

## Vriendin in de vernieling

# ‘MOET IK INGRIJPEN?’

Eelke (42) maakt zich zorgen om haar beste vriendin. Robin (38) is onlangs gescheiden en maakt een moeilijke tijd door, maar doet net alsof er niets aan de hand is. Hoe help je iemand die geen hulp wil?

**D**e deurbel ging. Dat moest Robin zijn. Ik schrok van haar magere gestalte toen ik de deur voor haar opendeed. Ze was nog meer afgevallen. Gelukkig zag ze mijn geschrokken gezicht niet, want ze was druk bezig met het sturen van een appje naar weet-ik-veel-wie. Waarschijnlijk naar haar nieuwe lover, want ze had een vage glimlach om haar lippen. Sinds haar scheiding experimenteerde ze erop los in de weekends dat ze de kinderen niet had. En waarom ook niet? Ze was single, kon gaan en staan waar ze wilde. Dat deed ze dan ook.

Haar dochtertjes Kitty en Leona huppelden naar binnen om met mijn dochter te gaan spelen. “Kom je ook nog binnen?” vroeg ik aan Robin, om haar aandacht te trekken.

Ze stopte haar telefoon weg. “Sorry, natuurlijk”, knikte ze.

Binnen zette ik een bak dampende koffie voor haar neer op de keukentafel. Robin had haar jas nog steeds aan. “Ik heb het koud”, verontschuldigde ze zich glimlachend toen ik haar daarop wees.

Dan moet je ervoor zorgen dat je weer wat vet op je botten krijgt, dacht ik. Maar in plaats daarvan zei ik: “Het is hier toch echt eenentwintig graden, hoor. Maar vertel, hoe is het nu?”

Robin haalde haar schouders op. “Twee stappen vooruit, een stap terug”, zei ze. “Het blijft moeilijk, maar het gaat echt al veel beter.” Toen ze haar kop koffie pakte, zag ik dat haar handen trilden. Weer glimlachte ze verontschuldigend naar me. “Ik zei het al, ik heb het koud.”

“Of heb je gister soms te diep in het glaasje

gekeken?” lachte ik.

“Ach, wat is diep?” lachte ze met me mee.

Robin bleef een uurtje en probeerde de indruk te wekken dat het oké met haar ging. Daar had ik zo mijn bedenkingen bij. Zoals altijd zag ze er prima verzorgd uit, maar haar broek slobberde om haar billen en de donkere wallen onder haar rode ogen waren ondanks de make-up goed zichtbaar. Haar handen trilden onophoudelijk. “Dat komt niet door de kou, Robin”, zei ik streng. “Je hebt gewoon suikertekort!” Die opmerking wuifde ze weg. Maar op de vraag wat ze die dag gegeten had, kreeg ik geen duidelijk antwoord. Het liep tegen lunchtijd en ik vroeg of ze met ons mee wilde eten. Nee, ze moest er alweer vandoor.

### Wijn

Een paar dagen later belde ik een andere vriendin en ik vertelde haar over Robin. “Wat zou jij doen als ik het was?” vroeg ik.

“Boven op je lip gaan zitten”, antwoordde ze meteen. “Soep langsbrengen en je dwingen om die op te eten. En ik zou je recht in je gezicht zeggen dat je dom bezig was! Je kunt haar toch gewoon vertellen dat je je zorgen maakt?”

Dat laatste was ik met haar eens en ik besloot die avond naar Robin toe te gaan om mijn zorgen met haar te delen. Toen ik aankwam, kwam Robins buurvrouw toevallig net thuis en ze schoot me aan. Ze vertelde dat Robin vaak tot diep in de nacht wakker was en dat ze het idee had dat ze veel dronk. “Ze komt er zelf niet uit, Eelke. Volgens mij heeft ze hulp nodig.”

Ik knikte. “Ik zal het in de gaten houden.”

Ik belde aan en Robin deed de deur open. “Hé, wat onverwacht”, zei ze verrast. “Kom binnen, gezellig!” Ik vroeg me af of ze dat laatste meende.

Zoals altijd zag ze er tot in de puntjes verzorgd uit, maar met haar uiterlijk hield ze mij niet voor de gek. In de keuken zag ik een fles wijn op het aanrecht staan, met daarnaast een wijnglas, bijna tot aan de rand gevuld. “Doe mij ook maar een glaasje”, zei ik, terwijl ik naar de fles wees.

Robin knikte een beetje ongemakkelijk. “Tuurlijk!” Toen we eenmaal zaten, viel ik meteen met de deur in huis: “Ik maak me zorgen, Robin. Ik hou van jou en je twee meiden. Het is niet leuk wat je allemaal meemaakt, maar je moet echt beter voor jezelf zorgen. Minder drinken, meer eten. Op tijd naar bed. Je helpt jezelf nog de vernieling in. Dat kun je je meisjes niet aandoen.”

‘Ze had donkere wallen onder haar ogen en haar handen trilden onophoudelijk’

Robin keek me heel even sprakeloos aan, maar toverde vervolgens haar glimlach weer tevoorschijn. “Lief dat je je zorgen maakt, maar dat is nergens voor nodig. Natuurlijk heb ik stress, maar ik let echt wel op mezelf. En het gaat al veel beter met me dan eerst. Echt.”

“Beloof je dat je naar me toe komt als het niet goed gaat?” vroeg ik.

“Beloofd”, antwoordde ze.

### Zijlijn

Ik geloof haar niet, maar wat kan ik nog meer doen? Af en toe een pannetje verse soep brengen en haar vanaf de zijlijn in de gaten houden? Moet ik anderen gaan inschakelen? Haar ex, met wie ze nauwelijks nog door één deur kan? Haar bejaarde ouders? Maar als ik dat doe, zal ze zich verraden voelen. Zelf vindt ze blijkbaar dat er niets aan de hand is, maar ik denk echt dat ze professionele hulp nodig heeft. Wat zouden jullie in mijn geval doen? ■