

Dierenmanieren

In de jaren '80 werd Martin Gaus (73) een vertrouwd gezicht op tv. Het TROS-programma *Dierenmanieren* maakte van hem de bekendste dierdeskundige van Nederland. Anno nu zien we Martin niet meer zo veel op televisie, en dat is niet zonder reden. Door het systematisch negeren van zijn veel te hoge bloeddruk zijn z'n nieren er slecht aan toe. Zo slecht dat hij vaart zet achter het vinden van een nierdonor. Dialyseren is voor Martin geen optie.

TEKST: IVO HERMSEN / FOTO'S: SANDER KONING

De voormalig presentator krijgt 6 jaar geleden de diagnose 'nierpatiënt', wanneer blijkt dat zijn nierfunctie rond de 30% schommelt. Martin: 'Dat is inmiddels al gedaald tot 18%.' Terugkijkend weet hij eigenlijk al veel langer dat er iets mis met hem is, hij kampt al jaren met een soort griepig gevoel. Maar Gaus negeert de symptomen. 'Ruim 20 jaar was ik in de ontkenningfase. Toen ik opnames had in het buitenland merkte ik wel dat ik snel moe was. Maar ik trok me er niets van aan. Je jakkert door.'

'Ik weet nog goed dat ik rond de eeuwwisseling voor *Dierenmanieren op Reis* naar Finland mocht voor een race met sleehonden. Om daaraan mee te mogen doen, moest ik eerst gekeurd worden. De keuringsarts belde met de uitslag. Hij gaf aan dat ik iets aan mijn zeer hoge bloeddruk moest doen. Maar daar had ik lak aan. Ik merkte er tenslotte niet echt iets van. Dus ging ik gewoon door. Wist ik veel dat je door een veel te hoge bloeddruk je nieren sloopst.'

Ook de keiharde diagnose dat het creatininegehalte in zijn bloed al 220 is, legt de bekende dierdeskundige in het begin naast zich neer. 'Ik vond dat getal 220 alleen maar een cijfer, een beetje onzin', vervolgt hij. 'Ik dacht: het zal allemaal wel. Achteraf gezien ben ik een held geweest in het ontkennen van het probleem.'

Balletje hooghouden

Jarenlang houdt Martin diverse spreekwoordelijke balletjes hoog. 'We filmde voor *Dierenmanieren op Reis* 10 afleveringen per jaar, dus was ik jaarlijks 30 weken op reis. Ondertussen was ik ook nog de baas over het thuisbedrijf: een gedragscentrum, asiel, geleidehondenschool, Dierenhotel





‘Ik was een held
in het ontkennen
van het probleem’

→ Lelystad en alle hondenscholen die via franchise bij ons zijn aangesloten. Mensen zijn afhankelijk van je, dus dat betekende: niet zeuren, gewoon doorgaan.'

Maar inmiddels doet Martin het behoorlijk rustiger aan. Waar hij vroeger aan de lopende band lezingen gaf om zijn kennis over te dragen, doet hij dat nu zeer gedoseerd.

Zijn kinderen, Sacha en Serge, namen zijn bedrijf ruim 20 jaar geleden van hem over. Martin: 'Met mijn naam ben ik het visitekaartje van de onderneming, en ik deel nog steeds mijn kennis, maar ik heb niet meer de dagelijkse leiding.'

Je eigen sterfelijkheid

De realiteit is dat zijn nieren ieder jaar met anderhalf procent achteruit gaan, Martin: 'Je kan jezelf een tijdlang fantastisch

belazeren, maar het is onontkoombaar. Je wordt uiteindelijk geconfronteerd met je sterfelijkheid. En 's nachts vergroot je dat uit, dus slaap je heel slecht.' Met zijn 73 jaar realiseert Martin zich ook wel dat zijn sterfelijkheid betrekkelijk is.

'Op mijn leeftijd besef je dat je op weg bent naar het einde. Of je nou gezond bent of een nierziekte hebt. Een gezond iemand wordt ook niet veel ouder dan 82 jaar. Dat is het punt ook niet. Het gaat mij om de kwaliteit van mijn leven en de manier van doodgaan. Moet ik in de tijd die mij nog rest buikspoelingen doen? Om de dag in een dialysecentrum aan zo'n 'kraan' hangen? Verschrikkelijker, ik moet daar dus echt niet aan denken.'

Donor en diabetes

Martin vertelt in een interview aan de Telegraaf (20 april j.l. red.) over zijn nierproblemen. 'Ik praatte er nooit over. Maar net die ochtend had ik gehoord dat, hoewel vele onderzoeken met goed resultaat waren afgerond, een donor die haar nier aan mij had aangeboden, plotseling niet geschikt werd bevonden voor donatie. Als reden werd haar diabetes I genoemd. Zowel die dame als ik waren daar zo ziek van. Alles was goed aan haar, ze heeft de conditie van een jonge meid. Het klinkt raar, maar ze had zich erop verheugd mij 1 van haar nieren te geven. Het is zo lastig om zo'n afwijzing te verwerken.'

Martin heeft zelf zijn hele vooronderzoek voor een transplantatie inmiddels succesvol doorlopen. 'Eerder heb ik een zware hartoperatie

ondergaan: ik kreeg 4 bypasses en een nieuwe hartklep. Ze hebben ook gekeken naar de longen, maar verborgen gebreken heb ik niet. Ja een lichte hernia, maar daaraan ga ik niet dood. Dus buiten mijn nieren om, ben ik nu lichamelijk prima in orde.'

Geen nier van familie?

Vóór het artikel in de *Telegraaf* hadden zich al 3 mogelijke donoren bij Martin gemeld. Hij krijgt tranen in zijn ogen bij de gedachte aan de onbaatzuchtige gift van deze mensen. 'Naast de vrouw die dus pas is afgekeurd als donor, meldde zich een oud-schoolgenootje. En het zusje van een vroegere medewerkster wil doneren. Zelfs cursisten van 20 jaar geleden, die Martin sindsdien niet meer gezien heeft, willen een nier aan

hem afstaan.

Zijn vrouw en dochter willen dat eveneens. 'Mijn vrouw heeft niet de juiste bloedgroep, zij draait mee in een carrousel (cross-over, ook wel ruil-donatie



genoemd, red.). Dit biedt een extra kans op transplantatie aan duo's bij wie directe donatie niet kan. Nieren worden dan onderling gewisseld met andere duo's. Nadeel is dat het wachten op een juiste match lang kan duren.

Mijn dochter heeft wél de goede bloedgroep. Ik sta daarom voor een dilemma. Zou mijn dochter het moeten doen, ja of nee? Hoe reageert ze als de nier zou worden afgestoten? Haar teleurstelling daarover zou ik nauwelijks kunnen verdragen, haar besef dat alles dan voor niets is geweest. Bovenal wil je altijd je kinderen teleurstellingen en tegenslag besparen.'

Met actief een donor zoeken, heeft Martin grote moeite. 'Het volgen of een aanbod nog staat, daar heb ik moeite mee. Daarom is het zo fantastisch dat 3 mensen hun nier uit zichzelf aanbieden en daarover zelf actief contact met me houden. Ik kan het niet opbrengen om 4 weken later aan zo'n potentiële donor te vragen: staat het aanbod nog? Want ik kan me zo goed voorstellen dat je, als je er goed over na gaat denken, het alsnog niet meer wilt. Dat je je bedenkt. Zoiets voor een ander over hebben: dat is verdorie niet mis.'



Nierdonatie: de kunst van het geven (en krijgen)

Martin vindt het ongelooflijk dat mensen die hem een nier aanboden, dat niet in een impuls deden. Ze hebben er een paar weken over nagedacht, voordat ze hem opbelden. 'Onvoorstelbaar', vindt de dierendeskundige. 'Je weet helemaal niet hoe je daarop moet reageren. Ieder woord is te weinig. Nierdonatie is een fenomeen zeg, goddomme. Zo van: Hier heb je een nier van me. Halleluja!'

Koffie in slow motion

Overdag functioneert Martin prima tot een uurtje of 3, daarna stort hij in. 'Dan heb ik de neiging om even te liggen en daarna weer door te gaan, maar aan het einde van de dag ben ik knock-out.' De oud-TROS coryfee is sinds hij beseft hoe slecht het met zijn nieren is gesteld, bewust bezig met wat hij wel en niet mag eten en drinken. 'Vroeger dronk ik wel 10 koppen koffie per dag, dat is nu maximaal 3.' Om zijn bewering kracht bij te zetten, neemt Martin, als in slow motion zo traag, een slok van zijn koffie. Het is alweer de derde en daarmee dus de laatste van de dag. Zoutloos eten kost hem geen moeite, maar anders is dat met de juiste dagelijkse hoeveelheid eiwit binnenkrijgen. 'Het is heel lastig om dat op peil te houden. Maar ja, het was wel het belangrijkste punt waar de dokter mij mee confronteerde.' Martin probeert voldoende calorieën te blijven eten, anders valt hij teveel af. 'Ik ben 1 meter 76 lang en ik weeg 78 à 79 kg.

Voorheen woog ik altijd 84 kg, nu moet ik verdomde goed in de gaten houden dat ik niet verder afval.'

Vlinder op 4 poten

Ondanks de tientallen honden waar hij zich dagelijks mee omringt, laat Martin tegenwoordig alleen nog zijn eigen hond uit. 'Vlinder is een whippet, een kleine windhond. Tijdens het uitlaten ben ik onophoudelijk balletjes aan het gooien, dan rent zij er met 60 tot 70 km per uur achteraan.' Ook probeert Martin zijn conditie op peil te houden door te fitnesssen. 'Die apparaten heb ik thuis, net als een binnenzwembad, maar sporten vergt toch echt discipline. Zelfs als je het thuis kunt doen.'

De slapeloosheid voorbij

Martin had last van slaapproblemen, maar slaapt nu weer redelijk goed. 'Ik heb begin van dit jaar een prostaatoperatie gehad. Daarvoor moest ik 10 tot 15 keer per nacht eruit om te plassen. Je kunt wel stellen dat ik ook dat te lang heb laten duren. Maar met mijn prostaat is het allemaal goed nu.' Daarnaast ligt hij niet meer voortdurend in zijn bed te malen over zijn slechte nieren. 'Al jaren heb ik een hartsvriend, die psychiater is. Tegen hem zeurde ik vaak over die slechte nieren van me. Daarop zei hij laatst: Kom Martin, we gaan er eens 1 keer écht over praten. Dat gesprek heeft mij erg goed gedaan, het geeft me letterlijk meer rust.'