

Fobie

Een traumatische fobie...Daarbij denk je meestal aan mensen die zijn blootgesteld aan iets heel akeligs. Niet aan een hond en zeker niet aan een goed gefokte, goed gesocialiseerde Flatcoat. Toch overkwam het onze lieve, vrolijke Jenna toen ze twee jaar oud was.

Frans huis

We hadden net ons Franse huis gekocht en gingen er een paar dagen heen om het schoon te maken. We hadden alleen een tuintafel en twee stoelen, luchtbedden, slaapzakken en ligbedjes voor Tasa, Britt en Jenna mee. Wij sliepen boven op een van de slaapkamers, de honden sliepen gedrieën in de koele keuken. Het was de zomer van de 'Canicule', de ongekende hittegolf met temperaturen van 45 graden waarbij honderden Franse bejaarden het leven hebben gelaten.

Op de derde nacht sloeg het weer om en begon het te onweren. Het was een onweer zoals je dat alleen ziet in dramatische Amerikaanse films en dat ik dat pas één keer eerder – in Amerika - had meegemaakt: onafgebroken lichtflitsen en onafgebroken enorme donderslagen, gepaard met zo'n slagregen dat het leek alsof er allemaal badkuipen tegelijk werden omgekieperd.

Beveiligd

Ik maakte me geen zorgen. Ons huis stond al meer dan drie en een halve eeuw op de heuvel en was beveiligd tegen blikseminslag. Onze honden sliepen altijd dwars door alle onweersbuien heen zonder zelfs maar een oog te openen. Ik overwoog om even beneden te gaan kijken, maar bedacht dat ik ze dan alleen wakker zou maken en dat ze dan juist ongerust zouden kunnen worden. Ik luisterde een tijdje of ik niet iets ongebruikelijks, zoals gejang of gekrab aan de deur, hoorde, maar ving niets op. Tevreden draaide ik me vervolgens om: heerlijk toch om zo lekker droog te liggen terwijl het buiten tekeer ging.

Toen ik 's ochtends beneden kwam zat Jenna licht hijgend achter de keukendeur. Ze had een vreemde blik in haar ogen, alsof ze een beetje van de wereld was. Ze begroette me ook nauwelijks. Ik constateerde dat het onweer in het lege, voor haar nog vreemde huis toch indruk had gemaakt ondanks het gezelschap van de – onaangedane - oudere honden, maar besteedde er niet te veel aandacht aan en deed zo gewoon mogelijk. Jenna deed al gauw weer normaal, liep zoals gebruikelijk vrolijk te rennen tijdens de wandelingen en at haar bakje met smaak leeg. Er leek weinig aan de hand.

Hartverscheurend

Totdat we de zomer daarop - en de nodige Nederlandse onweersbuien later - weer in ons Franse huis waren en het 's nachts ging onweren. Al bij het eerste vage gerommel in de verte hoorde ik een hond de trap opkomen. Er volgde een harde bonk tegen de deur en een hartverscheurend gejang, gekerm en gepiep. Ik deed de slaapkamerdeur open. Jenna stortte zich, compleet panisch, heftig hijgend en trillend de kamer in en sprong op ons bed. Ik probeerde haar tussen Bram en mij af te laten liggen, maar ze was compleet onhandelbaar. In paniek probeerde ze zich door het bed heen te graven en op ons hoofd te klimmen. Ze wist van angst niet waar ze het zoeken moest. Ze probeerde in de hoek van de kamer een gat te graven om in te kruipen, probeerde onder een kast te kruipen, probeerde in een kratje dat ergens stond te kruipen, probeerde in mij te kruipen. Om te voorkomen dat ze met haar harde nagels ons en het halve huis zou ruïneren, nam ik haar mee naar beneden, deed haar aan de lijn, nam haar in de houdgreep en dwong haar met barse stem om stil te blijven zitten. Dat hielp redelijk. Ze kon ook niet veel anders.

Op schoot

Het bleek ook de beste basis voor de eerste vijf jaar om het probleem het hoofd te bieden. Aangezien het niet mogelijk was in ons huis om een geluidsdichte ruimte te creëren en zowel speltherapie als gewenningstherapie met een CD niet werkte – ze wist perfect het verschil tussen echt en niet echt – leerde ik haar stil tegen mij aan te komen liggen. Helaas kon alleen ik haar zo voldoende veiligheid bieden om het onweer te doorstaan. Zonder mij bleef ze maar paniekerig rondrentelen, probeerde ze overal gaten te graven en keerde ze alles ondersteboven. Nu kwam ze, zodra ze gerommel hoorde, naar me toe en klom op schoot. Een keer nam ze bij de eerste donderslag van schrik een sprong van twee meter rechtstreeks in mijn armen. In de loop der jaren heb ik 's zomers de nodige uren lezend doorgebracht met Jenna op schoot, terwijl ik keihard muziek aan had zodat ze het gerommel minder zou horen; of 's nachts liggend op de bank, half slapend met haar in mijn armen, terwijl ik kussentjes over haar oren en ogen hield zodat ze zo min mogelijk zou zien en horen.

Vliegroute

Tot ze een jaar of zeven was, werkte dit goed. Jenna's fobie beperkte zich tot Frankrijk en tot de duur van de onweersbui. Daarbuiten gedroeg ze zich normaal. De echte problemen begonnen toen de vakantievliegroute Parijs- Barcelona werd verlegd en vliegtuigen heel hoog boven in de lucht over ons huis vlogen. Het veroorzaakte een nauwelijks hoorbaar, rommelend geluid dat precies leek op onweer in de verre verte. Helaas hoorde Jenna het onderscheid onvoldoende. Ze liep buiten voortdurend ongerust te luisteren, durfde nauwelijks meer buiten in de tuin te komen liggen en trok zich steeds meer terug in huis. We overwogen om haar niet meer mee naar Frankrijk te nemen, maar vonden dat om uiteenlopende redenen toch niet zo'n goed idee. Met een licht kalmerend middel – Zylkène - dat ik veilig zonder bijwerkingen langere tijd kon geven, wisten we haar weer naar tevredenheid te stabiliseren.

Generaliseren

In de laatste twee jaar van haar leven begon Jenna echter om onduidelijke redenen ineens te generaliseren. Ze werd nu ineens ook in Nederland bang voor onweer. Maar erger was dat ze alles wat een eventuele naderende onweersbui kon aankondigen – donkere wolken voor de zon, plotseling opstekende wind, een raam dat ineens dicht werd gedaan – opvatte als een teken dat het zou gaan onweren. Waren haar angstaanvallen daarvoor beperkt tot een paar onweersbuien in de zomer, nu werd ze ineens bij van alles fobisch. Haar kwaliteit van leven – en ook de mijne - dreigde er ernstig door te worden aangetast. Het was intens verdrietig om haar zo te zien. Ik had inmiddels mijn postgraduaat studie Toegepast Diergedrag voltooid en daardoor ook een internationaal erkend diploma als klinisch gedragstherapeut. Ik wist precies wat Jenna nodig had: alprazolam. Mijn dierenarts had toen nog niet gehoord van deze kort- en snelwerkende angstremmer die niet als diergeneesmiddel stond geregistreerd, maar werkte gelukkig mee. Jenna werd als klant/patiënt ingeschreven bij mijn eigen apotheek en dankzij veel goede en genuanceerde colleges over de werking van psychofarmaca kon ik haar zelf optimaal en veilig gedoseerd – het middel heeft bijwerkingen en is verslavend - behandelen. Ik ben behoorlijk huiverig voor het gebruik van psychofarmaca bij dieren, maar ik weet zeker dat Jenna zonder dit veranderd zou zijn in een permanent doodsbang wrak. En dat is het laatste dat je wilt. Met de hulp van de noodzakelijke pilletjes heb ik haar tot haar dood toe van het leven kunnen laten genieten.

Elia Hattinga van 't Sant