

Ik schat de afstand in. Haal ik het of niet. Nee, niet. 't Is een kwestie van centimeters, maar ik ben verstandig en pak toch maar m'n krukken. Tussen de koelkast en het aanrecht daartegenover balancerend kan ik net bij brood, kaas en boter. Voor de broodplank kruk ik wat naar links, voor een mes weer wat naar rechts, leunend tegen het aanrecht smeer ik mijn boterham en doe 'm in een zakje. Zakje aan de kruk hompel ik naar mijn stoel achter de computer.

HEUP

Wel eens iets gebroken wat het lopen moeilijk maakt? Ik zou het niet direct willen aanbevelen, maar het is een interessante ervaring. Vorige week brak ik mijn heup. Ik ging op de fiets in de regen onderuit en klabats, daar lag ik zo maar midden op de weg. Meteen overviel me het onwezenlijke gevoel dat dit mij overkwam. Anderen vallen, ik niet. Een week van te voren had ik op ongeveer dezelfde plek naar een ongeluk staan kijken waarbij een man uiteindelijk door een ambulance werd afgevoerd. Ik had met de man te doen. Hij zag er zo kwetsbaar uit zoals hij daar lag, opgerold alsof hij sliep, onmachtig om weg te komen, een handjevol mensen bezorgd om hem heen, steeds opkijkend waar de ambulance bleef. Het was het gewone in het ongewone dat een vreemd perspectief gaf. De plotselinge hulpeloosheid tegenover de zelfredzaamheid waarmee hij de dag begon.



MIJMERING

Ook ik werd in de ambulance afgevoerd. 'Ik vrees dat uw heup gebroken is', zei de allervriendelijkste ambulancebroeder opgewekt. 'Misschien is-ie wel gewoon stevig gekneusd', probeerde ik. Hij knikte geruststellend, terwijl hij een infuus met pijnstilling aansloot.

'Welke bejaarde gaat er nou met dit weer op de fiets', reageerde de verpleegafdeling, toen in de avond een 'heupfractuur' werd aangemeld.

Marjolijn Sengers, 5 april 2015