Dan stelt hij weer die onvermijdelijke vraag, of vanavond ook... En dan dwingt hij me nogmaals uit te leggen waarvoor het ook weer moet, niet omdat hij dat vergeten was, maar om mij er niet te gemakkelijk mee weg te laten komen.

In mijn handleiding voor tijdelijke hulpen staat onder het kopje 'Meneer en mevrouw Wits' vetgedrukt: 'Natuurlijk gelegenheid geven tot afscheid nemen!' Dus duw ik mevrouw Wits in de rolstoel naar haar man. Die staat vervolgens met behulp van zijn wandelstok moeizaam op. En wat niet in de handleiding staat: dan buigen de twee oude lichamen zich stram naar elkaar toe. Voor een kus vol angst en hoop. Een kus waarin elke avond weer meer dan zestig jaar huwelijk moet worden gelegd. **M**

Op verzoek van de directie van verzorgingshuis Groenhoven zijn de namen van de bewoners gefingeerd.