

Hoe leg je het uit aan je kleinkinderen?

Oma stoma

Soms is het lastig om grootouder te zijn als je een stoma hebt. Corry van der Spek is ervaringsdeskundige. 'Mijn kleindochter stond naast me en keek met grote ogen naar mijn buik. Wat is dat oma? Een aardbei?'

Toen mijn stoma werd aangelegd, in september 2009, was ik nog geen oma, en daar was ook helemaal geen zicht op. Maar een vriendin van mijn dochter had al wel een zoontje, en ik was uitgenodigd voor zijn eerste verjaardag.

Ik weet nog precies wat ze zei toen ik binnenkwam: 'Hallo oma stoma...' Het was een grapje dat we weleens vaker hadden gemaakt, maar ik vond het toch helemaal niet leuk, iets wat mij zelf overigens verbaasde. Nu, jaren later, begrijp ik mijn reactie pas. Ik had mijn stoma op dat moment nog niet geaccepteerd.

Inmiddels ben ik al drie keer oma en ik geniet ieder moment van dat bijzondere gevoel en de aanwezigheid van mijn kleinkinderen, die twee, vier en vijf jaar oud zijn. Maar praten over

mijn stoma met hen is iets waarover je goed moet nadenken.

Zolang ze klein zijn, is er niets aan de hand. Bij een lekkage kan je zo'n kleine hummel wel even in de box planten en de boel gaan verschonen. Maar als ze groter worden, dan lopen ze gewoon achter je aan. Nu ben ik van nature vrij gemakkelijk, mijn kinderen gingen vroeger ook weleens mee het toilet in als zij nodig hun verhaal kwijt moesten, terwijl ik moest plassen, dus zo gaat dat nu soms ook met de kleinkinderen. Maar het verwisselen van mijn stomazakje vind ik ingewikkeld. Hoe leg je uit dat je uit je buik poept?

Net op tijd

De eerste keer dat mijn kleindochter (toen drie jaar) met mij wilde meelopen naar de badkamer, zei ik: 'Oma komt zo terug, blijf jij maar even in de kamer.'

Oké, zei ze, maar dat liep anders, want ze stond al snel naast me en keek met grote ogen naar mijn buik. Ik draaide me nog een beetje om zodat ze mijn ontlasting niet zag, maar vervolgens ging ze aan de andere kant staan. Gelukkig had ik nog net op tijd mijn ontlasting verwijderd.

'Wat is dat oma?', vroeg ze. 'Een aardbei?'

Terwijl ik vertelde dat het geen aardbei was, maar dat het er wel op leek, liep ze alweer naar de woonkamer. Maar tijdens het avondeten kwam ze erop terug. 'Oma heeft een aardbei op haar buik.'

Mijn zoon en dochter keken mij een beetje ongemakkelijk aan, en daarna barstten we in lachen uit.

Onder de douche

Later, toen mijn dochter en kleinzoon tijdelijk bij mij in huis kwamen wonen, veranderde de zaak, want dan zit je veel dichterbij elkaar. Mijn dochter probeerde me zoveel mogelijk privacy te geven, maar dat lukte niet altijd. Toen ik op een ochtend onder de douche van-



daan kwam en mijn kleinzoon (toen twee jaar) binnenkwam, viel zijn oog ook op mijn 'aardbei'. Maar hij was al minder verbaasd dan zijn zus. Later vroeg hij waarom ik een aardbei op mijn buik had, en ik zei heel rustig dat ik daaruit poepte en dat het een stoma heet. OK, dat was dus duidelijk, hahaha... En hij praatte gewoon verder.

Samen stoeien

Naarmate de kleinkinderen ouder worden, dienen zich nieuwe situaties aan. Samen stoeien bijvoorbeeld. Dan is het vervelend als ik een voet in mijn buik krijg, dus leg ik uit dat ze een beetje voorzichtig moeten zijn.

'Pas op voor oma haar stoma,' zeggen ze dan tegen elkaar. In het spel zijn ze dat weer snel vergeten, zo gaat dat en dat is mooi.

Ook komen er vragen als: waarom heb je een stoma, waarom poep je niet op de wc, en ga je dat later dan wel doen? Allemaal vragen die ik eerlijk beantwoord. In die gesprekken valt soms ook het woord 'kanker' en dan kijken ze me met een begripvolle blik aan. Eigenlijk is dat heel mooi om te zien.



Nog steeds logeren ze ten minste een keer per week bij me. Afgelopen week, na het douchen, zei mijn kleinzoon van vier ineens: 'Oma, mag ik even aan je stoma voelen?'

'Dat is prima.'

'Wordt mijn vinger dan niet rood?'

'Nee hoor, hij geeft niet af. Dat kun je rustig doen.'

Ik kon mijn lachen bijna niet inhouden. Uiteindelijk durfde hij het toch niet aan.

Geen enkel idee

Mijn kleindochter, nu vijf jaar, kijkt al niet eens meer naar mijn stoma. Het is al zo gewoon. Mijn jongste kleindochter van twee heeft nog geen enkel idee. Zij komt minder vaak logeren en krijgt dus minder mee, en ook dat is prima. Toch is er nog een kwestie die aandacht vraagt. Sinds ongeveer een jaar spoel ik, om de

twee dagen, en dat is een exercitie die ik graag alleen uitvoer. Ik plan het spoelen zorgvuldig, zodat ik het niet hoeft te doen als de kleinkinderen er zijn. Het lijkt mij namelijk nogal schokkend voor kleine kinderen om dit te zien en het is ook niet nodig. Mijn conclusie: wat je je kleinkinderen vertelt en hoe, hangt ervan af hoe je in het leven staat. Hoe open wil je en kun je zijn? Iedereen maakt hierin zijn keuzes. Ik ben vanaf het begin open over mijn stoma geweest. Dat is mijn manier om ermee om te gaan. Maar het spoelen is en blijft privé, net zoals de 'grote boodschap' dat voor anderen is.

