



'Maak eetproblematiek bespreekbaar op scholen'

Randa (41) werd in Nederland geboren als kind van Jordaanse ouders. Voor een paar jaar gingen ze terug naar Jordanië, maar toen Randa drie was, verhuisden ze weer naar Nederland. Niet lang daarna scheidden haar ouders. Zij bleef bij haar moeder. De jaren daarna kwamen er een nieuwe man en drie broertjes. "Dat ging allemaal best goed, totdat mijn moeder me rond mijn tiende verbood om nog met jongens om te gaan. Ook werd van mij verwacht dat ik voor mijn broertjes zorgde en ik het huishouden deed. Na school meteen naar huis. Heel ouderwets. Ik voelde me zo eenzaam. Voor mijn gevoel heb ik van mijn ouders alleen de strenge aspecten van mijn cultuur meegekregen. Dat vind ik heel jammer. Toen ik een jaar of veertien was, begon zich dat te uiten ik een depressie en anorexia. Heel tegenstrijdig; het was een hel, maar ook fijn. Dankzij mijn ondergewicht werd ik eindelijk gezien."

Eindelijk in therapie

Toch wilde haar moeder er niet aan. Een psycholoog vond ze onzin. "In de omgeving waarin ik ben opgegroeid, werd de ziekte niet erkend. Mijn moeder ontkent nog steeds dat ik een eetstoornis had." Tot haar negentiende veranderde er weinig, maar tijdens een langdurig bezoek aan haar tante in Amerika lukte het Randa niet langer om niet te eten. De anorexia sloeg om in boulimia. Terug in Nederland ging ze eindelijk naar de huisarts. Eindelijk in therapie. Dat ze hier nu zit, een fijn gezin heeft en sinds een jaar haar eigen coachingspraktijk in Waddinxveen runt, dankt ze volledig aan haar wilskracht, zegt ze met een stem vervuld van trots.

'Práát erover'

Randa's boodschap? "Haal eetproblematiek uit de taboesfeer. Práát erover. Zorg dat je ook - of eigenlijk juist - jongeren met een niet-westerse migratieachtergrond bereikt, zodat ze erover leren en ontdekken dat het geen zonde is om deze ziekte te hebben. En dat er hulp bestaat. Scholen zijn de uitgelezen plek om het gesprek nu echt eens op gang te brengen. Ik gun niemand wat ik heb meegemaakt, dus wil daar graag aan bijdragen."



Lezersvraag

Vraag// Ingezonden lezersbrief, anoniem

Boos// Ik ben boos. Boos op de dingen die in deze maatschappij normaal zouden zijn. Horen van mijn bloedeigen zusje, die al jaren keihard vecht tegen anorexia, dat er een meisje van haar eigen leeftijd vannacht is overleden. Dat ze de strijd tegen haar demonen heeft verloren, haar eetstoornis te sterk was. Dat maakt mij stil.

Maar boos ben ik op de standaarden, op de modellenbureaus die in de beschrijving van haar Instagram staan. Dat dit meisje, letterlijk doodziek, voor deze modellenbureaus de 'goede' maten zou hebben of misschien nog wel erger; dat ze naar deze doodzieke maten streefde.

En boos ben ik op de mensen die, sinds dat mijn zusje anorexia heeft, haar in winkels en op straat hebben aangesproken met de vraag of ze weleens model heeft gestaan om vervolgens de opmerking te maken dat ze namelijk wel 'de juiste maten' heeft. Begrijp mij niet verkeerd; mijn zusje is prachtig, van binnen én van buiten, ze is een van de mooiste mensen die ik ken.

Maar ik kan er gewoon níét bij hoe iemand, die mede verantwoordelijk is voor de weerspiegeling van uiterlijke schoonheid in onze maatschappij, het lef heeft om 'zieke' maten als standaard te beschouwen. Dat er wordt gedacht aan commerciële doeleinden over de rug van een meisje dat lijdt aan de meest dodelijke psychiatrische ziekte die er is. Want dat is anorexia nervosa, een psychische ziekte met de hoogste kans op vroegtijdig overlijden.

Het uitvallen van haar, de honderd lagen kleding die ze aanheeft, de opnames in klinieken en ziekenhuizen, de krassen op haar lichaam, het dagen in bed liggen, het verdoven van gevoel op iedere denkbare wijze, het doven van de vrolijke lichtjes in haar ogen: dát zien ze niet. En hoewel mijn zusje krachtige stappen vol met lef vooruit zet, huilt mijn hart om het meisje dat vannacht haar gevecht heeft verloren.



Heeft u ook een vraag? Mail hem naar magazine@weet.info en misschien behandelen we uw vraag in het volgende nummer.