Blog Over Mijn Lijk aflevering 8 - seizoen 10

In de laatste aflevering van Over Mijn Lijk seizoen 10 blikt presentator Tim Hofman terug op het overlijden van Zoë en Jeffrey. Ook spreekt hij Eva, Maaike en Jegor en vraagt hij hoe het nu met hen gaat en welke onderwerpen nog in hun leven spelen.
Maaike is inmiddels al meer dan een half jaar ‘strak stabiel’, zoals ze het zelf formuleert. Door immuuntherapie en een experimentele therapie is er nog nauwelijks tumoractiviteit in haar lichaam te zien.

Levenslessen

Kort voor die behandelingen begonnen, schreef ze brieven voor de 11e en 12e verjaardag van haar kinderen: ‘Voor als ik er niet meer ben.’ Nu ze beide verjaardagen gewoon heeft kunnen meevieren, is het tijd om die brieven ritueel te verbranden. Tim vraagt haar naar de levenslessen die ze op basis van haar ziekte graag wil doorgeven. ‘Geniet van het moment’, zegt ze. ‘En wees wat liever voor elkaar.’



Maaike in gesprek met presentator Tim

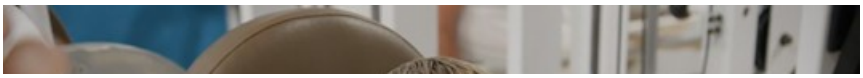
Rouw

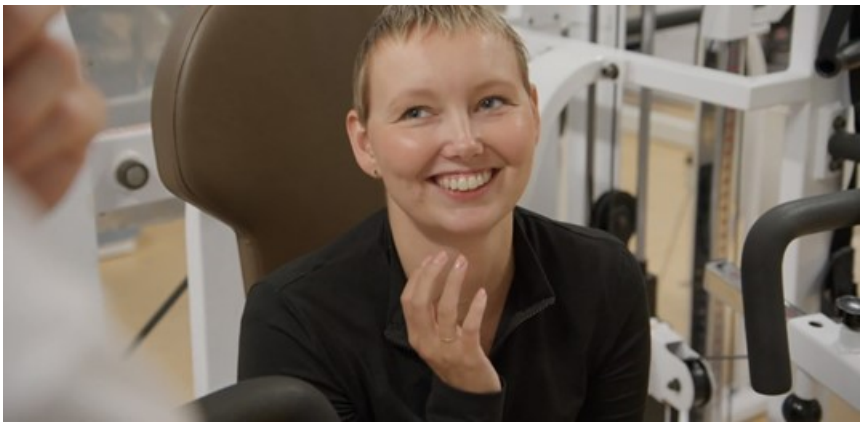
De ouders van Zoë hechten ook veel waarde aan rituelen. In de Indische cultuur is het gebruikelijk om stil te staan bij de 40e dag na het overlijden. Dat gebeurt met een selamatan, een gemeenschappelijke maaltijd. Tim vraagt de ouders Marjo en John hoe het met hen gaat. Ze staan nog maar aan het begin van de rouw, vertellen ze. Marjo geeft als voorbeeld dat het hele huis nog vol spullen van Zoë ligt. Ze kan nog niets weggooien. ‘Zoë is nog bij ons. Het hele huis ademt Zoë uit.’

‘Weet dat je de ander niet los hoeft te laten, maar anders moet leren vasthouden: in je herinneringen.’ Dit is een bekende uitspraak van rouwdeskundige Manu Keirse die hier goed op aansluit. Lees hier meer over op deze pagina over rouw.

Fysiotherapie

Bij Eva slaat de doelgerichte therapie goed aan. De tumoren in haar longen krimpen. ‘Het was kantje boord’, zegt ze, maar nu durft ze wel weer wat maanden vooruit te kijken. Om zo fit mogelijk te blijven doet ze aan fysiotherapie. Een fysiotherapeut is één van de vele zorgverleners die zorgen dat je zo min mogelijk last hebt van je lichamelijke klachten Lees hier meer over fysiotherapie en andere zorgverleners die kunnen helpen.





Hulpmiddelen

Eva vindt het soms wel lastig om het leven leuk te houden. Ze leeft langer dan ze had verwacht, en dus heeft ze eigenlijk al haar doelen bereikt. Ze zorgt nu voor nieuwe doelen of dingen om naar uit te kijken.

Ook heeft ze een scootmobiel die ervoor zorgt dat ze op pad kan gaan. Een scootmobiel gebruiken was een hele stap voor haar omdat ze zo jong is. Maar ze is er nu blij mee. Een ergotherapeut kan je helpen om te kijken welke hulpmiddelen er zijn om dagelijkse dingen te kunnen blijven doen; zowel in huis maar ook buiten. Lees hier meer over hulpmiddelen en de hulp van een ergotherapeut.

Laatste aflevering Over Mijn Lijk seizoen 10

Dit was de laatste aflevering. Wij danken Zoë, Jeffrey, Eva, Maaike, Jegor en hun naasten voor het delen van hun verhaal. Ze hebben ons en hopelijk ook jou geïnspireerd om te genieten van het moment en te focussen op de dingen die echt belangrijk zijn in het leven.

Wil jij ook je verhaal delen? Neem dan contact met ons op door dit formulier in te vullen. We delen graag jouw ervaringsverhaal op Overpalliatievezorg. Lees hier ervaringen van anderen.

Meer afleveringen

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

Podcast Over Mijn Lijk

Nu het tiende seizoen van Over Mijn Lijk ten einde is, komt BNNVARA met een Over Mijn Lijk podcast. In die podcast praat presentator Tim Hofman met (oud-)OML'ers en nabestaanden over verschillende onderwerpen zoals: ouderschap, doodgaan, levenslessen en leven in bonustijd. De zesdelige podcast is vanaf nu wekelijks te luisteren via de gratis NPO-luisterapp en overige podcastplatformen (luister hier op Spotify).