

interview  
Joyca  
Kuijpers

“Alles wat gezond was,  
lustte ik niet”

Vanwege CF was ook voor Joyca Kuijpers (rechts) het advies om gemiddeld meer te eten dan haar leeftijdsgenoten. Er was echter een groot probleem: ze vond bijna niets lekker en weigerde daarom regelmatig het eten dat ze van haar ouders opgediend kreeg. Het leidde tot ruzies aan tafel, waar Joyca soms een uur moest blijven zitten om haar eten alsnog te verorberen. Jaren later eet ze nog altijd niet alles, maar ze werkt aan een oplossing. Op de volgende twee pagina's doet Joyca haar verhaal. “Een avocado vind ik nu opeens lekker.”

Wat de CF-diëtist en haar ouders ook zeiden, jarenlang weigerde Joyca Kuijpers (34) allerlei dingen te eten. Brood, groente en fruit of een bord pasta: ze lustte het niet. Waar altijd werd gedacht aan pure onwil en aanstellerig gedrag, blijkt het een eetstoornis te zijn waar Joyca nu al maanden voor in therapie is. Het helpt haar om meer te durven en kunnen eten. “De angst om nieuwe dingen te eten is helemaal weg.”

**Tekst** Alex Devilee

**Fotografie** Lieke Vermeulen

### STUKJE KOMKOMMER

Wie Joyca zonder te vragen een bord met eten voorschotel, moet niet vreemd opkijken als ze er geen hap van neemt. Met name als ze het nog nooit heeft gegeten. Bijna haar hele leven waagt Joyca zich namelijk niet aan het eten van onbekende dingen. De angst dat ze het niet lekker vindt, houdt haar tegen. “Ik zeg snel nee omdat ik niet goed kan inschatten of ik iets lust. Dat heeft met de structuur van het voedsel te maken. Uienpoeder gaat bijvoorbeeld wel, maar een beetje ui door mijn eten niet.”

Een stukje komkommer kan al teveel zijn. “Tot voor kort kreeg ik daarbij een halve paniekaanval. Zodra ik erin beet, blokkeerde ik. Dan lukte het niet om het uit te spugen of door te slikken en moest ik huilen en kokhalzen. Het was alsof mijn lichaam zei dat een stukje komkommer compleet foute boel was en er meteen vanaf wilde.”

Panikeren bij het eten van een stukje komkommer; het zal menig wenkbrauw doen fronsen. “Probeer maar eens uit te leggen waarom dat gebeurt en waarom je weinig lust”, zegt Joyca erover. “Daarom ontweek ik eten bij anderen. Dan zei ik dat ik moe was of geen honger had en soms at ik thuis alsnog. Dat heb ik heel lang volgehouden. Ik vond



## “Een verrassingsmenu is mijn grootste nachtmerrie”

dat ik me aanstelde en dat vind ik nu nog steeds als ik ergens ga eten en mensen rekening met me houden. Maar ik ben er wel open over, ook op mijn werk. Daar maken we er grapjes over. Het is beter om het uit te leggen, net als bij CF. Anders wordt het juist een ding. Nu hebben mensen het idee dat het oké is om vragen te stellen. Dat is beter dan dat ze dingen zelf gaan opzoeken en invullen en een verkeerd beeld krijgen.”

### RUZIE AAN TAFEL

Als klein meisje lukte het Joyca vanzelfsprekend nog niet om aan haar ouders te vertellen wat ze voelde. Die hadden net als Joyca destijds nog geen idee dat het om een eetstoornis ging en zagen het weigeren van eten als onwil en aanstellerig gedrag. Bovendien wil-

den ze dat Joyca vanwege CF genoeg zou eten. “Ik moest veel eten, want ik was best wel mager en had moeite om op gewicht te blijven. Maar ik lustte nauwelijks iets, wat het allemaal niet makkelijker maakte. Omdat mijn vader daar niet echt rekening mee hield en ik me gedwongen voelde om te eten wat hij maakte, ging eten mij steeds meer tegenstaan. Ik nam het gewoon niet. Dat leidde tot ruzies aan tafel en soms lieten ze me daar een uur zitten.”

Gesprekken met de diëtist hielpen ook niet om Joyca meer te laten eten. “Meestal wordt gevraagd wat je eet op een dag. Dat was al niet veel, en altijd kreeg ik de opmerking dat ik meer groente en fruit moest eten. Dat frustreerde mij als puber. Als het zo mak-

kelijk was dan deed ik het wel. Maar ik lustte het niet en ook al herhaalde ze het elke drie maanden, nog steeds ging ik het niet eten. Als alternatief om toch genoeg binnen te krijgen, zei de diëtist in mijn bijzijn tegen mijn ouders dat ze mij een chocoladereep moesten geven. Ook dat hielp natuurlijk niet mee, want zoiets onthoud je als kind.”

### BIZARRE ETERS

Nu Joyca geen kind meer is, letten haar ouders niet meer op wat ze eet. Tegenwoordig zit ze aan tafel met haar vriendin en pleegzoon. Dat was na een tijdje aanleiding om iets aan haar eetgedrag te doen. “Met mijn vriendin (spontaan) uit eten gaan is niet echt mogelijk. Als we door de stad lopen en we willen ergens wat gaan eten, vraag ik me constant af of ze ergens iets hebben dat ik lekker vind. Ik kan niet zomaar plaatsnemen aan een tafeltje en afwachten wat ik krijg. Een verrassingsmenu is mijn grootste nachtmerrie. Ik moet eerst de kaart checken en dan weet ik of ik er-

gens kan eten. De mogelijkheden daarvoor zijn nu nog te beperkt en mede daarom heb ik een therapeut gezocht.”

Behalve haar thuissituatie lag er nog iets anders aan de basis van het zoeken naar een therapeut. Joyca raakte geïnspireerd door het tv-programma Bizarre Eters. “Ik keek dat omdat ik het leuk vind, pas later herkende ik me in de

mensen die eraan meedoen. Hun situaties zijn wel wat extremer dan die van mij; ik herinner me iemand die alleen nog maar boterhammen met hagelslag at. Maar het zette me wel aan het denken om in therapie te gaan. Eerst liet ik het nog even voor wat het was, totdat ik er thuis teveel hinder van ondervond. Mijn vriendin is vegan en vindt het fijn als ik meer zou kunnen eten. En ik kan niet tegen mijn pleegzoon blijven zeggen dat hij wel groente en fruit moet eten terwijl ik het zelf niet eet.”

### MENGSELS

Door de therapeut wordt al snel geconstateerd dat Joyca een eetstoornis heeft. “Zo eigenwijs was ik dus niet”, benadrukt ze daarom maar even. Inmiddels is ze driekwart jaar in therapie en merkt ze de effecten. “Tijdens de eerste sessie moest ik een peer meenemen en daarvan heb ik toen enkele centimeters gegeten. Sinds kort eet ik zo'n peer helemaal en een avocado vind ik ook opeens lekker.” De volgende fase voor Joyca is dingen die ze al lust, mengen met ander voedsel. “Mijn vriendin motiveert me daarbij door te zeggen dat ik van die mengsels het meeste al eens gegeten heb. En gaat het toch niet, dan is dat oké en eet ik het niet. Maar de angst om nieuwe dingen te proberen is weg. Dat is het allerbelangrijkst. Een paniekaanval zoals bij een stukje komkommer zal me niet meer overkomen.” ●

