bron: overpalliatievezorg.nl/ervaringsverhalen/blog-over-mijn-lijk-aflevering-4-seizoen-10
datum: 13-11-2026

Blog Over Mijn Lijk aflevering 4 - seizoen 10

In de vierde aflevering van het nieuwe seizoen van Over Mijn Lijk staan de ervaringen van Eva, Maaike, Jeffrey en Jegor centraal. Ze praten over hun angst en zorgen voor de toekomst. Van henzelf en voor Maaike, Jeffrey en Jegor ook van hun (aankomende) kinderen.
De deelnemers van Over Mijn Lijk zitten in de palliatieve fase. Ze worden niet meer beter. Zij krijgen palliatieve zorg. Lees hier meer over de betekenis van palliatieve zorg.

Onderwerpen aflevering 4

Met Jeffrey gaat het niet zo goed. Hij had darmkanker met een uitzaaiing in zijn buikvlies. Onderzoek heeft uitgewezen dat hij nu ook een uitzaaiing in zijn milt heeft. Hij staat niet vaak stil bij de dood die steeds dichterbij komt. ‘Het nieuwe voetbalseizoen begint weer. Dat vind ik veel belangrijker.’

Maar hij is ook bezig met zijn uitvaartkist. In deze aflevering van Over Mijn Lijk zien we hoe de kist eruit ziet. Op het deksel van de kist ligt een doek met een groot portret van Jeffrey. Hij steekt zijn middelvinger op. Op de zijkanten van het doek zijn tekeningen van zijn kinderen Max en Merel te zien.



Jeffrey en zijn gezin met presentator Tim Hofman bij zijn kist.

Praktische zaken regelen

Het geeft Jeffrey rust om een deze praktische zaak te regelen. Naast een uitvaart zijn er meer praktische zaken te regelen. Lees hier meer hierover.

Kinderen

Jeffrey en zijn vrouw Trudy merken dat hun oudste kind, Max, goed weet wat er gebeurt. ‘Hij is vaker boos en driftig’, zegt Jeffrey. ‘We hebben er nu een rouwtherapeute bij betrokken. Zij helpt ons bij het omgaan met de kinderen.’

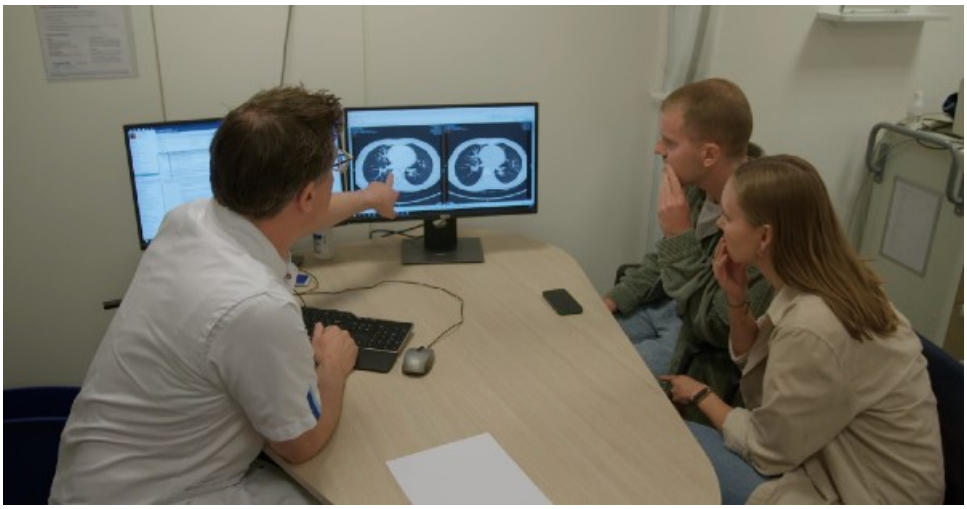
Als je ernstig ziek bent, en jonge kinderen hebt, kan er gratis een rouw- en verliesbegeleider betrokken worden. Informatie hierover vind je hier op Overpalliatievezorg.
Als je als volwassene behoefte hebt aan een gesprek over je ziekte en hoe dat je leven heeft veranderd, kun je een geestelijk verzorger inschakelen. Geestelijk verzorgers zijn er voor iedereen, of je nu gelovig bent of niet.

Vermoeidheid

Eva is net getrouwd met Matthijs. Je ziet het huwelijk in een eerdere aflevering van Over Mijn Lijk. Eva heeft sinds toen meer feestjes en tripjes achter de rug. Nu zit ze in een dip. Ze raakt steeds vaker vermoeid. Vermoeidheid is een veelvoorkomende klacht bij mensen die ongeneeslijk ziek zijn. Lees meer over vermoeidheid in de palliatieve fase.

Daarnaast heeft Eva last van haar longen. Ook lijkt de uitzaaiing in haar nek te groeien. Er is een scan gemaakt van haar longen. Er is groei te zien van een ontsteking of van de tumor: dat is onduidelijk. In het ziekenhuis wordt een biopt en bloed afgenomen. Daardoor komt er duidelijkheid. Eva zit ondertussen in grote onzekerheid: ‘Waar moet ik nu mee dealen? Ik weet het gewoon niet.’ Een paar weken later krijgt ze uitslag: het is tumorgroei.





Eva en haar man bij de arts om samen de uitslag te bekijken

Ook voor Jegor is het een spannende tijd. Hij gaat weer naar Frankrijk voor een bezoek aan de arts die zijn operatie heeft uitgevoerd. Nu hij weet dat hij vader wordt, is de toekomst voor hem extra belangrijk.

Afscheid

Maaike is druk met de toekomst. Er komt een nieuw huis, en er is een nieuwe hond. Over haar gezondheid maakt ze zich niet druk. Ze gebruikt een nieuw experimenteel medicijn. Dit zorgt ervoor dat de uitzaaiingen in haar longen stabiel zijn.

Toch houdt ze er wel rekening mee dat die uitzaaiingen ooit weer gaan groeien. Dat zou het einde van haar leven kunnen zijn. Daarom heeft ze alvast afscheidsbrieven voor haar kinderen geschreven. Ze heeft al zes brieven. Drie per kind. Ze krijgen die brieven bijvoorbeeld als ze hun eerste vriendje of vriendinnetje krijgen. Of voor als ze gaan trouwen. Veel mensen vinden het belangrijk om op deze manier bewust afscheid te nemen Het past bij de rouw die ze al tijdens hun ziekte voelen.

Maaike schrijft brieven voor haar kinderen. Je kunt ook op andere manieren iets blijvends achterlaten voor je kinderen. Op de pagina kinderen van ernstig zieke ouders vind je wensstichtingen die hierbij kunnen helpen, zoals Stichting Komma.

Meer afleveringen

Je vindt alle blogs over seizoen 10, en hoe het nu gaat met de deelnemers uit seizoen 9 hier op Overpalliatievezorg.