Siekte wat 'n 'vuil geheim' word

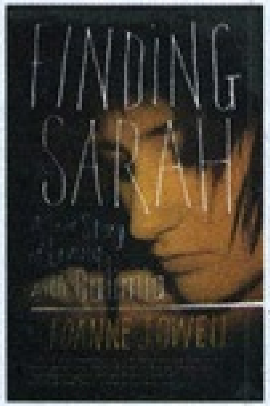
Finding Sarah – A True Story of Living with Bulimia
Joanne Jowell
PAN MACMILLAN, R185

Sarah is 'n bulimielyer, een wat haar siekte só opsom: "Dit begin omdat jy wil hê mense moet meer van jou hou, dink jy's mooi, jou die aandag gee wat jy so begeer. Maar dan word dit ... 'n vuil geheim wat jou van mense weghou pleks van jou nader bring."

Aan die woord in Sarah se verhaal is Joanne Jowell, die skrywer, maar ook Sarah se ma, broer, vriende, haar sielkundige en psigiater. Dan ook Sarah self.

Ons leer Sarah ken as dogtertjie wat haar pa verafgod. Hy – met sy passie en obsessie ten opsigte van sy werk – sterf egter in 'n ongeluk wanneer Sarah agt jaar oud is. Haar ma trou gou weer, en Sarah – 'n sensitiewe, intelligente kind – vind haarself sonder anker.

Afgesien daarvan dat sy nie berading vir hierdie trauma kry nie, is Sarah geneties baie dieselfde geprogrammeer as haar pa: obsessief, kreatief, passievol, kompulsief. Dit is 'n persoonlikheidstipe waarop eetversteurings maklik 'n greep kan kry.



Sarah Picton was 26 toe sy oor haar stryd van nege jaar met bulimie begin praat het. Op haar laagtepunt het sy 41 kg geweeg. Sy het van haar tande, haar braakrefleks en die meeste van haar vriende verloor.

Tog begin Sarah se stryd eers in haar matriekjaar toe sy hoor van 'n meisie wat gewig verloor het deur haar kos op te bring. Dié aanvanklike nuuskierigheid word 'n monster wat haar lewe oorneem.

"Voordat jy jou oë uitvee, is jy totaal verslaaf aan die gevoel van euforie."

Boonop koester Sarah van kleins af die vrees dat sy nie aanvaarbaar is nie. Met bulimie as samesweerder verloor sy gewig en word sy bestempel as mooi; kortom, die "in"-groep sien haar in 'n positiewe lig. Dit versterk die houvas van die siekte verder, maar hierdie eetversteuring is 'n spel met die dood. Sarah besef dit egter nog nie in die beginfase nie.

Baie gou word haar aanvaarding deur die groep iets wat sy nou juis wil vermy. Eet is deel van die sosiale bedrywighede en háár lewe draai nou om ooreet en opgooi. Die gevolg is dat al haar verhoudings versleg.

Soms beperk sy haar kos-inname bedags om haar saans te ooreet en op te gooi. Die spanning van dié "wegsteek"-lewe raak onhoudbaar. Sarah haat haarself reeds van kindsbeen af, maar nou selfs meer omdat sy ook skuldig voel – enersyds oor haar geheim, andersyds omdat sy glo sy nie "sterk" is soos 'n anoreksielyer nie.

Buiten dié wroegings misbruik sy alkohol en dwelms, sny haarself en later word bipolariteit by haar gediagnoseer. 'n Vriend, Ian, staan haar aanvanklik – prysenswaardig – by, maar in 'n sin is hy "medepligtig" omdat hy, bewus van haar toestand, ekstra kos kook wat sy kan eet en van ontslae raak.

Ondenkbaar is dat haar ma, self 'n sielkundige, jare lank nie bewus is van haar siektetoestand nie. Wanneer Sarah uiteindelik – ná 'n verskriklike worsteling met behulp van 'n sielkundige, psigiater en medikasie – beter word, is haar ma teen die medikasie gekant. Dit is 'n ontstellende feit.

Reeds in 2008 begin Sarah daaraan dink om 'n boek oor haar lewe met bulimie te skryf. Wanneer sy wel die besluit neem, is dit 'n lang proses van gesprekvoering en dan weer maande se stilte. Tog slaag Jowell daarin om Sarah, wat voortdurend van die werklikheid en haar emosionele probleme probeer ontvlug, by te staan.

Deur die boek leer 'n mens die gevare van die siekte ken: die skeur van 'n oesofagus wat kan lei tot dodelike bloedverlies; 'n hartaanval; die bars van 'n oog (as gevolg van die drukking tydens vomering). Bisarre feite wat bevooroordeeldes met betrekking tot eetversteurings hopelik sal laat besef dat dié siektes nie as oppervlakkig beskou kan word nie.

Vir enigeen wat nog gedink het bulimie is 'n siekte van "ydelheid", bied *Finding Sarah* insig in die diepste eensaamheid in die binnekant van 'n ander mens.

Sonder om ooit tranerig of emosioneel te skryf bring Sarah – wat ironies "Prinses" beteken – se stryd om aanvaarding 'n knop in jou keel.

Vir my lê die waarde van dié boek daarin dat eetversteurings van hul skandkleed ontdaan word en gesien kan word vir wat dit werklik is: die behoefte aan liefde en aanvaarding wat uiteindelik in 'n versteuring manifesteer.

Vir Sarah is daar wel hoop op 'n nuwe en produktiewe lewe, soos verwoord deur haar geliefde Doctor Seuss voor in die boek: "With brains in your head, and feet in you shoes, you can steer yourself in any direction you choose."

– ***Christine Barkhuizen le Roux**, bekroonde skrywer en digter*