

BOEKBESPREKING

Omgaan met kanker. Een emotionele handleiding voor mensen met kanker en hun omgeving.

Nathalie Cardinaels



Door: Louis Denis

Auteur Nathalie Cardinaels heeft dit boek geschreven als een richtsnoer voor de kankerpatiënt en zijn naasten. Ze put uit haar rijke ervaring als klinisch psychologe, gedragstherapeute en mindfulness-trainer aan het Jessa ziekenhuis in Hasselt.

Uit volle praktijk is ze niet te beroerd om alle mensen te bedanken die haar hielpen bij het schrijven, met inbegrip van de patiëntengroepen en, lief detail, de KingKongCoffee bar in Hasselt. Te onthouden voor schrijvers zonder inspiratie. In het voorwoord maakt ze duidelijk dat ze de honderd vormen van de grote C weergeeft zoals het is, maar dat ze in alle gevallen ook een positieve noot tracht te bieden met constructieve instelling.

Het eerste deel geeft een kort maar klaar overzicht wat kanker eigenlijk is en de verschillende behandelingen gevolgd door een historische benadering. Feiten en cijfers zijn correct en up-to-date.

Het tweede deel gaat over de diagnose van kanker voor de gemiddelde patiënt die open of verdoken dit nieuws als een schok aanvaardt en zeker in die fase steun behoeft, en veel, veel uitleg. Alle mogelijke reacties worden aangeraakt en met tips besproken. Zich kunnen uiten en informeren is belangrijk en de leden van Wij Ook vzw zullen de rol van lichaamsbeweging, voeding en positief denken zeker herkennen. Te verwonderen is dat de auteur met haar brede ervaring slechts drie bladzijden besteedt aan lotgenotencontact. Omgaan met je ziekte, gevuld met talrijke ervaringen van haar patiënten, leert ons de kanker en de talrijke nevenwerkingen te aanvaarden waarvan de emotionele niet de minste zijn. De zwarte hond (black dog) van Winston Churchill is een anekdote die niet zo bekend is en een goede metafoor voor het klevende angstmonster.

Als besluit eindigt het boek met het volle bewustzijn (mindfulness) bij je kanker. Het principe en aanpak om je doelbewust te richten op het huidige moment met oefeningen, meditatie, yoga en leren omgaan met onheilsgedachten, wordt in detail behandeld. Samengevat, rust vinden in tijden en lijden van grote onrust. De literatuur is volledig. Bij de nuttige adressen vinden we bij patiëntenorganisaties de Stichting tegen Kanker en de Vlaamse Liga tegen Kanker. Maar geen vermelding van echte patiëntenorganisaties zoals Wij Ook in België en de Stichting Prostaatcancer in Nederland. Er is nog werk aan de winkel, maar toch een boekje om de problemen nog eens te verwerken en te bespreken in familiekring.

Nathalie Cardinaels, *Omgaan met kanker. Een emotionele handleiding voor mensen met kanker en hun omgeving*, Leuven, Acco, 2014, 167 blz., ISBN 978 90 334 9542 7.