

INTERVIEW DE ERVARINGSDESKUNDIGE

# 'Ik stond midden in het leven'

„Ik was 57, had nergens last van, was nooit ziek. Maar toen ik mijn cholesterol wilde laten checken, stelde mijn huisarts voor ook mijn PSA-waarde te laten testen. Ik zei 'ja hoor', maar wist niet eens wat het was”, vertelt René Landman. Het blijkt foute boel en nader onderzoek brengt prostaatcancer aan het licht.

Tekst Annemarie de Jong Foto Norbert Reijngoud Visualisatie Getty

**H**et is weer tijd voor de 'lichamelijke apk', denkt René Landman uit Alkmaar in december 2015. „Ik had net een nieuwe, jonge huisarts. 'Zullen we ook je PSA-waarde laten testen?', vroeg ze.” Prostaat Specifiek Antigeen (PSA) is een eiwit dat alleen de prostaat maakt. Een hoge PSA-waarde in je bloed kan duiden op prostaatcancer, maar ook op bijvoorbeeld een ontsteking of goedaardige vergroting van de prostaat. Bij de start van Movember - in de maand november staat prostaatcancer centraal - blikt René Landman (nu 65) terug. „Op maandag ben ik geprikt en vrijdag om vijf uur belde de huisarts. Vreemd, zo vlak voor het weekend.” Zijn PSA is 'aan de hoge kant' en hij moet voor onderzoek naar het Noordwest Ziekenhuis in Alkmaar. Met de vinger checkt de arts via de anus zijn prostaat. „Hij zei: 'Ik voel een knobbel'. Ik dacht: dat is niet goed.” Landman ondergaat een biopsie, waarbij kleine stukjes weefsel uit de prostaat worden gehaald. „Een

vervelend onderzoek.” Na tien dagen krijgt hij de uitslag. Van de acht biopsies zijn er drie niet schoon. „Ik zat samen met mijn vrouw bij de uroloog: 'U hebt prostaatcancer'. Ik had twee opties. Of de prostaat operatief laten verwijderen, of bestralen. Hij zei: 'Geen haast, denk er rustig over na'. Maar we stapten de spreekkamer uit en ik zei tegen mijn vrouw: 'Die rotzooi moet mijn lijf uit.'”

## Emotioneel

In het weekend deelt hij het slechte nieuws met zijn kinderen. „Dat is een heel emotioneel gebeuren.” Al snel weet Landman zich te herpakken. „Natuurlijk was het schrikken, maar ik ben niet iemand die boos wordt en vraagt 'waarom ik?'. Ik ging me meteen inlezen. En op maandag heb ik de arts gebeld en gezegd dat ik geopereerd wilde worden.” Op 1 maart 2016 ligt hij bijna vijf uur op de operatietafel. „Ik weet nog dat de chirurg na afloop aan mijn bed stond: 'Het ziet er goed uit, we hebben de tumor er helemaal uit kunnen halen'. Gelukkig, dacht ik, daar ben ik vanaf.” Tien dagen later krijgt Landman de definitieve uitslag van de operatie. „Dat was een enorme tegenvaller.

”  
*Het is niet alleen een ziekte voor oude mannen. Ik was pas 57*

De snijvlakken waren niet schoon. En dat betekent dat er uitzaaiingen zijn.” Nog een spannend moment breekt aan als het katheter wordt verwijderd. „De vraag is dan of je incontinent bent. Ik mocht een kop koffie drinken en een paar glazen water. Na een kwartier kijken ze of je in je broek hebt geplast. Of dat je aandrang voelt en het hebt opgehouden. Gelukkig was ik niet incontinent.” Hij raakt door de operatie wel impotent. Na een geslaagde ingreep zou de PSA-waarde nul zijn geweest. Maar bij René Landman loopt die op en in de zomer volgt bestraling. „Het was mooi weer en ik ging op het fietsje naar de bestralingen in het ziekenhuis, 35 keer.” Toch stijgt opnieuw zijn PSA. Landman krijgt een PET-CT-scan, een onderzoek met een radioactieve stof. „Een millimeter vanaf mijn ruggenmerg zagen ze een uitzaaiing oplichten.” In Amsterdam UMC krijgt hij vijf bestralingen met hoge intensiteit. „Je wordt in een mal gezet en mag totaal niet bewegen anders riskeer je een dwarslaesie.” Later wordt een forse uitzaaiing in zijn rechter bekken ontdekt. Weer bestraling. Daarna zit er een foute plek op zijn rib: wéér bestraling. Landman: „Ik heb van prostaatcancer een deel van mijn leven gemaakt. Het klinkt gek, maar ik had het vrij snel geaccepteerd en omarmd.”

## Opduvel

Van de prostaatcancer zelf heeft hij geen pijn. „Ze zeggen dat ik kanker heb, maar ik voel het niet.” Pijn en ongemak heeft hij wel van de behandeling. „Mijn endeldarm had een opduvel gekregen van de bestraling. Als ik naar de wc moest, was het alsof er scherven uitkwamen. Zo pijnlijk. Zeker drie, vier jaar lang had

ik een toilet vol bloed bij mijn ontlasting.” Tot op de dag van vandaag heeft hij pijn in zijn rug met uitstraling naar het been. „Voelt als prikkeldraad om mijn knieën.” Hij gaat naar de pijnpoli en slikt medicijnen. „Die hebben weer nare bijwerkingen. Het is het kwade met kwaad bestrijden.” Desondanks blijft hij sporten. „Bewegen en spier oefeningen zijn ongelooflijk belangrijk als je kanker hebt. Het houdt je fysiek en mentaal op de been.”

## Seksuologe

Landman spant zich al snel in als vrijwilliger voor de Prostaatcancerstichting in Noord-Holland. Hij zet bijeenkomsten op voor mannen met prostaatcancer en hun partner, houdt samen met een seksuologe lezingen over wat de ziekte voor je relatie betekent, lanceert een Facebookepagina voor patiënten en is bezig met een podcast 'de KankerklatsCast'. „Lotgenoten weten precies wat je doormaakt. Je kunt je verhaal bij elkaar kwijt, dat is eigenlijk onmisbaar.” Tijdens de coronapandemie houdt de PSA zich koest. Maar in januari 2022 is het helemaal mis. Hij heeft vijf uitzaaiingen en bestralen kan niet meer. Het is tijd voor hormoon-

”  
*Uit het niets heb ik huilbuien. En ik kreeg de hele dag opvliegers*

therapie, zegt de arts. „Ze leggen dan je testosteron plat, omdat die uitgezaaide kankercellen leven op testosteron. Ik weet wat deze therapie met je doet en wilde dat zo lang mogelijk uitstellen.” Landman stelt de arts voor af te wachten wat zijn PSA gaat doen. Maar na negen maanden is er geen houden meer aan. „Je kunt het nog wel langer laten oplopen, maar dan wordt het spelen met je leven.” Nu krijgt Landman bijna een jaar hormoontherapie en de bijwerkingen liegen er niet om. „Ik heb huilbuien uit het niets. Vetophoping in mijn lichaam. Botontkalking. Ik kreeg tien, vijftien opvliegers per dag, waarbij je het zweet op mijn huid zag liggen, daar heb ik nu pilletjes voor. Ik ben ontzettend moe, je spiermassa neemt af en je baardgroei stopt.”

## Seksualiteit

„Maar het ergste is dat de intimiteit weg is. Het leeft niet meer bij me, ik heb geen lustgevoelens meer. Mijn vrouw en ik zijn 45 jaar getrouwd en we vinden dat echt moeilijk. Seksualiteit is belangrijk voor de kwaliteit van leven”, zegt Landman, die voor alles een oplossing zoekt. „We hebben nu intimiteit door aanraking, knuffelen en masseren. Het is ook belangrijk dat je er samen over kunt praten.” Te vaak wordt gedacht dat alleen hoogbejaarde mannen prostaatcancer krijgen. Bijna de helft van de mannen krijgt de diagnose onder de leeftijd van 70 jaar en bijna 10 procent is dan zelfs jonger dan 60. „Nee, het is niet alleen een oudemannenziekte. Ik was pas 57 en stond midden in het leven. Tot mijn 51ste werkte ik in de verzekeringen. Maar tijdens de kredietcrisis werden topsalesmannen en -vrouwen ontslagen. We kregen een bak geld mee, dat heb ik goed weggezet en daar kan ik van leven. Na al die jaren in

de verzekeringen, ging ik werken als chauffeur op de zorgtaxi. Daar ben ik mee gestopt toen ik prostaatcancer kreeg. Ik had het geluk dat ik financieel die keuze kon maken en wilde me vooral op leuke dingen concentreren. We hebben bijvoorbeeld geweldige kleinkinderen.” „Ik ben ongeneeslijk ziek en word palliatief behandeld. Veel mensen denken dan dat je bijna dood gaat, maar dat was ik nog lang niet van plan. Al komt er een tijd dat de kankercellen resistent worden tegen de hormoontherapie. De PSA gaat dan weer oplopen. Hoelang dat duurt? Is niet te zeggen.” „En dan? Chemotherapie, prednison, of een cocktail van hormoonbehandelingen? Ik ben een positief ingesteld mens. Maar op een gegeven moment kom je op een kruispunt: wanneer houdt langer leven op ten opzichte van kwaliteit van leven?” Hoe kijkt hij terug op zijn keuze destijds om zijn prostaat te verwijderen? „Ik zou me nu langer hebben verdiept in de opties en mogelijk hebben gekozen voor het actief volgen van wat die PSA-waarde ging doen.”

➔ Lees verder op de volgende pagina

