

Onzichtbaar verslaafde zakenmannen

Uit cijfers van het Trimbos-instituut blijkt dat één op de tien werknemers een verslavingsprobleem heeft. Deze “onzichtbare” verslaafden verschillen qua middelenmisbruik weinig van de junk op straat. Behalve dat ze iedere dag gewoon naar hun werk gaan. Richard van den Ende was één van hen. Zijn drankverslaving kostte de succesvolle ondernemer uiteindelijk zelfs zijn baan. Inmiddels bestiert de vroegere baas achter het mierzoete drankje Flügel zijn eigen verslavingskliniek. Vanuit die positie helpt hij een ieder het monster dat verslaving heet te verslaan.

Tekst: Ilja Post
Fotografie: Bert Bolderbast

's Ochtends in de tram, op weg naar zijn werk, rook Richard van den Ende (42) onlangs weer die overbekende schrale bierlucht. Lang hoefde hij niet te zoeken om de bron te vinden. Die zat naast hem, met roodomrande ogen en een aktetas op schoot. Een medereiziger, net als hij, op weg naar kantoor. Maar dan eentje met een slok op. Veroordelen deed hij de man niet. Net zo min als de eigenaar van verslavingskliniek Ready for Change zijn cliënten veroordeelt. Wekelijks krijgt hij 40 soortgelijke “onzichtbare” verslaafden over de vloer: alcoholisten, cocaïnegebruikers, gokkers, cannabisrokers. Mensen die qua middelenmisbruik weinig verschillen van de junk op straat. Behalve dat ze iedere dag gewoon naar hun werk gaan alsof er niets aan de hand is. Uit cijfers van het Trimbos-instituut blijkt dat één op de tien werknemers een verslavingsprobleem heeft.

Richard kan het weten. Hij was ooit zelf alcoholist. 'Nou ja, dat ben ik nog steeds. Al sta ik al jaren droog, alcoholist ben je voor het leven,' herstelt hij zich gauw. Al duurde het even voordat hij tot dat besef kwam. Op z'n 28ste dacht Richard, destijds de grote baas achter het mierzoete drankje Flügel, dat hij het 'he-le-maal' gemaakt had. En ergens had hij dat ook: geld, feestjes, mooie meiden en nog mooiere auto's. Het kón niet op. Maar de drankproducent lustte zelf ook wel een borreltje. Helaas altijd nét altijd ééntje teveel. Zijn drankprobleem koste hem uiteindelijk de kop. Toen zijn compagnons erachter kwamen dat hij naar een afkickkliniek was geweest, werd hij het bedrijf uitgezet. 'Van de ene op de andere dag werd de geldkraan dichtgedraaid. Met mijn bankpas haalde ik geen cent meer uit de muur. Een beetje meer pech en ik was op straat terechtgekomen. Al met al was het een moeilijke periode. Gelukkig had ik me al ingeschreven voor een afkickkliniek. Anders had ik van de weeromstuit direct naar de fles gegrepen.'

Waarom Richard is gaan drinken? 'Tja, waarom lijden 1,8 miljoen andere Nederlanders aan een verslaving? Omdat sommige mensen worden geboren met een verslavingsgen,' beantwoordt hij zijn eigen vraag. 'Dat eerste biertje smaakte altijd nét iets te lekker. De dopamine schoot direct naar mijn hoofd. Ik leefde zó op dat ik meteen een nieuwe bestelde. En nog één, en nog één... Ik vond mezelf leuker en minder geremd met drank op. Nu weet ik dat ik slechts een gat probeerde op te vullen. Ik voelde me eenzaam. Zelfs in een vol voetbalstadion kon ik me alleen voelen. De eerste keer dat ik, eenmaal broodje nuchter, in mijn stamkroeg

'Dat eerste biertje smaakte altijd nét iets te lekker. De dopamine schoot direct naar mijn hoofd. Ik leefde zó op dat ik meteen een nieuwe bestelde. En nog één, en nog één...'

een colaatje bestelde, dacht ik dat mensen dat raar zouden vinden. Maar de bardame zei dat ze blij was. Zo leuk was ik helemaal niet als ik had gedronken. Terugkijkend had ze daar helemaal gelijk in.'

Liegen

Gemakkelijk was het niet om de strijd aan te gaan met zijn verslaving. Richard: 'Sommige klinieken zeggen: probeer te minderen. Maar dat werkt niet. Als je allergisch bent voor garnalen, maakt zelfs één garnaal je ziek. Verslavingen zijn progressief; je gaat steeds vaker en meer gebruiken. Daarom: onthouding is het sleutelwoord. Neem je coke, dan moet je ook stoppen met drinken of de diazepam om 's nachts te kunnen slapen. Anders ruil je simpelweg de ene verslaving in voor de andere. Als je één achterdeurtje in je hoofd openlaat, val je geheid terug. Máár... je moet wel willen afkicken. Allereerst door te erkennen dat je een probleem hebt. Liegen, bedriegen, manipuleren; alle verslaafden



komt bij het bedrijf waar ze werken of bang dat ze hun gezin straks niet meer kunnen onderhouden. Mensen die daar gevoelig voor zijn, kunnen hun heil gaan zoeken in de drank of drugs.'

Ready for Change begon als private afkickkliniek voor de rijkere verslaafden: topmanagers, bankiers, ondernemers. Maar inmiddels zijn alle inkomensgroepen welkom. 'Een bewuste keuze,' verklaart Richard. 'Vijftien keer per week klopten mensen aan voor hulp die ze niet konden betalen. Ik vond het afschuwelijk om hen de deur te moeten wijzen. Om hen tegemoet te komen, zijn we druk gaan overleggen met het ministerie. Inmiddels heeft de overheid ons erkend als tweedelijns GGZ-instelling, waarvoor via de huisarts een doorverwijzing verkregen kan worden. Vanwege de grote vraag is onlangs een intensieve dagbehandeling - een traject van 20 dagen volgens het 12-stappen Minnesota-plan - van start gegaan. Met deze nieuwe behandeling hopen we meer verslaafden over de streep te trekken. Van alle verslaafden zoekt momenteel slechts 6 procent hulp.'

Eén van de doelstellingen van Ready for Change is om verslaving bespreekbaar te maken, onder andere door te wijzen op de economische gevolgen. 'In Europa lij-

den ondernemingen productieverliezen van zo'n 59 miljard euro doordat verslaafden zich ziek melden, moeten worden ontslagen of vroegtijdig sterven,' baseert Richard zich op cijfers van het Trimbos-instituut. 'En als ze er zijn, zijn vaak alleen lijfelijk aanwezig. Bewezen is dat verslaafden 60 tot 70 procent van de dag direct of indirect met hun verslaving bezig zijn; óók op het werk. Vaak wordt verslaving onder werknemers niet opgemerkt. Leidinggevenden zouden er goed aan doen hier beter op te letten, zodat de verslaafde behandeld kan worden.'

'Blijven rondlopen met je verslaving is eeuwig zonde, want verslaafd ben je nooit alleen. Naast je eigen leven verziek je ook dat van je omgeving. De vrouw die haar man ziek meldt, omdat hij met een kater op bed ligt, de kinderen... Hele gezinnen gaan eraan kapot. In plaats van dat je thuissituatie zegt: tot hier en niet verder, kan ook de baas dat doen. Kijk maar naar mij! Achteraf gezien ben ik blij dat Flügel me de wacht heeft aangezegd. Wie weet hoe het anders met me zou zijn afgelopen...'

Richard kent de verhalen vanuit de verslavingskliniek maar al te goed. 'Onlangs werd mijn hulp ingeroepen, omdat een doorgedraaide alcoholiste met een strop om haar nek huilend voor man en kinderen stond. Ik

moest haar, via de telefoon, tot bedaren proberen te brengen. Dat lukte. Zelfmoord was niet haar opzet. Het was eerder een schreeuw om hulp. Maar zo zie je maar wat voor ellende een verslaving met zich meebrengt. Als alcohol opnieuw gekeurd moet worden, zou het verboden worden. Sommige mensen gaan er volledig aan onderdoor. Maar met name de jeugd trekt zich er, helaas, weinig van aan. Om zo snel mogelijk dronken te worden, gieten pubers drank in hun oogbal. Meisjes brengen zelfs in wodka gedrenkte tampons in. Verslavingsgevoelige jongeren zullen dat gebruik op latere leeftijd moeilijk kunnen beteugelen. Daar krijgt de GGZ het straks nog druk genoeg mee.'

Griezelig

'En wat te denken van het, vooral op het platteland, razend populaire GHB-gebruik?' gaat hij verder. 'Die verslaafden zijn bijna niet te behandelen. Cocaïne is vrij snel uit je lichaam verdwenen. Van cannabis krijg je vooral geestelijk een klap. Maar een GHB-verslaving moet je langzaam afbouwen, omdat het lichaam er, net als bij heroïne, afhankelijk van wordt. De afkickverschijnselen zijn ronduit griezelig: handen die rood en wit uitslaan, je hart die met 200 slagen per minuut in je borst bonkt... Van alle verslavingen die we binnenkrijgen, is dit de ergste.'

'Maar,' veert Richard op, 'er is hoop. Zelfs voor GHB-gebruikers. Wie zijn verslaving achter zich wil laten, kan bij ons 24 uur per dag, zeven dag per week terecht. Na aanmelding, via internet of doorverwijzing, volgt een intakegesprek met één van onze behandelartsen. Daarna wordt bekeken welk zorgaanbod het meest geschikt is. Door één-op-één counseling, groepstherapie, trainingen, meditatie, yoga en spirituele workshops breken we langzaam de verslaving af. Belangrijk daarbij is om de balans te herstellen tussen lichaam en geest.'

Of die aanpak werkt? Volgens Richard spreken de cijfers voor zich: 68 procent van de behandelde cliënten is nog steeds nuchter. 'Mede met dank aan ons nazorgprogramma van drie maanden. Daarna volgt vaak een traject van zelfhulpgroepen als de AA, NA en CA. Ready for Change is slechts een soort Eerste Hulp. Eenmaal clean ben je nog niet helemaal genezen. Een verslaving draag je je hele leven met je mee. Zelf ik kom af en toe nog in de verleiding. Onlangs was ik op vakantie in Frankrijk, omringd door wijngaarden. Even maakte ik mezelf wijs dat één wijntje wel zou kunnen. Iets wat uit druiven wordt gewonnen, kan toch nooit helemaal slecht zijn? Tegen die gedachten zal ik mijn leven lang moeten blijven vechten. Vaak is je terugval al begonnen vóór de eerste slok.'