

Vakantie met een stoma

## Met mama naar Kefalonia

**Het is weer vakantie-tijd. Als je een stoma hebt, geeft dat extra complicaties. Carlijn Willemstijn vertelt haar verhaal. Over een lastige douanier, een vriendelijke stewardess, een azuurblauwe zee, een lekkage en hoe het toch goed afloopt.**

Mijn rugzak slaat tegen het portier. Ik maak excuses. De taxichauffeur ziet mijn nervositeit en mompelt dat het niet erg is. Hij tilt rustig mijn koffer uit de auto en wenst me een fijne reis.

'Nou lieverd. Daar gaan we,' zegt mijn moeder geruststellend, en ze slaat een arm om me heen.

We lopen de vertrekhal in. Slepen de veel te zware koffer achter ons aan. Het is druk op Schiphol. 'Eens even zien waar we naartoe moeten.'

'Nee mam. Even wachten. Ik wil graag eerst even naar de wc.'

We volgen de borden. Ik duik het invalidentoilet in, waar ik niet alleen mijn blaas leeg maar ook voor de zoveelste keer check of mijn stomazakje en plak goed zitten. Lekkage in een vol vliegtuig lijkt me vreselijk.

We checken in. Met de extra hulpmiddelen, die ik vooraf had geregeld via mijn arts en reisaanbieder, is alles in orde. Vervolgens sluiten we aan in de rij voor de paspoortcontrole en securityscanner. Ik neem plaats in de cabine. De scanner draait om me heen. Ik stap de cabine uit en een jonge vrouwelijke douanier fouilleert me.

'Mevrouw, op mijn buik zit een stomazakje. Dat heeft u waarschijnlijk al gezien op de scan?'

Ze voelt voorzichtig. Drukt een beetje. Vraagt me mijn trui omhoog te trekken. Ik laat haar een klein stukje van mijn stomazakje zien. Ze kijkt bedenkelijk en roept met een schelle stem een collega erbij.

'Graag even meekomen, mevrouw.'

Ik volg de collega naar een hokje met een gordijn. Ze vraagt mij mijn trui helemaal omhoog te trekken. Met plastic handschoentjes aan betast ze het zakje. Ze vraagt me het zakje omhoog te klappen.

'Kan dat er af?'

Ik schrik van haar vraag. Ze klinkt niet vriendelijk.

'Eh... Ja, dat kan. Maar niet hier. Dan heb ik een invalidentoilet nodig met een wasbak en kraantje. En mijn reservemateriaal, maar dat ligt nog op de lopende band bij mijn moeder.'

Kort overleg volgt, waarna wordt besloten dat dit niet nodig is.

'Fijne vakantie en tof hoe je hiermee omgaat!' De douanier knikt me vriendelijk gedag en geeft zelfs onverwachts een vriendelijke knipoog.

Mijn moeder staat inmiddels totaal verzenuwd bij de lopende band met mijn persoonlijke spullen, tassen, paspoorten, losse e-readers en telefoons. Enigszins in de war rapen we onze spullen bij elkaar en lopen met de stroom mee naar een Starbucks voor een cappuccino. We ploffen neer. Zuchten diep. Laat die vakantie maar komen.

Twee uur later stappen we het vliegtuig in. Als sardientjes zitten we op elkaar gepropt. Ik heb onze stoelen



vooraf gereserveerd. Mama zoals ieder jaar aan het raam en ik aan het gangpad. Zodat ik snel naar het toilet kan als er iets mis dreigt te gaan met mijn stomazakje. Mijn rugzak plaats ik boven mijn hoofd. De stewardess verplaatst minikoffers en tassen omdat de luiken overvol raken. Ze vertelt dat ze mijn rugzak voorin in het vliegtuig in het bagagerek stopt.

*Ik zit aan het gangpad. Zodat ik snel naar het toilet kan als er iets mis dreigt te gaan*

'Liever niet, mevrouw. Er zit voor een week stomamateriaal in mijn tas. Ik wil mijn tas geen minuut uit het oog

verliezen. Als iemand per ongeluk mijn tas pakt bij het uitstappen heb ik een probleem.'

Ze begrijpt het helemaal en biedt zelfs aan dat ik de rugzak onder de stoel voor mij mag leggen.

Vijf uur later stappen we uit. De hitte overweldigt me. Heerlijk, die Griekse zon op mijn witte snoetje.

De gehuurde auto staat klaar. Als we de eerste bergrug op rijden zie ik mama naast mij genieten. Het uitzicht over de azuurblauwe zee is adembenemend.

Al vijftien jaar gaan we samen naar Griekenland. Een moeder- en dochterweekje. Wandelen. Lekker eten. Boeken lezen en bijkletsen. Samen aan de wijn met prachtige uitzichten.

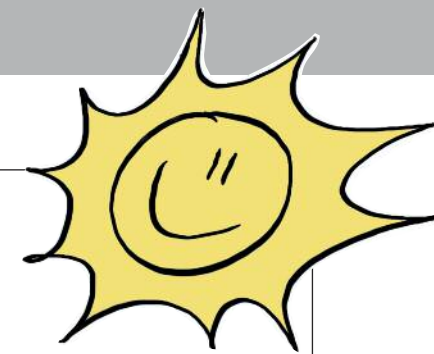
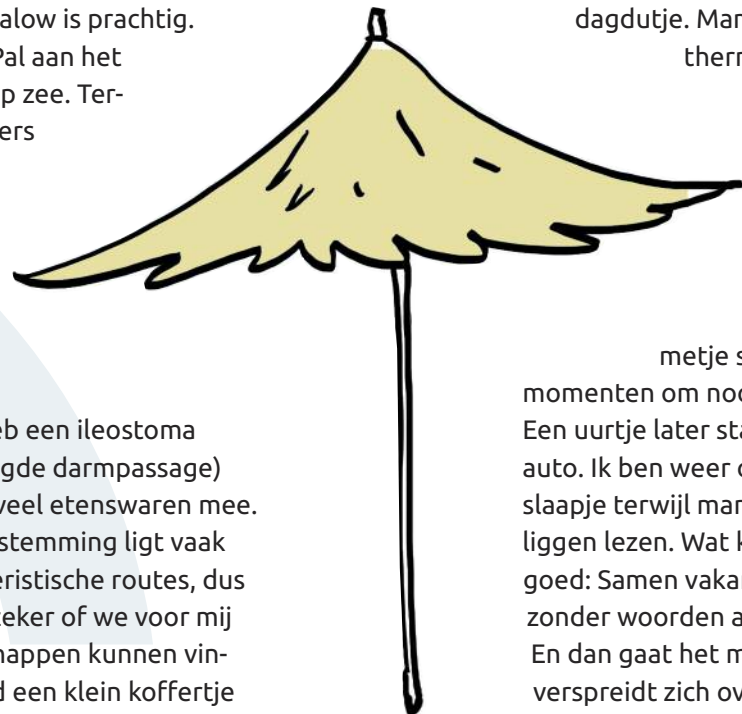
## Geen gekruide Griekse gerechten voor mij. Dat kan mijn buik helaas niet verdragen.

Er waren jaren bij dat we weinig ondernamen. Dan had ik teveel pijn, was ik te ziek of net herstellende van een darmoperatie. Maar dit jaar zit ik goed in mijn vel. Ik heb er zin in. De vakantiebungalow is prachtig. Rustig gelegen. Pal aan het strand. Uitzicht op zee. Terwijl we onze koffers uitpakken barsten we in lachen uit om de hoeveelheid spullen die we mee hebben. Uit angst voor verstoppingen (ik heb een ileostoma maar een vertraagde darmassage) nemen we altijd veel etenswaren mee. Onze vakantiebestemming ligt vaak net buiten de toeristische routes, dus we weten nooit zeker of we voor mij de juiste boodschappen kunnen vinden. Er gaat altijd een klein koffertje soepen, crackers, Tucs en pap voor mij mee.

Uit die voorraad halen we nu een flesje wijn en een zakje chips. We trekken onze zomerkleding aan en strijken neer op ons terras. De volgende dag maken we een lange autorit over Kefalonia. Ik rijd en mijn moeder zit er (stralend) naast. Heerlijk vindt ze het om rondgereden te worden over ons lievelingseiland. We klimmen de bergen in en dalen vervolgens af naar de mooiste strandjes. Om de twee uur stoppen we voor een kopje bouillon of ORS. Tussendoor glimlachen we naar Griekse herders die ons vriendelijk toeknikken.

Om twee uur 's middags komt de man met de hamer. Boem. Moe. Duizelig. Niet zo lekker. Tijd voor rust. We rijden naar een verlaten strand. Zien een ideale koele inkeping onder de rotsen. Daar maak ik mijn geïmproviseerde bedje klaar voor een middagdutje. Mama tovert een thermoskan koffie uit haar tas. Vervolgens zitten we naast elkaar aan een kopje Douwe Egberts koffie en een Hollands boterhammetje smeerkaas. Dierbare momenten om nooit meer te vergeten. Een uurtje later stappen we weer in de auto. Ik ben weer opgeladen van mijn slaapje terwijl mama in de zon heeft liggen lezen. Wat kunnen wij dit toch goed: Samen vakantie vieren en elkaar zonder woorden aanvoelen. En dan gaat het mis. De warme massa verspreidt zich over mijn buik. 'Oh. Fuck. Nee!,' roep ik uit.

Als ik alles heb schoongemaakt en opgeruimd, is het tijd voor het avondprogramma. We gaan lekker uit eten. Geen gekruide Griekse gerechten voor mij, dat kan mijn buik helaas niet verdragen. Wij gaan uit eten voor de sfeer. De Griekse muziek. De gezellige karafjes wijn en de olijven met brood. Want ook al kan ik niet meer alles eten, genieten doe ik voor de volle honderd procent. Enkele uren later lig ik in mijn keiharde Griekse bed. Een gelukkig gevoel overvalt mij. Of het door de wijn komt, door de nabijheid van mijn lieve moeder of de Griekse zon; ik weet het niet. Maar ik ben dankbaar. Tevreden. Enkele jaren geleden had ik nooit durven dromen dat ik ooit weer zo onbezorgd, gezond en vrij zou kunnen leven met mijn stoma. Met een glimlach val ik in slaap terwijl de krekels buiten tekeer gaan. Op naar de komende zes dagen!



## Afspraken op Schiphol

De Stomavereniging heeft afspraken gemaakt met Schiphol over de veiligheidscontroles bij stomadragers. Bij deze controle wordt een stoma meestal als een 'onregelmatigheid' gezien op de scan. Fouilleren is daarop een wettelijk verplichte stap. Hiervoor hoeft u alleen maar uw bloes of trui iets op te trekken of de broekknoop iets lossers te doen. Het stomazakje moet op die manier zichtbaar worden, waarbij iets van de blote huid te zien zal zijn. Maar het volledig uittrekken van kleding, dat leidt tot het tonen van blote lichaamsdelen, is niet toegestaan. Ook is het niet toegestaan dat de beveiliging aan uw stoma(zakje) zit. Meer informatie is te vinden op onze website en in onze brochure Reizen (zie het bericht op de volgende pagina), die u kunt opvragen bij de Stomavereniging. De contactgegevens staan op pagina 47. Zie ook het bericht 'Gaaf u binnenkort op reis?' op de volgende pagina.

