



“Naalden en ik, het is geen goeie match. En al zeker niet wanneer ze iets úit mijn lichaam halen, zoals **mijn kostbare bloed**”

Redactrice Nele is een vrouw met een missie: in 2019 zal ze voor Libelle haar bucketlist afwerken. Niks halsbrekends, wel grappig, haalbaar en soms spannend. **Deze week gaat ze bloed doneren om haar naaldenangst te overwinnen.**

“Wacht, wacht, wááácht! Je telt toch eerst tot drie, hè?” Mijn stiefvader, een huisarts, zit zuchtend te wachten tot ik weer gekalmeerd ben, met zijn ‘vlindernaaldje’ in de aanslag. Een petieterig, dun baby-naaldje dat zo fijn is dat het handvatjes heeft om het te kunnen hanteren. Het is de enige manier waarop hij, en alléén hij, bloed bij me mag prikken. En zo gaat dat al jaren. Nele en naalden, dat is namelijk geen goeie match. En al helemaal niet wanneer die iets út mijn lijf moeten halen, zoals mijn kostbare bloed.

Angsthaas gespot

‘Doe elke dag één ding waar je bang voor bent.’ Ik hou normaal niet zo van *inspirational quotes*, maar Eleanor Roosevelt had wél een punt. Dus wandel ik op een blauwe maandag het donorcentrum van het Rode Kruis binnen in het UZA, met lood in m’n schoenen en – op dat moment nog – zo’n vijf liter bloed in mijn lijf. De lieve dame aan de receptie ziet het meteen: ze zitten met een angsthaas opgescheept. Ik krijg een rood armbandje om, met daarop een streepjescode, mijn naam en geboortedatum. “Rood is voor beginnelingen”, zegt ze geruststellend, en geeft me enkele brochures en een vragenlijst mee. Ik heb O positief, net zoals 38 procent van de Belgische bevolking, en dat maakt van mij een ideale donor, zo lees ik. Met mijn ingevulde vragenlijst stap ik het kantoor van de dokter binnen, een kleine, blonde dame met lieve ogen, die de vragen overloopt. Haar blik glijdt snel over mijn ‘medisch verleden’ en het weinig aan de verbeelding overlatende ‘risicocontacten’, maar ze blijft hangen bij ‘buitenlands verblijf’, waarop ze verwoed begint te tikken. Mijn reislust gaat me hier toch niet nekken, zeker? “We gaan voor alle zekerheid ineens een check-up doen voor enkele tropische ziekten”, zegt ze achteloos. “Als je binnen twee weken niets van ons hebt gehoord, is alles in orde.” Ik slik. Dus ik sta hier vandaag doodsangsten uit én een tiende van mijn bloed af, dat misschien niet eens gebruikt zal worden? Maar dan bedenk ik me dat zo’n grondige check-up eigenlijk best wel handig is, dus ik herpak me.

Een klein, venijnig prikje in mijn wijsvinger meet mijn ijzerwaarden. Ik krijg groen licht: tiptop waarden, prima bloeddruk en geen bezwarende factoren. Ze geeft me nog een strip mee met ijzertabletten voor ‘s ochtends, die ik moet innemen. Ze begeleidt me tot in de zo goed als lege donatiezaal, waarbij

ze de verpleegster van dienst iets toefluitert, terwijl ze subtiel in mijn richting knikt. Mijn armen worden beurtelings net boven de elleboog afgespannen om mijn aders te inspecteren. “Je mag kiezen”, zegt de verpleegster, dus ik ga voor links en installeer me op de rode leren ligzetels. Rood blijkt een thema te zijn hier. Doorheen de hele ruimte loopt er een rode zin hoog over de muur, met in allerlei talen ‘dank je wel’. Op affiches lees ik het verschil tussen bloed, plasma en plaatjes en wie je met je donatie helpt. En het besef dat ik op het punt sta donor te worden, vervult me met een lichte trots.

De reuzennaald en de selfie

Maar wanneer ik de naald – die werkelijk reusachtig is – op me af zie komen, gaan in mijn hoofd plots alle alarmbellen af. Ik krijg het Spaans benauwd en ik voel mijn hart in overdrive gaan, terwijl mijn ader nerveus klopt in mijn afgespannen arm. *Stóóóp!!* In mijn hoofd gil ik het uit, alle spieren in mijn lichaam spannen zich op en ik hou stiekem mijn adem in wanneer de verpleegster me aanprijkt. Krampachtig probeer ik net te doen alsof ik het prikje zelf amper voel. Gezien de grootte en de lengte van de naald is het, geloof het of niet, bijna teleurstellend. “Oh,” laat ik mijn ingehouden adem in een

“Bibberend neem ik een selfie en stuur ’m door naar m’n vriendinnen. De wows en duimpjes vliegen me om de oren”

quasi-nonchalante zucht tussen mijn samengeperste lippen ontsnappen, “is dat alles?” De verpleegster lacht samenzweerderig, bevestigt de rest van de naald behendig op mijn arm met een stukje transparante tape en begint methodisch zes buisjes te vullen voor het labo, terwijl mijn donkerrode bloed zich razendsnel een weg baant door de tube naar het bloedzakje. Ze goochelt met buisjes en draadjes alsof ze nooit iets anders heeft gedaan. Haar vingervlugheid slaat me met verstomming. Hoeveel buisjes zou ze zo al gevuld hebben? Vast duizenden.

De zak met bloed bolt stilaan op in het bakje naast mijn zetel dat al schommelend van de ene naar de andere kant helt, zodat het bloed niet kan stollen. Het wiegen heeft bijna iets vertederends, als een baby in een ledikantje. Een bloedbaby dan.

Stilaan ontspan ik wat, en neem ik de tijd om rustig om me heen te kijken. In de zetel schuin tegenover me heeft een jonge kerel plaatsgenomen, en terwijl de verpleegster hem aanprijkt, kijkt hij op z’n tablet gewoon

verder naar een filmpje. Aan de andere kant liggen twee vriendinnen vrolijk te keuvelen naast mekaar, terwijl ze plasma doneren. Het ziet er gezellig uit. Mijn blik dwaalt af naar een grote, vierkante inox schaal vol zakjes met een troebele, lichtbruine substantie erin. Bloedplasma. De combinatie van de onappetijtelijke zakjes en het licht zeurende gevoel rond de naald in mijn arm doen me even naar adem happen. Ik slik de golf van misselijkheid snel weg en bedenk me dat ik dit triomfante-lijke moment moet vastleggen.

Bibberend neem ik een selfie en stuur ’m door naar enkele vriendinnen. De wows en duimpjes vliegen me om de oren.

Een bewuste zet, want ik kan alle virtuele steun goed gebruiken.

De dokter steekt even haar hoofd buiten en vraagt zachtjes of alles oké is. Ik knik van ja. Ook de verpleegster checkt af en toe, waarbij ze me aanmoedigend toespreekt: “Vijf minuutjes bezig, en we zijn al in de helft se!”

Het enthousiasme waarmee dit team werkt, is aanstekelijk. Vlotjes prikken, plakken en verzorgen ze, terwijl ze meezingen met een liedje op de radio.

450 milliliter bloed in 10 minuten

Een biepton geeft aan dat mijn zakje vol is. In amper tien minuten tijd ben ik 450 milliliter bloed lichter en ik voel me eigenlijk prima. Voor ik het weet heeft de verpleegster de naald uit mijn arm gehaald. Ik krijg een imposant strak verband kruiselings eromheen gespannen, dat ik zeker twee uur moet laten zitten. “Vraag maar een *jetonneke* en ga even in het salon zitten.” Ik wandel lichtjes zwalpend naar de automaat en installeer me met een cola en een koekje in een hoekje. Ik krijg nog een donatiebonnetje, waarmee ik kan sparen voor allerlei gadgets, zoals het schattige koeltasje voor twee bonnetjes! Twintig minuten later stap ik blinkend buiten. Wát een triomf! Mijn eerste donatie ooit, en als het aan mij ligt, niet mijn laatste. Ik stuur een appje naar mijn stiefvader met een foto als bewijs: “Jij raadt nooit wat ik vandaag heb gedaan. Zónder vlindernaaldje!”