

Openheid over mijn ziekte zorgt voor begrip’

Vier jaar geleden stond het leven van Stephan Visser (41) plotseling op z’n kop. Na een periode van langdurige stress kreeg hij de ziekte van Crohn en volgde al snel een operatie. Met zijn DJ feest-act *Effe Serieus*, waar drie leden Crohn hebben, staat hij op steeds grotere podia, met optredens in binnen- en buitenland en zelfs een hit in de Top 40. ‘Het ene moment lig je in het ziekenhuis, het andere moment sta je voor duizenden mensen.’

tekst Marleen Pierik **foto’s** Joris Aben

Muziek speelt al van jongs af aan een grote rol in Stephans leven. ‘Mijn ouders gaven mij mijn eerste plaatjes en casettebandjes. Ik bouwde zelf een draaitafel en sloot die aan op de babyfoon, zodat zij konden meeluisteren als ze bij de buren waren.’ Naast zijn werk bleef hij altijd draaien, ook met optredens in het buitenland. Samen met vrienden bedacht hij een avondvullende, interactieve feest-act: *Effe Serieus*. ‘Het gaat mij niet om perfecte zang of beste mix, maar om de sfeer en het feest. Ik wil mensen vermaken.’ Ze hadden geen idee hoe ze een plaat konden uitbrengen, deden het in 2025 toch en kwamen tot hun eigen verbazing opeens in de Top 40 terecht. Vanaf dat moment ging het snel. ‘We doen nu zo’n 150 optredens per jaar. Elk weekend zijn we onderweg, soms ook in het buitenland.’

Andere wending

Stephan had nooit bedacht dat zijn muziek een hit zou worden. De doorbraak in de muziek veranderde ook zijn werkleven. ‘Ik had een nieuwe baan als commercieel medewerker bij een licht en geluidsbedrijf, maar merkte dat het niet bij me paste. Ondertussen werd de muziek steeds groter. De stress van twee banen was niet goed voor mij.’ Uiteindelijk koos hij ervoor zich volledig op Effe Serieus te richten. ‘Dat ik dat kan doen, vind ik heel bijzonder en had ik nooit verwacht.’ De podia worden steeds groter. ‘We staan nu tussen grote namen op festivals te draaien voor tienduizend man waar ik vroeger zelf als bezoeker rondliep. Dan denk je: wat gebeurt hier eigenlijk?’

Ziek

Het artiestenbestaan blijkt beter te combineren met zijn gezondheid, die in 2022 drastisch veranderde. Na een lange stressvolle periode waarin de vrouw van Stephan een ongeluk kreeg en het huis daarvoor aangepast en verbouwd werd, kreeg Stephan heftige darmproblemen. Prednison hielp niet en hij werd snel steeds zieker. ‘Ik ben niet zo’n klager en bleef gewoon doorwerken in mijn baan.’ Dat betekende improviseren. ‘Ik had altijd extra kleren en schoonmaakspullen bij me. Je weet nooit wat er gebeurt.’ Toen een arts hem tijdens het werk belde met het dringende advies om direct naar het ziekenhuis te gaan, maakte hij eerst zijn afspraken af en ging hij de volgende dag alsnog. Een paar dagen later is zijn hele dikke darm en 20 cm van de dunne darm verwijderd. Na zeven maanden is de tijdelijke stoma opgeheven, maar een stukje endeldarm blijft nog ontstoken.

> ‘Het ene moment lig je in het ziekenhuis, het andere moment sta je voor duizenden mensen’

Schaamte en onzekerheid

‘Ik regel de optredens, ben mede-eigenaar en tourmanager en sta als presentator op het podium van Effe Serieus. Het is veel werk, maar als eigen baas kan ik beter mijn tijd indelen. Ik geef nu ruimte aan de ziekte en bouw rustmomenten in. Dat maakt veel verschil. Ik ben een vrolijker en fijner mens geworden.’



Doordeweeks is Stephan veel thuis en geniet hij van het gezinsleven met zijn jonge kinderen. De vermoeidheid is er, maar het moeilijkst voor Stephan is de onzekerheid die zijn darmklachten meebrengen. ‘Gaat het vandaag goed? Haal ik op tijd een toilet, ook als ik op het podium sta? En wat als het misgaat in de supermarkt? Dan knoopte ik soms een jas om mijn middel. Ik schaamde me ervoor dat ik als volwassen kerel mijn ontlasting niet kon ophouden.’ Lange tijd nam hij overal schone onderbroeken mee naartoe. ‘Pas sinds een paar weken doe ik dat niet meer. Ik ben aan het herstellen van die angst en onzekerheid.’ Hij kreeg hulp vanuit het ziekenhuis om te leren omgaan met de mentale impact van zijn ziekte. ‘Het heeft mij veel inzicht gegeven in mijzelf en het ziekteproces dat ik deel met de mensen om mij heen. Ik ben er open over en dat zorgt voor begrip.’

Meer dan labwaarden

Binnen Effe Serieus hebben drie mannen de ziekte van Crohn. ‘Puur toeval, maar toen er een tijdje geleden een nieuwe jongen bij ons kwam, hebben we hem wel gewaarschuwd dat hij Crohn krijgt. Een grapje natuurlijk, maar het geeft wel aan hoe groot de groep mensen met deze ziekte is. We hebben het weleens over onze ziekte, maar niet vaak. Het is fijn dat we elkaars klachten begrijpen.’ Stephan heeft ervaren dat aandacht voor het mentale deel van de ziekte minstens zo belangrijk is als het fysieke deel. ‘Zorg ervoor dat je hulp krijgt met de psychologische kant van de ziekte. Praat erover en schaam je niet voor wat de ziekte meebrengt. Je kiest hier niet voor.’