



**C**hronisch ziek zijn en topsport beoefenen. Voor velen ondenkbaar. Toch stond de zeventienjarige hockeyster Anouschka van Oosten er niet ver vandaan als keepster op doel bij Jong Oranje. "Ja, ik heb crohn, maar ook met deze ziekte zijn dromen nog steeds te verwezenlijken."

Voor Anouschka begon de liefde voor het hockeyspel eigenlijk per toeval: "Als klein meisje was ik helemaal gek van paardrijden. Tot het moment dat ik een vreselijk ongeluk zag gebeuren en niet meer op een paard durfde te stappen. Mijn ouders stimuleerden me om een andere sport te doen. Zo kwam ik op het hockeyveld terecht. De eerste keer dat ik meedeed, was ik te laat. Ik mocht toen kiezen: of op de bank zitten of op doel staan. Het werd het laatste."

#### Talent

Dit bleek geen verkeerde keuze. Want als zevenjarige wist Anouschka goed

hoe ze de ballen moest tegenhouden: "Het keepen vond ik zo leuk dat ik niet meer weg wilde bij het doel. Elk vrij uurtje bracht ik op het hockeyveld door. Trainen, spelen en kijken. Ik vond het geweldig!" De arbeid loonde want Anouschka doorliep alle hoogste selectie-elftallen en werd steeds beter. Tot een noodlottige vakantie drie jaar geleden een zware ommekeer in haar sportieve leven teweegbracht.

#### Diarree en braken

"Tijdens onze vakantie in Italië kreeg ik opeens heel veel last van diarree en moest ik een aantal keer braken. In

eerste instantie dachten mijn ouders aan voedselvergiftiging, maar eenmaal terug in Nederland werden de klachten steeds erger. Ik zat de hele nacht op de wc en had erg veel last van aambeien. In het Leids Universitair Medisch Centrum werd de diagnose snel gesteld. Een scopie en MRI wezen een zware ontsteking in mijn dikke darm uit. Voor de MDL-arts was het meteen duidelijk dat het om crohn ging."

#### Stoma

Toen ging het snel bergafwaarts. De tomeloze energie die Anouschka altijd had, was helemaal verdwenen: "Ik kon mijn bed bijna niet meer uitkomen en de medicijnen hielpen maar niet. Na een jaar vol ups en downs besloten de artsen dat het zieke deel in mijn dikke darm verwijderd moest worden, met een tijdelijke stoma als gevolg." Tijdens de revalidatie stond het sportieve leven van Anouschka voor een korte tijd even helemaal stil: "Ik moest

# Bloed, zweet, maar geen tranen

‘Het was even schrikken toen bleek  
dat ik mocht meetrainer met het  
schaduwelftal voor Jong Oranje’

in het begin wennen aan de stoma en aan het feit dat mijn energieniveau drastisch daalde. Voor iemand die gewend was elke dag te sporten was dit behoorlijk slikken.”

## Terugkeer

Anouschka ging niet bij de pakken neerzitten en was vastberaden om op haar oude niveau terug te komen: “Toen mijn energieniveau weer begon te stijgen ging ik langzaam weer trainen en wedstrijden spelen.” En met succes, want nog geen twee jaar na haar terugkeer op het hockeyveld bood er zich een unieke kans aan.

In het tweede jaar als B1 speelster bij haar hockeyclub Hudito uit Delft draaide Anouschka weer op volle toeren. Zelfs zo goed dat ze werd uitgenodigd om mee te spelen in het selectie-elftal voor Zuid-Holland. Eenmaal aangekomen in het trainingskamp bleek het om een paar niveaus hoger te gaan: “Het was even schrikken toen bleek dat ik mocht mee-

trainen met het schaduwelftal voor Jong Oranje. Gelukkig maakte de schrik al snel plaats voor opwinding, trots en uiteraard een enorme sportieve uitdaging.”

## Net niet

Anouschka trainde een half jaar mee met het schaduwelftal van Jong Oranje in de hoop geselecteerd te worden voor het echte werk: “Hoe hoger je komt in sport, hoe harder het wordt. Op dat niveau is het ieder voor zich en telt maar één ding: geselecteerd worden. Jong Oranje heeft maar drie keepers nodig en aan het einde van dat half jaar waren er nog zes keepers over. Helaas viel ik als allerlaatste af.” Gelukkig kwam dit niet door de ziekte van Crohn: “In die periode voelde ik me fysiek erg goed en deed ik alles. De harde waarheid is dat die andere meiden gewoon beter waren.”

## Droom

Anouschka is er de persoon niet naar om bij de pakken neer te zitten. Inmiddels

heeft ze een andere droom voor ogen: “Ik hockey nog elke dag met veel plezier, maar heb geen professionele aspiraties meer. Ik geef hockeytraining aan gehandicapte kinderen en hier haal ik veel voldoening uit. Zelfs zoveel dat mijn ultieme droom is om hiermee, als ik straks klaar ben met mijn opleiding Sport & Bewegen, professioneel aan de slag te gaan. Er bestaat een therapie waarbij gehandicapte kinderen worden geholpen door te zwemmen met dolfijnen. Dit lijkt me waanzinnig om te doen. Misschien nog wel leuker dan op het hockeyveld staan. Wie weet wat de toekomst gaat brengen. Als je iets echt wilt en er keihard voor werkt, gaat het lukken! Geloof me, ik heb het meegemaakt!”

*Marco Hoogenes*