



FLEURS GROTE VERBOUWING

VIVA's Fleur viel dertig kilo af, maar ze was nog niet klaar. Een grote verbouwing volgde: een full body lift en een borstlift. In haar columns deelde ze al veel, nu vertelt ze het hele verhaal. 'Ik wilde mooi zijn, de beste versie van mezelf leven.'



'IK ZIE GEEN
NIEUW LIJF. IK
ZIE HET LIJF
DAT IK
ALTIJD AL HEB
GEHAD'

NOOIT LIET IK IEMAND MIJN BUIK AAN- RAKEN; ELKE CONFRONTATIE MET MIJN LILLENDE VLEES WAS ER EEN TE VEEL

→ Toen ik dik was, dacht ik altijd dat er een mooi slank lichaam onder me zat verscholen. Maar nu zie ik dat het precies andersom is. Onder mijn slanke lichaam zit nog steeds een dik iemand verscholen.

UIT DE COLUMN 'SPIEGEL'

Achteraf begon mijn nieuwe lijf toen ik uit eten ging met mijn ex. We zaten voor het eerst tegenover elkaar als goede vrienden. En wat al snel bleek, is dat goede vrienden blijkbaar dingen zeggen die partners nooit zouden durven zeggen. Want hij keek me recht aan en sprak ineens: "Weet je wat ik echt niet begrijp? Dat je niet iets aan je buik en je borsten laat doen." Het waren van die typische klap in je gezicht-woorden. Mijn ex zei eigenlijk dat ik nog steeds niet goed genoeg was. Ondanks dat ik dertig kilo kwijt was, die hij me nota bene heeft zien verliezen. Zolang ik dik ben geweest – en dat is lang – wist ik altijd dat ik mooier kon zijn. Dat ik in feite een mindere versie van mezelf leefde. En nu was ik al drie jaar slank en zei hij eigenlijk dat er niets veranderd was. Ik leefde nog steeds een mindere versie van mezelf. En ik had nog steeds geen mooi lijf. Ik wachtte op het: 'Nee, nee, zo bedoel ik het niet, ik vind je prachtig zoals je bent'-mantra dat mannen altijd paraat hebben na een kritische noot omtrent 's vrouws uiterlijk. Maar dat kwam niet. Sterker nog, hij zei: "Ik

meen het. Je hebt zo hard gewerkt, en het lijf dat je nu hebt, gun ik je niet. Je hóeft hier geen genoeg mee te nemen. Laat je opereren." Ik liet mijn entrecote koud worden. En ik zweeg. Ik wilde heel veel zeggen, maar ik wist niet wat. Wat ik wel wist, is dat hij precies die snaar te pakken had die ik al heel lang niet durfde aan te raken. Natuurlijk had ik vaak gedacht aan een operatie. Maar het kwam nooit zo dichtbij als nu. Van m'n lichaam moet ik het niet hebben, dacht ik altijd toen ik dik was. En nu denk ik dat nog steeds. Die nacht lag ik te woelen, terwijl mijn gedachten steeds meer als tandwielen op elkaar aansloten. Ik zette drie jaar geleden iets in beweging: mijn renovatie. Ik wilde mooi zijn, de beste versie van mezelf leven. Maar door af te vallen was ik nog niet klaar.

's Ochtends ging ik naakt voor de spiegel staan. Mijn lieve ex had gelijk. Hij had heel erg gelijk. Ik hóef hier geen genoeg mee te nemen. 'Dankjewel,' sms'te ik hem. 'Ik ga het doen.'

→ In het schelle licht van de behandelkamer leek mijn buik gehavender dan ooit. Dokter Klepetko duwde zachtjes de slappe huid omhoog. Ze wist het al. "Weet je wat heel mooi zou zijn bij jou? Een full body lift. Dan neem je het hele gebied rondom mee."

UIT DE COLUMN: 'CONSULT'

Ik heb me zelden kwetsbaarder gevoeld dan toen, in de behandelkamer. Nooit liet ik iemand mijn buik aanraken, omdat elke confrontatie met mijn lillende vlees er een te veel was. En nu zat dokter Heike Klepetko eraan, en maar met een reden: ze ging dit voor eens en voor altijd oplossen. Het is eng, zo'n eerste ontmoeting met je arts. Ik had uitgebreide research gedaan en ik wist dat Velthuis kliniek een van de beste van het land was. En dat dokter Klepetko een van de beste plastisch chirurgen van Europa was, met nationale en internationale onderscheidingen om het te bewijzen. Maar ik hoopte toch vooral dat ik haar aardig zou vinden. Want aardige mensen vertrouwen je en dat vertrouwen had ik nodig. Het kille vooroordeel dat ik had over plastisch chirurgen loste direct op in het niets toen ik haar een hand gaf. Ze was lief. "Ik ga je mooi maken," zei ze met haar zangerig Duitse accent. Als er iemand in mijn lijf ging snijden, dan zij. En snijden moest ze: ik kreeg een *full body lift*. Voor het consult wist ik niet eens dat die optie bestond. Ik dacht dat ik een buikwandcorrectie zou krijgen en dat ik dus zou moeten leren leven met een verticaal litteken in het midden van mijn buik en een horizontaal litteken boven mijn bikinilijn. Dat bleek helemaal niet nodig te zijn, als ik maar bereid was een nog fets grotere ingreep te ondergaan. Dokter Klepetko zat nog steeds



Tien minuten voor de full body lift. Dokter Klepetko probeert me gerust te stellen. Want ik lach wel, maar ontspannen ben ik niet.

Ik verwacht een bloederig slagveld te zien, maar zie dit: een keurig litteken rondom mijn lichaam.



Op controle bij Velthuis Kliniek. Dit ben ik tijdens mijn 'planeetweken': rondom helemaal opgezwollen. Lang leve het korset dat ik moest dragen: dan valt het niet zo op.



Daar gaan ze: dokter Klepetko tekent voor mijn tweede en laatste operatie mijn borsten af in geheime chirurgentaal.



Inmiddels heb ik ze zo vaak gezien dat ik echt een band met ze voel: links de altijd vrolijke consulente Natalie Verhulst, rechts Heike Klepetko: wonderdokter.



zachtjes aan mijn buik, trok met haar vinger als scalpel een cirkel rond mijn lichaam. Daar zou mijn litteken komen, veilig verborgen onder elk slipje of bikinibroekje. Het voordeel is, legde ze uit, dat ze meteen het vet dat nog boven mijn billen zat met liposuctie kon weghalen. "Dan zijn de voor- en achterkant prachtig in balans," zei ze. En niemand die op het eerste gezicht kon zien dat ik 'iets had laten doen'. Het klonk perfect. En zelfs nog perfecter toen ze daarna voorstelde wat vet van mijn liposuctie in mijn borsten te spuiten, zodat ik na mijn borstlift niets zou verliezen aan volume. Door deze handige recycling werd mijn verbouwing ook eens dúúrzaam. Over een maand of zes, als de wonden geheeld zijn en de zwelling geslonken, zou ik eindelijk weten hoe een strak lichaam voelt. Hoe het is om over het strand te lopen zonder priemende blikken van anderen te voelen. Blikken die er waarschijnlijk niet eens zijn, maar die toch altijd aanwezig waren. Omdat ze van mijzelf kwamen. Ik heb nog nooit ook maar één positieve gedachte gehad over mijn lichaam. Ik heb überhaupt weinig gedachten gehad over mijn lichaam. Mijn lijf was iets dat ik vooral probeerde te verdringen, zodat ik er niet letterlijk onder gebukt ging. Dat zou nu anders worden. Ik zou opnieuw naar mezelf moeten leren kijken. Wat ging ik zien? Ik had geen idee.

→ Ik pakte de slappe huid nog een keer vast. Een laatste keer. Zonder walging, eindelijk. Met de scalpel in het directe vizier kon ik blijkbaar pas een beetje respect opbrengen voor de buik die mij verder nooit iets misdaan heeft.

UIT DE COLUMN 'OK'

Het was de ochtend van de operatie en ik stond onder de douche. Het was de laatste keer in mijn leven dat ik er zo uit zou zien. Geen enkel woord is toereikend als ik wil beschrijven hoe dat voelde. Contemplatief? Unheimisch? Groots? Dat alles, en meer. Ik was bij mijn moeder, in het huis waar ik ben opgegroeid. Het huis waarin ik mijn lijf heb leren haten en verdringen. Hier zou ik de eerste weken na de ingreep herstellen, en alleen dat al voelde als nog een cirkel die ik rond trok. Mijn moeder had vrij genomen, klaar om al haar goede zorgen over me heen te storten. In de auto op weg naar de kliniek in Rotterdam zeiden we weinig, want we wisten geen van beiden echt wat me te wachten stond. Ja, ik had vertrouwen in de dokter, misschien meer nog dan in mijn eigen lichaam. Hoe zou ik reageren op zo'n grote ingreep? Wat weet je nou eigenlijk van je eigen lichaam? Toch drukte ik alle sluimerende horrorscenario's (weigerende organen, plots blootgelegde tumoren, dat ze me per ongeluk een facelift gaven) snel weg. >

'WAT IS DIE LIJN DAAR, IN HET MIDDEN?' VROEG IK. 'DAT ZIJN NOU JE BUIKSPIEREN,' LACHTTE DE VERPLEEGSTER

KLEINE TEGENVALLER: IK MOEST AL SNEL WEER AFSCHEID NEMEN VAN MIJN STRAKKE BUIK

◀ Het had geen zin: ik kon niets anders doen dan me overgeven.

Wat hielp, is dat ik in de kliniek heel warm en vrolijk onthaald werd. Ik mocht in de wachtkamer gaan zitten en de ene na de andere consulente kwam me even succes wensen. Allemaal zeiden ze iets wat erop neerkwam dat alles goed zou komen en dat ze goed voor me gingen zorgen. Nog geen half uur later lag ik op een bed in de felle operatielampen te staren. Met zo'n raar mutsje op en met een onleesbare landkaart op mijn buik die dokter Klepetko gelukkig wel begreep. Het enige wat ik nog hoefde te doen, was in slaap vallen en weer wakker worden. Moet lukken, dacht ik terwijl het langzaam zwart werd voor mijn ogen.

→ Als een ober met een cloche tilt ze plechtig de deken omhoog. En dan zie ik boven het verband iets dat nooit van mij kan zijn. Die buik. Strakker dan ik ooit had kunnen denken. Die taille. Smaller dan ik ooit had kunnen denken. "Jezus," zeg ik. "Ja, lieverd," zegt de verpleegster. "Dat ben jij nu." UIT DE COLUMN 'KREUKELS'

Dat moment. Dat allesbepalende moment dat ik voor het eerst mijn nieuwe buik zag. Ik verwachtte een beurs slagveld en veel bloederig verband. Wat ik niet verwachtte, is wat ik nu zag: keurige wondpleisters over een perfecte snee, rondom mijn hele lichaam.

Zonder bloed, zonder blauwe plekken. En dan die buik. Hij voelde nog strakker dan dat hij eruitzag, met die prachtige nieuwe navel. "Wat is die lijn daar, in het midden?" vroeg ik nog. "Dat zijn nou je buikspieren," lachte de verpleegster. Buikspieren. Dat één je niet. En mijn lichaam bleek de operatie perfect te hebben doorstaan: nog een reden om alleen maar blij te zijn, dwars door alle pijn-dempende opiaten heen. Want pijn, ja, dat had ik wel. Ik was weliswaar niet beurs van buiten, maar vanbinnen des te meer. Ik moest helen. Rust houden. Dag en nacht een flexibel korset dragen, zes weken lang. Gelukkig nam ook mijn moeder haar taak als verpleegster serieus. Op haar bank lag ik dagenlang ostentatief rust te houden. Met moeite, want ik voelde me eigenlijk prima. Zolang ik niet hard lachte of hoestte, viel de pijn ontzettend mee, ook met dank aan die fijne oxycontin die ik meekreeg. Na tien dagen was alle pijn zelfs weg. Wat niet meeviel, is dat ik al snel weer afscheid kon nemen van mijn strakke buik. Dokter Klepetko had me al gewaarschuwd: je gaat flink opzwellen door wondvocht en het duurt zes maanden tot wel een jaar voordat je buik het definitieve resultaat heeft. Ze had geen woord te veel gezegd: ik zwol op tot planeetachtige proporties. Maar elke keer als ik weer naar Rotterdam ging voor controle, suste ze me: "Komt goed. Geduld. Het ziet er prachtig uit." Ik herstelde zo goed en snel, dat ik niet kon wachten tot

mijn volgende ingreep: mijn borsten. Dat stelt volgens dokter Klepetko niets voor in vergelijking met een full body lift: de napijn is nihil, en ondanks dat je een maand absoluut niet mag tillen, kun je na een week weer aan het werk. Ik telde de dagen af.

→ Deze keer voelt het alsof ik naar een pretpark ga. Bij Velthuis kliniek ligt de beste attractie ooit te wachten: mijn nieuwe borsten. UIT DE COLUMN 'AFSCHEID'

Ze zijn nog mooier dan die van Carice van Houten. Dat was het eerste dat ik dacht. Ik snapte niet hoe dokter Klepetko dit voor elkaar heeft gekregen. Ik kwam binnen met borsten als overrijpe peren en ik ging diezelfde dag nog weg met twee blozende appels. Een wonder, en niets minder dan dat. Ik voelde geen pijn, ik voelde alleen maar euforie. De borsten die ik altijd had gewild, bleken al die tijd anderhalf uur narcose van me verwijderd te zijn. En niet alleen ik was euforisch. "O Fleur, wat zijn ze mooi. Ik ben zo blij voor je," zei mijn zusje terwijl de tranen over haar wangen liepen. Mijn vriend hilde ook toen ik mijn verplichte sportbeha omhoogtrok. En toen ging het na twee weken toch nog mis. Mijn borsten werden steeds groter, ze gloeiden zelfs. Bij Velthuis kliniek geloven ze gelukkig in nazorg, dus ik kon diezelfde dag nog terecht. Het vonnis: ontstoken. Dat

lichaam dat me zo goed had bijgestaan tijdens mijn eerste operatie, bleek nu ineens zeldzaam veel wondvocht aan te maken. Ik kreeg van dokter Klepetko zelfs de twijfelachtige eer voor 'patiënt met het meeste wondvocht ooit.' Maar het zou met antibiotica goed komen, echt, verzekerde ze me. Dat kwam het ook, al kan het nog maanden duren voor mijn borsten weer in hun oude appel-staat hersteld zijn. Door de ontsteking en de antibiotica is het weefsel samengetrokken: er zitten nu nog harde plekken in en ze zijn op sommige plaatsen zelfs gedeukt. "Geduld," zei dokter Klepetko weer. "Ik laat je niet gaan voordat alles perfect is." Maar het rare is: ik voel me al perfect. Het is zes maanden geleden dat ik voor het eerst onder het mes ging. Als ik nu naakt voor de spiegel sta, gebeurt er iets waarover ik me elke keer weer verbaas. Ik zie namelijk geen nieuw lijf. Ik zie het lijf dat ik eigenlijk altijd al heb gehad. Het zat verscholen toen ik dik was en het zat verscholen toen ik slank was. Maar het zat er al die tijd en eindelijk is het van mij. Wat rest, zijn de dia's uit een vorig leven. Al die keren dat ik stiekem huilde in bed of walgend voor de spiegel stond, al die keren dat ik mijn lichaam haatte, verdrong, misbruikte of negeerde: het zijn alleen nog dia's. Ze buitelen om elkaar heen, vliegen een voor een geordend in een la in mijn geheugen. En ik schuif hem nu dicht. Voor altijd. •

WWW.VELTHUISKLINIEK.NL



**ZE ZIJN NOG MOOIER DAN
DIE VAN CARICE! HOE HEEFT
DOKTER KLEPETKO DIT VOOR
ELKAAR GEKREGEN?**