

# ‘Een dwarslaesie is zwaar, een tweeling niet’

Vaders over dat speciale gevoel voor hun kinderen. Niek van den Adel (33) raakte verlamd, werd verliefd op zijn therapeute en kreeg een tweeling.

**In 2010 kreeg Niek een motorongeluk waarbij hij een dwarslaesie opliep en voor negentig procent verlamd raakte. Tijdens zijn revalidatie kreeg hij een relatie met zijn ergo-therapeute Kim. In maart dit jaar werd hun tweeling Puck en Josefien geboren.**

#### Jij hoeft vast geen luiers te verschonen...

‘Jawel, hoor. We wonen in een aangepast huis, dus er staat een commode waar ik bij kan. Maar ik heb geen balans in mijn romp, val snel voorover, waardoor ik bij het verschonen op mijn ellebogen moet steunen. Ik zit er dus letterlijk met mijn neus bovenop. En dat is, nu de dames een half jaar oud zijn en echte hapjes krijgen, een hele ervaring. Wat een keutels! Tjonge jonge. Dat hebben ze van hun vader, hoor. Maar ik ben zó blij dat ik dit nog kan. Ook de box is aangepast; ik kon er met mijn rolstoel onder rijden en ze ’s avonds een flesje geven. Dat was het meest fantastische moment van de dag, want zo kon Kim lekker doorslapen. Afgelopen week waren we op vakantie in Zeeland. Ik

kreeg na twee dagen blaasontsteking, pieste ’s nachts tien keer in mijn bed. Slopend. We besloten naar huis te gaan. Kim moest alles weer inpakken. Met een tweeling en een rolstoel is dat een hoop. Ik zat doodziek achter het stuur, terwijl Kim jankend de auto inlaadde. Vreselijk moment. Er liepen mannen voorbij en ik zag ze denken: wat ben jij een rotzak dat je haar dit laat doen. Het is mijn realiteit. Gelukkig krijgen we veel hulp. Kim werkt drie dagen en dan gaan de meiden naar een gastoudergezin. En mijn schoonmoeder is er veel. Een dwarslaesie is zwaar. De pijn is zwaar. Maar die twee heerlijke, krijgende mormels niet.’

#### Wat was geluk voor jou vóór het ongeluk?

‘Een zoektocht. Ik wilde een vriendin en dat lukte niet. Ik vond mezelf te dik, was niet tevreden over mijn werk. Ik zocht mijn geluk in duiken, bungeejumpen, motorrijden. Het gaf me het gevoel dat ik leefde. Voor de rest was het klote. Vlak voor het ongeluk was ik al van baan veranderd: van een dure consultant uit →





## ‘Zonder het ongeluk was ik Kim niet tegengekomen en had ik geen tweeling’

Amsterdam-Zuid naar bedrijfsleider van een horecagelegenheid in de provincie. Elke dag op de motor erheen. Tot ik elke dag té lang werkte en met alcohol op doodmoe op dat apparaat stapte.’

**Dat was op 17 juli 2010. Door het ongeluk raakte je verlamd en daarna werd je verliefd op je ergo-therapeute!** ‘Ze is mijn redding geweest, letterlijk. Toen ik haar zag, wist ik het: zij is het. Ze was het antwoord waar ik al die tijd naar op zoek was geweest. Ik moest na onze ontmoeting veel operaties ondergaan, want er was een complicatie in mijn nek. Ik had vreselijke pijn. Maar als zij erbij was, maakte ik zoveel endorfine vrij dat ik die pijn minder voelde. Alles wat ik nu doe, kan door haar. Ik kom straks thuis en dan zegt iemand tegen me dat ik mooi ben, dat ik lief ben. En dat ik er mag zijn.’

**Kim ziet ellende genoeg op haar werk. Is ze een engel?** ‘Dat zeg je mooi. Omdat ze er elke dag mee te maken heeft, ziet ze de rolstoel niet; ze ziet vooral de mensen achter het verdriet en de pijn. We spraken al snel over de zin van het leven en over relaties. Zulke gesprekken had ik nog nooit met vrouwen gehad. Kim keek door die dwarslaesie heen en dat is zeker engelwaardig.’

**Wanneer wisten jullie: we willen kinderen?** ‘Na de eerste zoen! Drie maanden later woonden we samen en zijn er vrijwel meteen aan begonnen. Kim wist dat het even kon duren met een man met een dwarslaesie. Er is een techniek ontwikkeld - echt een verschrikkelijke - om uit iemand als ik levensvatbare zaadcellen te halen; deze hebben ze door middel van

- 1 Handig: Niek kan onder de box door rijden.
- 2 Niek heeft ook een hulphond, zijn naam is Joep.
- 3 Samen met Peter Smolders schreef Niek zijn autobiografie *Crash*. Bestellen kan via [niekvandenadel.nl](http://niekvandenadel.nl).
- 4 Puck en Josefien, daarom leeft Niek nu zo gelukkig mogelijk - en Kim natuurlijk!

ICSI bij Kim ingebracht. Natuurlijk lukte het niet meteen. Het werd een obsessie. Vrienden trouwden en raakten zwanger; wij raakten het vertrouwen kwijt. Kim voelde zich mislukt als vrouw. Maar door veel praten hebben we het gered. Daar zijn we goed in. Na tien pogingen en een miskraam was het eindelijk raak en na een echo in de twintigste week wisten we dat het goed zat en we een tweeling kregen. Er viel zó veel van ons af. Eindelijk kon Kim pronken met haar buik. Na vier jaar onzekerheid waren er maanden vol blijdschap. Alles lukte ineens. We waren zwanger, ik had geen operaties nodig en ging lezingen geven over hoe we de zorg in Nederland kunnen verbeteren en dat ontplofte. We konden een huis kopen.’

**Hoe heb je de bevalling en de dagen erna ervaren?** ‘De tweeling werd gehaald met een keizersnee. Ik was helemaal ingepakt in een steriele ziekenhuisruimte, ook mijn schoenen, waar ik nooit mee op de grond sta. Maar de banden van mijn rolstoel dan weer niet, haha. Josefien kwam als eerste; hartstikke rustig. Daarna Puck; schreeuwend. Het was precies zoals Kim in haar buik had gevoeld. Ik knipte de navelstrengen door en was zo trots dat het ons was gelukt en gegeven. Op eens was ik papa. Maar die eerste week was beslist geen roze wolk, het was terreur! We kwamen allebei met een buikgriep thuis. Een dwarslaesie én buikgriep is de meest smerige combinatie die er is. Kim, die nota bene een buikoperatie had gehad, was de eerste nacht bezig mijn billen te wassen. Moesten we terug naar het ziekenhuis. Toen voelde ik me zo nutteloos. Ik wilde haar niet belasten, juist helpen en kon dat niet. Een dieptepunt. Pas daarna kwam die roze wolk.’

**Hoe vul jij het vaderschap in?** ‘Natuurlijk baal ik dat ik straks niet met ze kan ravotten en voetballen; maar mijn vrienden zeiden vroeger al: “Voetballen kun je niet.” Eigenlijk ben ik niet bezig met wat ik niet kan. Als ik een keer denk: shit, dat kan ik niet, dan zeg ik dat. Vaak werkt dat. De dingen die wel lukken, zoals flesjes geven, zijn echt cadeautjes. Ik knuffel vaak met ze, praat veel tegen ze. Ik wil ze een veilig gevoel geven en hoop dat ze durven zijn wie ze willen zijn. En dat ze de wereld mooier maken dan die is, want dat kunnen Kim en ik niet alleen.’

**Verwijt je jezelf iets?** ‘Ik heb één keer tegen mijn vader op de IC gezegd: “Sorry pap dat ik met drank op ging rijden.” Hij zei: “Daar gaan we het nooit meer over hebben.” Het heeft ook geen zin, het is gebeurd. En als ik die avond was gaan lopen, was ik Kim nooit tegengekomen en had ik nu geen tweeling gehad.’

**Je was er bijna niet meer geweest. Ben je bang voor de dood?** ‘Nee. Als het morgen gebeurt, gebeurt het. Tot en met vandaag heb ik de keuzes gemaakt die ik wilde maken. Ik lag na het ongeluk drie uur op het asfalt en mocht spieken aan de andere kant. Ik wist: als ik ga slapen, is het voorbij. Ik bleef knokken, ook al was de dood een aanlokkelijk mooi iets op dat moment. Ik koos bewust voor het leven. Ik slik 37 pillen per dag tegen de pijn en weet dat ik daardoor minstens vijftien levensjaren verlies. Daarom leef ik nu zo gelukkig mogelijk. Ik heb geen angst meer voor de dood, maar wil mijn kinderen wel graag zo lang mogelijk meemaken natuurlijk.’ ♦