

NIET KWAN
NIET TROGEN
WATER

VAN EEN PLENSBUI KRIJGT ZE SCHAAFWONDEN EN SPONTAAN
EEN POTJE SPEEKSEL UITWISSELEN MET HAAR VRIEND
ZIT ER OOK NIET IN. VEERLE (23) IS ALLERGISCH VOOR VOCHT.

TEKST JORIEKE VAN NOORLOOS



“DE ANGST DAT HET GAAT REGENEN ALS IK BUITEN

ben, is er altijd. Ik ben er niet superbang voor, maar het zit wel in mijn hoofd. Zeker als het de hele week shitweer is en ik mijn paraplu of regenpak ben vergeten. Of als het begint te miezeren en ik van mijn werk – ik ben kunstdocent op een middelbare school – naar huis moet fietsen. Dan móét ik toch een keer gaan. Vroeger voelde mijn huid na een regenbui alsof ze een beetje verbrand was door de zon. Na een kwartier zakte de pijn dan weer. Nu is het te vergelijken met een glas hete thee die over me heen wordt gegoten. Ik moet er dagen van herstellen. De reden? Ik ben allergisch voor water.

'Ik douch nog, maar één keer per maand en ben daar al snel een hele dag zoet mee'

Als baby had ik al last van huidproblemen. Wanneer mijn ouders me in bad deden, werd mijn vel heel erg droog. Zij hadden het idee dat ik niet goed tegen zeep kon. Toen ik op zwemles ging, dacht ik dat iedereen het water pijnlijk vond. Ik wist niet dat het niet normaal was. In de puberteit gingen mijn klasgenoten ineens vaker douchen, ik denk misschien vanwege puberzweet, waar je je dan heel bewust van bent. Maar ik begreep er niets van. Waren ze gek geworden?! Vanaf mijn twaalfde werd mijn huid steeds gevoeliger. Zwemmen en regelmatig douchen lukte niet meer. Samen met mijn ouders ging ik ziekenhuis in, ziekenhuis uit, maar artsen vonden niets. Het enige advies dat ze gaven, was dat ik – als water zo'n pijn deed – maar minder vaak moest gaan zwemmen of onder de douche moest springen. Het was gekmakend dat er geen oorzaak werd gevonden.

Op mijn achttiende stuitte mijn moeder na lang googelen op de term 'aquagenic urticaria' ofwel waterallergie. Alles viel op z'n plek. Ik heb last van regen, van lichaamsvocht van mezelf of van iemand anders – als ik mijn vriend knuffel, moet ik een shirt aan met lange mouwen, anders krijg ik uitslag van zijn zweet. Sinds kort zorgt een kopje thee voor tintelingen in mijn mond en een opgezwollen keel. Echt, alle vormen van water brengen een reactie teweeg. Handen wassen is ook vreselijk, want dan krijg ik jeukende wondjes die kunnen gaan ontsteken.

Welke uitslag ik krijg, is afhankelijk van hoelang mijn huid in aanraking is geweest met vocht. Langer dan een paar

minuten – bijvoorbeeld omdat ik door de regen heb gefiets? Dan komen er knalrode plekken op mijn handen. Er ontstaan rode bulten die een soort open schaafwonden worden. Ze verergeren als kleding erlangs heeft geschuurd, kunnen gaan ontsteken en zorgen voor onderhuidse vochtbultjes. Soms duurt het weken voordat mijn huid weer is hersteld. Die plekken kunnen ontzettend pijn doen, maar het jeukt vooral. Het beste is er om ervan af te blijven, anders wordt het alleen maar erger, maar dat lukt niet altijd. Bijna elke dag smeer ik me in met speciale zalf en slik ik één tot vijf antihistaminepillen (antiallergietablet, red.), afhankelijk van hoe ik me voel. Je wordt daar suf van. Niet ideaal, maar het moet maar.

Ik heb nooit officieel van een dokter gehoord dat ik een waterallergie heb. Wereldwijd hebben er zo'n 35 mensen last van. In Nederland wordt de aandoening nog niet erkend, in het buitenland wel. Frustrerend, maar ik leg me er voor nu bij neer. Dat ik weet dat ik het heb, is voldoende. Omdat er allerlei allergietesten bij me zijn gedaan, ben ik er ook achter gekomen dat ik niet goed tegen dieren kan en tegen schuimmiddel in zeep. De waterallergie lijkt iets erfelijks te zijn, want mijn twee zusjes hebben er ook last van. Zij krijgen een pijnlijke, rode huid als ze in contact zijn geweest met water. Maar wel minder erg dan ik.

#REALITY

IK HEB EEN WATERALLERGIE

Vroeger douchte ik meerdere keren per week en daar moest ik elke keer zo'n twee uur van bijkomen. Inmiddels doe ik dat nog maar één keer per maand. Soms vaker, als ik me vies voel. Maar dat probeer ik eerst op te lossen met deo of door me schoon te deppen met een handdoek. Als ik wel ga douchen, gaat er een hele planning aan vooraf. Ik doe het meestal in het weekend, omdat ik er al snel een dag zoet mee ben. Twaalf uur voor mijn douchebeurt slik ik de eerste antihistaminepil en vier uur later weer twee. Een uur voordat ik douch smeer ik me in met een zalf die een soort barrière vormt tussen mijn huid en het water. Vlak voordat ik eronder spring, breng ik nog een laagje aan. Ze moet goed intrekken, dus ik kan dan geen kleren aan. Vervolgens stap ik onder de douche. Maximaal drie minuten. In die tijd moet ik ook mijn haar wassen, wat niet altijd lukt. Daardoor loopt het soms uit. Pijnlijk, maar het is nu eenmaal zo. Het water is niet warm, zo'n 32 graden, en het scheelt dat de waterdruk constant is. Daardoor is mijn pijn ook 'constant'. Halverwege krijg ik enorme jeuk, maar die probeer ik te negeren. Als ik wél krab, gaat mijn huid eraan. Na het douchen droog ik me af met een zachte handdoek en kan ik twee uur lang niks en moet ik eerst bijkomen met een serie of boek. Na twee dagen neemt de pijn af, ontstekingen blijven soms weken zitten. Ik heb gisteren toevallig gedoucht en mijn rug trekt nog steeds. Alsof iemand 'prikkeldraad' bij me heeft gedaan, wat je vroeger als kind deed. Mijn huid is nu enorm droog en dat moet ik uitzitten. Ik kan er moeilijk vochtinbrengende crème op smeren, haha.

'Van een kopje thee krijg ik tintelingen in mijn mond en een opgezwollen keel'

Soms baal ik er echt van. Vooral als ik anderen dingen zie doen die mij ook leuk lijken. 's Ochtends wakker worden en niet meteen hoeven checken hoe het weer is. Naar buiten gaan en anderhalf uur door de duinen fietsen. Spontaan zoenen met mijn vriend, gewoon omdat ik er zin in heb. Geen extra pijn als ik ongesteld ben, want ook daar komt vocht bij vrij. Eindelijk een keer surfen, dat wil ik zo graag. Deze kwaal kost me veel tijd en het wordt alleen maar erger.

Vooral frustrerend is dat bijna niemand me gelooft. Op de middelbare school was dat lastig. Ik weet nog dat er in de winter sneeuwbalgevechten werden gehouden. Ik kwam op de fiets aan en vroeg of ze alsjeblieft niets naar me wilden gooien, vanwege mijn allergie. De jongens moesten daar om lachen en bekogelden me alsnog.

In het buitenland kan ik lichttherapie doen. Dan ervaar ik de pijn nog wel, maar krijg ik geen uitslag meer. Dat zou top zijn. Ik durf het alleen nog niet aan, omdat de langetermijneffecten nog niet bekend zijn. Naar het buitenland verhuizen is ook nog een optie. In Italië, Frankrijk en Zuid-Duitsland merk ik dat ik er minder last van heb. Daar zit minder vocht in de lucht, denk ik. Zwanger raken zorgt er misschien ook voor dat ik minder klachten heb. Je hormoonhuishouding is dan anders. Ik moet dan wel stoppen met mijn medicatie, en dat vind ik eng. Gelukkig is het nog lang niet zover.

Veel mensen denken dat ik een verschrikkelijk leven heb, maar het tegendeel is waar. Ik geniet zelfs extra. Doordat ik dit heb, ben ik me er bewust van dat het leven ook anders kan lopen. Als ik de kans krijg iets leuks te doen, dan doe ik dat. Ik weet niet hoe het over vijf jaar gaat. Maar ik ben niet mijn allergie. Ik heb er moeite mee als anderen me wel zo zien. Ik ben gewoon Veerle en doe waar ik zin in heb. En ooit ga ik surfen." ●