

“ZONDER HAAR VOEL IK ME BLOTER DAN BLOOT”

Heleen (43) is al drieëntwintig jaar kaal. “Ik heb altijd dezelfde droom. Ik zie mezelf achterop een motor zitten met de wind door mijn haren.”

TEKST MAYRA LOUISE FOTOGRAFIE JEROEN BOUMAN

“Het is een soort theater. Ik ga 's morgens in de make-up en doe mijn wimpers en mijn haarwerk op als een actrice op het toneel. 's Avonds gaat het er weer af. Dat moment blijft een beetje dubbel, het doet nog steeds iets met me. Er staat dan toch iemand anders. Ik was acht toen mijn moeder een kale plek op mijn hoofd ontdekte. *In no time* was ik helemaal kaal. Ik zag er ineens volkomen anders uit. Niet alleen heel opvallend, maar ook ziekelijk. Mijn aandoening is heel zichtbaar, ik kan er niet aan ontsnappen. De blikken vol medelijden, het nastaren op straat – dat ik dat als kind niet leuk vond, is zacht uitgedrukt. Al snel werd de diagnose gesteld: *Alopecia Areata Universalis*. Dat zorgt ervoor dat mijn haarwortels geen gezonde haren kunnen produceren. Ik ging de medische molen in, kreeg allerlei kuren en hormooninjecties. Als klein meisje ging ik natuurlijk braaf mee naar het ziekenhuis. Elke keer weer in de hoop dat ik beter zou worden, maar niets hielp. Op school hoorde ik niet langer bij het populaire groepje in de klas. Ik droeg sjaals op mijn hoofd. Ik werd niet gepest, maar soms werd zo'n sjaal wel van mijn hoofd getrokken. Vreselijk was dat.”

CYNISCHE GRAPPEN

“De zomer voordat ik naar de middelbare school zou gaan, ik was dertien, begon mijn haar ineens weer aan te groeien. Ik dacht: Het is voorbij! Ik kreeg prachtig kastanjebruin haar. Eindelijk zag ik er weer uit als iedereen. Ik was zo enorm gelukkig en dankbaar. Maar na drie jaar, net in de fase dat verliefdheden en jongens in mijn leven kwamen, begon het toch weer uit te vallen. In tegenstelling tot de eerste keer viel mijn haar nu heel langzaam uit. Ik kreeg er steeds meer kale plekken bij. Ik droeg een pet of hoedje om het te verbergen. Ik gebruikte haarlak om de kale plekken te verbergen. Een goede vriendin hield mijn haar in de gaten en gaf een seintje als het niet goed zat. ‘Je moet weer even sprayen’, zei ze dan. Uitgaan deed ik in die tijd helemaal niet. Als we ergens gingen dansen, moest ik die hoed afzetten en dat wilde ik niet. Mijn haar beheerste mijn leven. Iedereen met haar was in mijn ogen completer. Ik was stikjaloers. Vanaf mijn negentiende ging ik haarwerken dragen. Ik kon de kale plekken niet meer verbergen. Ik noem het haarwerken omdat ik vind dat het woord ‘pruik’ een negatieve lading heeft. Een goed haarwerk is prachtig, bij ‘pruik’ denk ik toch aan carnaval. Toch was mijn eerste haarwerk een drama. Het was synthetisch, heel *fake* met veel haar. Een soort Kim Wilde en dan nog een paar gradaties erger. Ik zette hem op mijn nachtkastje en keek er een week niet naar. Toch voelde het wel beter toen ik hem uiteindelijk opzette. Precies in die periode dat ik op mezelf ging wonen, zo rond mijn twintigste, kon ik ineens hele plukken uit mijn hoofd trekken. Zo teleurstellend. Het verdriet om het verlies van mijn haar was nu nog groter dan op de middelbare school.

Ik moest zelfstandig zijn, maar ik voelde me depressief en verloren. Naar de buitenwereld hield ik me vrij stoer. Ik maakte cynische grappen over mijn kale kop. Hoe ik me echt voelde, vertelde ik alleen aan mijn moeder en een paar vriendinnen. Het onderwerp ‘haar’ was taboe. Een shampooeclame kon ik niet aanzien. Te confronterend. Ook vond ik het heel vervelend als mensen het over hun haar hadden in mijn nabijheid. Ik vond dat ze te weinig rekening hielden met mijn situatie. Iedereen was beter en mooier dan ik. Ik keek alleen maar naar het haar van anderen. Ik schreef dagboeken vol over mijn haar en vooral de afwezigheid ervan. Ik baalde van dat kale hoofd iedere ochtend in de spiegel. Woedend was ik. Mijn haarwerk smeet ik regelmatig door de kamer. Hoewel ik niet goed in mijn vel zat, maakte ik wel een belangrijke keuze. Door de jaren heen had ik allerlei behandelingen ondergaan in de hoop mijn haar terug te krijgen. Acupunctuur, lichttherapie, hormoonbehandelingen, medicijnkuren, injecties, maar niets hielp. Ik stopte rigoureuus. Het werd toch steeds een desillusie. Elke keer had ik weer hoop. Elke keer keek ik in de spiegel of er al haartjes groeiden. Uiteindelijk verloor ik mijn nieuwsgierigheid. Dat was waarschijnlijk uit zelfbescherming: ik kon geen teleurstelling meer verdragen.”

EEN MISSIE

“Mannen hield ik steeds op afstand. Ik wrong me in allerlei bochten om iemand op mij te laten afknappen. Ik had wel wat ervaring opgedaan, maar altijd kortstondig. Het was over voordat ik hem zou moeten vertellen dat ik kaal ben. Toch kreeg ik op mijn vierentwintigste mijn eerste serieuze relatie. Toen hij na een feestje bleef slapen,