

BOEKEN



Peter van den Berg: 'Beter leven met een chronisch-progressieve ziekte'



De cover van 'Beter leven met een chronisch-progressieve ziekte' is ontworpen door Eveline van den Berg.

Je staat midden in het leven en opeens krijg je te maken met een chronische ziekte. Hoe ga je daarmee om, als patiënt en als naaste? Oud-raadslid Peter van den Berg uit Waddinxveen heeft er samen met Angélique van de Lit een boek over geschreven wat herkenning, hulp en handvatten moet bieden.

Van den Berg, nu 46 jaar, hoorde op

zijn 39ste dat hij Parkinson heeft en Angélique van de Lit heeft te kampen met de spierziekte ALS. Als collega's hadden zij gesprekken over hoe zij met hun ziekte omgingen. Ze deelden hun verdriet, de weg naar acceptatie, de omgang met hun naasten en hun manier om naar de toekomst te kijken. Samen schreven ze een bundel waarin praktische informatie wordt afgewisseld met persoonlijke intermezzo's van chronisch zieken en concrete adviezen van psychologen en coaches.

Voor Van den Berg is het inmiddels zijn zevende boek dat hij aan het schrijven is. Voorheen heeft hij boeken uitgebracht over raadswerk, pleegzorg en specifiek over zijn eigen ziekte. Zijn verhaal delen doet hem goed. "Ik heb vóór de coronaperiode ook gastcolleges gegeven aan artsen en therapeuten en daar

waren ze altijd heel blij om het hele verhaal te horen. Een arts is natuurlijk goed in het medisch-technische gedeelte, maar het hebben van een chronische of progressieve ziekte is zoveel meer. Ik ben daar altijd heel open in geweest."

Tegenwoordig stort Van den Berg zich volledig op zijn schrijverspassie. "Een professor heeft wel eens tegen mij gezegd dat je na zo'n diagnose je eigen geschiedenis moet gaan herschrijven. Ik had rechten gestudeerd, had een bepaalde weg in gedachten en ineens wordt die weg afgebroken en staat de trein even stil. Gelukkig ben ik optimistisch aangelegd en ben ik me gaan bedenken wat ik nog wel kan doen. Ik had slaapproblemen en daardoor ben ik eigenlijk gaan schrijven. Je kan moeilijk mensen om 5.00 uur uit hun bed bellen. Een boek schrijven is ook een stuk verwerking." Voor dit boek had hij wel even wat aanloopproblemen. "Ik ben uiteindelijk gestopt met mijn werk en had heel weinig energie. Pas toen alles rond was met het UWV en dergelijke, kreeg ik pas weer zin om met dit boek bezig te zijn. Het plan was al in augustus vorig jaar geboren, maar ik heb pas in februari de draad weer opgepakt. Ik verwacht dat het vóór de zomer, of net erna, uitkomt."

Het wordt een pil van een pagina of

430, schat Van den Berg in. De prijs staat ook al vast: 34,95 euro. Wat ook in het boek staat is: 'hoe ga ik om met mijn beperkte energie'. Dat is waar Van den Berg zelf het meest tegenaan loopt met zijn ziekte: plannen en energie. "Ik schat nog steeds in dat ik iets binnen een kwartier wel gedaan kan hebben, maar als het even tegenzit kan alleen al mijn veters strikken bijvoorbeeld veel langer duren. Dat zijn ook de momenten dat ik heel verdrietig kan zijn. Maar daar moet je dan ook weer niet in blijven hangen. Als je alleen maar loopt te klagen en het alle dagen over je ziekte hebt, houdt je geen vrienden of gezin meer over."

De cover is bedacht door de vrouw van Van den Berg, Eveline. "Daar is zij heel erg goed in. En zo is het toch ook een project van ons twee geworden, naast Angélique uiteraard. ALS is natuurlijk een hele andere ziekte dan Parkinson, maar je loopt met dezelfde vragen te worstelen. Hoe zit het met de zingeving van je leven, hoe gaat de omgeving ermee om en er zijn ook mensen die zich schamen voor hun ziekte... Dit soort vragen komen allemaal aan bod, naast de soms prachtige verhalen van zieken zelf."

Het boek is over een paar maanden te vinden onder de titel 'Beter leven met een chronisch-progressieve ziekte'. (door Nicole Lamers)