

ALS JE VADER OF MOEDER KANKER HEEFT

Wat betekent het als je vader of moeder kanker heeft? Helpt het om erover te praten? Je vader of moeder krijgt een behandeling, wat betekent dat? Gaat je vader of moeder dood?

Deze brochure geeft informatie over wat het betekent als je vader of moeder kanker heeft.

Meer weten?

Kijk dan op www.jipvenlo.nl, stel je vraag via de mail: info@jipvenlo.nl of vraag het aan één van de JIP-medewerkers

Herziene uitgave april 2010

Jongeren Informatie Punt JIP Venlo

Begijnengang 4

5911 JL Venlo

T 077 326 64 50

F 077 326 64 51

E info@jipvenlo.nl

I www.jipvenlo.nl

Bron en tekst: Stichting Achter De Regenboog

Aan de informatie in deze brochure kunnen geen rechten worden ontleend. Bij de samenstelling van de informatie werd de grootste zorgvuldigheid in acht genomen maar het kan voorkomen dat ergens een fout in geslopen is. Daarom aanvaarden wij geen aansprakelijkheid.

Wat betekent het als je vader of moeder kanker heeft?

Je hebt net gehoord dat je vader of moeder kanker heeft, maar weet niet precies wat dat betekent. In de eerste plaats moet je niet alles geloven wat er gezegd wordt over kanker. Het is waar dat er mensen doodgaan aan deze ziekte. Daarom staat er ook op een pakje sigaretten 'Roken is dodelijk'. Dit is om mensen te waarschuwen tegen het roken. Maar mensen gaan ook dood aan een hartaanval of andere ziekten of een verkeersongeluk. Dus als iemand op school zegt dat iedereen dood gaat aan kanker, kun je zeggen dat dat niet waar is.

In de tweede plaats mag je gewoon vragen stellen. Je ouders willen je misschien geen antwoord geven of ze weten het antwoord niet, maar ze kennen vast wel iemand anders die je er iets over kan vertellen. Bijvoorbeeld je mentor van school, je huisarts of iemand anders die je kunt vertrouwen.

Waarom krijgen mensen kanker?

Misschien vraag je je af waarom je vader of moeder kanker heeft gekregen. Een heleboel dingen over kanker weten we nog niet, maar we weten wel zeker dat je geen kanker kunt krijgen van iemand anders! Jij kunt niet zorgen dat iemand anders kanker krijgt en je kunt hun kanker ook niet erger maken door slechte dingen over ze te denken. En zij kunnen het ook niet aan jou geven! Kanker is niet besmettelijk, je kunt het niet van iemand krijgen zoals verkoudheid of griep.

Wat is kanker?

Het lichaam is gemaakt van miljoenen cellen die zichzelf de hele tijd vernieuwen. Een heel enkele keer wordt één van die cellen ziek en gaat de gezonde cellen in de weg zitten. De zieke cel maakt heel veel nieuwe cellen die ook ziek zijn en samen nemen ze de plaats en het voedsel weg van de gezonde cellen. Sommige stoffen, zoals tabak, lijken kankercellen te kunnen maken.


Krijg ik het ook?

Het is normaal om daar bang voor te zijn, vooral als je erg moe bent van al het denken over je moeder of vader. Als je je zorgen maakt kun je soms niet slapen en heb je geen zin om te eten. Of je hebt juist almaar zin om te slapen of te eten! Daarnaast kun je gauw van streek of boos zijn, zelfs op je vader of moeder. Dat is echt niet zo erg. Als je het moeilijk vind om in slaap te vallen probeer dan in bed nog even naar muziek te luisteren. Of drink wat warme melk met honing, dat kan ook helpen.

Helpt het om erover te praten?

Ja, het helpt om erover te praten, maar misschien is dat makkelijker gezegd dan gedaan. Vooral als het lijkt of je vader en moeder er niet over willen praten. Iedereen is er op zijn eigen manier mee bezig, ook al is het niet altijd makkelijk om die manier te begrijpen. Dus dit is een goed moment om iemand te zoeken met wie je erover kunt praten.

Ziekenhuis



Verder is er altijd wel iemand in het ziekenhuis om mee te praten, als je vader of moeder daar ligt. Een verpleegkundige of maatschappelijk werker bijvoorbeeld. Als jullie bij een kerk horen zal de dominee of de pastor misschien tijd voor je willen maken om persoonlijk met je te praten. Het moeilijkste is om het te vragen. Maar als je over je eerste verlegenheid heen bent zul je verbaasd zijn hoe graag mensen iets voor je willen doen.

Andere plekken waar iemand beschikbaar is om met je te praten zijn het Integraal Kankercentrum, Nederlandse Kankerbestrijding of de stichting Toon Hermans Huis Venlo. Er werken daar mensen die gewend zijn om over kanker te praten en die tijd voor je zullen maken. Kijk voor adressen achterin deze folder.

Moet ik er op school over praten?

Geheimen zoals deze zijn moeilijk te bewaren. Het is niet makkelijk om je op school of op je huiswerk te concentreren als je je zorgen maakt. Soms heb je geen tijd om je huiswerk te maken omdat je naar het ziekenhuis moet of thuis mee moet helpen. Dus is het misschien beter om je mentor van school te vertellen hoe het bij jou thuis is. Je hebt nu vrienden nodig.

Je hoeft het niet aan iedereen te vertellen. Kies er één of twee uit en laat hen het maar aan de anderen vertellen. Je zult merken dat anderen jou beter steun kunnen geven als je open en eerlijk tegen ze bent. Als er een tijd komt dat zij zelf zorgen hebben, zul je dat

ook met hen kunnen delen, want jullie hebben elkaar geholpen.

Is het slecht als je het af en toe vergeet?

Het is moeilijk om je de hele tijd verdrietig, bezorgd of boos te voelen. Daarom zul je soms alles wat er gebeurt naar de achtergrond proberen te schuiven. **Dit is een heel goed idee!** Het is belangrijk om plezier te kunnen hebben en te genieten, zelfs als er iemand erg ziek is.

Soms zul je je vader of moeder kunnen helpen of gezelschap houden, een verrassing voor ze bedenken of ze verwennen. Maar het is ook goed als je het naar je zin hebt zonder met ze bezig te zijn. Het is belangrijk om het evenwicht te bewaren. Ga dus ook gerust leuke dingen doen met vrienden, het zal je niet kwalijk genomen worden.

Je vader of moeder krijgt een behandeling, wat betekent dat?

Eén van de woorden die je hoort noemen is 'behandeling'. Er zijn verschillende soorten behandelingen, maar ze hebben allemaal tot doel om de zieke cellen te laten ophouden.

De behandeling kan zijn:

- een operatie;
- een medicijnen-kuur (chemotherapie);
- bestraling.



Een operatie

Als de dokter precies weet waar de zieke cellen samengeklonterd zitten, gaat hij of zij proberen om ze weg te snijden. Je vader of moeder komt vrij snel weer terug uit het ziekenhuis en is een beetje moe. Daarna is er soms nog een andere behandeling nodig.

Medicijnen (of: chemotherapie)

Deze medicijnen worden door de dokters en verpleegkundigen gegeven om de zieke cellen kapot te maken, zodat ze zich niet verder kunnen verspreiden. Jammer genoeg moeten dit hele sterke medicijnen zijn, en soms maken ze ook gezonde cellen kapot. Dan voelt je vader of moeder zich ziek en misselijk of heel erg moe. Soms valt hun haar uit. Dit groeit gelukkig weer aan, want ons haar groeit van gezonde cellen.

Bestralingen (of: radiotherapie)

Als je een arm of been breekt neemt de dokter een foto van je botten met een apparaat voor röntgen-stralen. Vergelijkbare stralen kunnen ook gericht worden tegen zieke cellen om ze te laten verdwijnen. Bestraald worden is een andere manier om kanker te behandelen.

Het lijkt misschien gek dat een behandeling je vader of moeder juist nog zieker en zwakker maakt. Maar wees geduldig: ze worden daarna weer sterker. En ook al zijn ze zwak of worden ze kaal, van binnen zijn ze nog gewoon je eigen vader of moeder! Ze zullen net als anders op je mopperen dat je je kamer moet opruimen of je vuile sportkleden. Misschien zijn ze zelfs wat sneller geïrriteerd. Houd dan maar een beetje rekening met ze.

Gaat je vader of moeder dood?

Natuurlijk maak je je daar zorgen over. De kranten en de televisie vertellen ons altijd over beroemde mensen die kanker hadden en die hun gevecht er tegen moesten opgeven. Maar ze vertellen ons niet over de miljoenen mensen die kanker hebben (want 1 op de 3 mensen krijgt het een keer in hun leven, zo gewoon is het!) en die behandeld worden, beter worden en weer naar hun werk of naar school kunnen gaan.

Erover praten

Kanker is een woord voor heel veel soorten ziekten van de cellen. Sommige zijn ernstig en maken dat mensen doodgaan. Maar vele doen dat niet. Zelfs de behandeling bij een heel ernstig soort kan de kanker voor een tijd stoppen. De meeste vaders en moeders begrijpen wel dat je je hierover zorgen maakt. En zelfs al worden zij er ook verdrietig van en moeten jullie er allebei om huilen, het is beter om te proberen erover te praten.

Maar als ze echt doodgaan?

Dat is ontzettend moeilijk voor je. Als je weet dat iemand van wie je houdt en die je nodig hebt doodgaat, kun je heel boos en verdrietig worden. Je wilt misschien het liefst hard weglopen voor deze gevoelens, maar probeer dat maar niet te doen. Dit wordt een van de belangrijkste en kostbaarste tijden van je leven. Veel mensen worden heel oud maar zullen nooit de kans krijgen om te doen wat jij kunt doen.



Wat kan ik dan doen?

Laat je vader of moeder merken dat je van ze houdt. Doe zoveel samen als mogelijk is, zoveel als ze de kracht ervoor hebben. Maak tekeningen of schrijf op wat je voelt en geef het hen als je dat wilt. Als je het liever geheim houdt kan dat ook. Later, als je eraan gewend bent dat ze er niet meer zijn, heb je dan iets heel speciaals om je deze belangrijke tijd te herinneren.

Herinneringen

Als je het fijn gehad hebt samen, denk er dan vaak aan terug en leg wat foto's of boeken apart die je zo graag met ze bekeek. Niets kan ooit deze herinneringen wegnemen. Ze zijn uniek voor jou en je vader en moeder. Zo kun je er altijd aan denken hoeveel jullie om elkaar gaven.

Wat gebeurt er na het doodgaan?

Niemand weet dat. Sommige mensen geloven dat er na de dood weer leven is en dat we allemaal weer samen zullen zijn. Aaron van 8 jaar legde het zo uit aan zijn jongere broertje toen zijn opa doodging. Hij vertelde: "Ik geloof dat doodgaan is zoals een ballon. Als je erin prikt gaat de lucht ergens heen, maar je kunt de ballon daarna niet meer opblazen."

Sommige mensen geloven, als we niet langer meer in ons lichaam kunnen zijn omdat het opgebruikt is, dat alle dingen van ons steeds weer terugkomen in de kinderen. Zoals we boos worden, lachen, slim zijn, stom zijn of aardig zijn. Dat blijft dan altijd bestaan. En jij blijft ook bestaan. Je hoort nog altijd bij iemand, je bent

belangrijk voor jouw familie en voor andere families, voor je vriendjes en vriendinnetjes en je school.

Dus onthoud alsjeblieft:

- Kanker is niet besmettelijk;
- Jij hebt het niet veroorzaakt, ook al denk je ondeugend of slecht te zijn geweest;
- Als iemand kanker heeft hoeft hij of zij niet altijd dood te gaan. Meer en meer mensen met kanker blijven leven;
- Zoek iemand die je vertrouwt om mee te praten over hoe jij je voelt en over wat er in jullie gezin gebeurt;
- Als iemand in het gezin ernstig ziek wordt, raakt dat ieder lid van het gezin, of je nu klein en afhankelijk bent of groot en sterk.



Informatie aan de ouders

Het onder ogen zien en verwerken van kanker is een heel ingrijpende ervaring. Je wereld verandert in vele opzichten en veel tijd en energie moet worden besteed aan de zorg voor jezelf en het omgaan met de behandeling. Als ouder sta je bovendien voor de moeilijke taak om met je kinderen over de ziekte te praten en met hun praktische en emotionele behoeften om te gaan.

Onzekerheden

De confrontatie met een ernstige ziekte roept bij zowel ouders als kinderen vaak dezelfde onzekerheden op en het kan een aanleiding zijn om moeilijke onderwerpen, zoals wat er met het gezin gaat gebeuren als een van jullie sterft, met elkaar te bespreken. Natuurlijk lijkt het gemakkelijker om er niet aan te denken, maar als je je gedeprimeerd of ellendig voelt dringt het zich toch aan je op. Ook kinderen hebben hun verborgen angsten. Er niet over praten of negeren dat het de kinderen aangaat is een manier die sommige ouders kiezen.

Kinderen die dit hebben meegemaakt zijn heel duidelijk over wat ze nodig hebben, ook als hieraan niet werd tegemoet gekomen. Ze vertellen:

- Ze wisten dat er iets niet goed was en dat ze er zelf achter moesten komen wat het was en dat maakte het erger;
- Als ze merken dat mama of papa van streek was, of ziek, voelden ze zich erg eenzaam en bang, maar ze durfden geen vragen te stellen;
- Ze wilden dat ze geweten hadden hoe ernstig de ziekte was, want ze hadden dichterbij willen komen

en helpen. Vooral als de ouder stierf speelde dit een sterke rol. Vaak hielden goedbedoelende familieleden de kinderen afzijdig omdat men ze te jong vond.

- Het hielp als er iemand was met wie ze konden praten.

Sterker

Als je voor een crisis in het gezin staat zoals bij kanker, helpt het enorm te kunnen ervaren dat het gezin sterker wordt en nader tot elkaar komt, en dat je als individu meer kanten van elkaar leert kennen.

Wil je nog meer weten?

Toon Hermans Huis Venlo

Het Toon Hermans Huis in Venlo is er om mensen met kanker, en hun naasten, te helpen zo goed mogelijk te leven en om te gaan met kanker. Daarnaast is het een ontmoetingsplaats en WegWijZer.

Nieuwstraat 41a

5911 JS Venlo

T 077 - 321 1433

I www.toonhermanshuisvenlo.nl

E info@toonhermanshuisvenlo.nl

Openingstijden:

maandag t/m vrijdag van 09.00 tot 17.30 uur

KWF Kanker Infolijn

Deze infolijn is voor patiënten en hun naasten met vragen over kanker

T 0800 - 022 66 22 (gratis)

Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 12.30 en tussen 13.30 en 17.00 uur.

I www.kwfkankerbestrijding.nl

Stichting Achter de Regenboog

Voor verliesverwerking met kinderen en jongeren.

Kaap Hoordreef 38

3563 AV Utrecht

T 0900 233 41 41 (€ 0,15/m)

(ma, di, do, vrij: 09:00 - 11:00)

I www.achterderegenboog.nl

E info@achterderegenboog.nl

