

## De binnenwereld van ... Samira Sbai

# ‘Ik ben zorgverlener en perfectionist’

Samira Sbai, 34 jaar oud, is ooit gestart als doktersassistente. Inmiddels werkt zij als coördinator van het Centrum voor Longkanker binnen het Albert Schweitzerziekenhuis. Samira regelt als spin in het web alles van de planning van patiënten en vergaderingen tot het aanspreken van professionals om bij de les te blijven. Een hele klus aangezien er tien verschillende disciplines betrokken zijn bij het centrum.

## Hoe ziet je leven eruit?

Druk! Ik loop altijd rond met zaken in mijn hoofd die ik nog wil of moet doen, maar waar ik niet aan toekom omdat de dagelijkse verplichtingen de overhand hebben. Ik werk 36 uur in de week, daarnaast steek ik al mijn tijd in mijn gezin. Ik heb twee kinderen in de leeftijd van 7 jaar en 14 maanden, die mijn zorg en aandacht nodig hebben. Ik merk dat ik hierdoor geen tijd heb voor mezelf. Ik ben eenzorger en een perfectionist en leg de lat voor mezelf hoog.

## Wat is je missie in het werk?

Ik wil een positieve bijdrage leveren aan het leven van een patiënt die in de moeilijkste tijd van zijn leven zit. Dit doe ik door hulp en empathie te bieden, afspraken van patiënten zo te plannen dat ze zo min mogelijk belast worden, en een vertrouwensband te scheppen zodat ze zo nodig bij mij terecht kunnen. Beloftes nakomen hoort hier als vanzelfsprekend bij. Mensen zijn al zo onzeker, ze moeten weten dat ze op je kunnen bouwen. Dat geldt trouwens niet alleen voor de patiënten, maar ook voor de teamleden.

## De prognose bij longkanker is vaak ongunstig. Hoe ga je daarmee om?

Ik vond de dood altijd ontzettend eng. Ik dacht er het liefst nooit aan en ontweek begrafenissen. Ik ben nu 34 jaar

---

### ‘Ik vond de dood altijd ontzettend eng’

---

en nog nooit op een begraafplaats geweest. Hoewel de dood me nog steeds benauwt, heb ik – vooral door mijn werk – geleerd de dood te zien als onontkoombaar. Het overlijden van patiënten is een dagelijks onderdeel van mijn werk en het spreken met na-



FOTO: CHRIS DE JONGH

bestaanden van de patiënten ontwijk ik niet meer. Ik leer nu de dood en het proces daar naartoe ‘kennen’ doordat ik ervaringen van patiënten hoor.

Ik ervaar onmacht omdat ik patiënten alleen kan helpen met woorden en door zaken voor ze te regelen. Wanneer een behandeling aanslaat geeft de vreugde die ik bij de patiënt zie me veel energie. Daar tegenover staat het verdriet wanneer het slecht gaat met patiënten. Dit vind ik vreselijk om te zien.

## In hoeverre neem je je werk mee naar huis?

Ik neem vaak zaken in mijn hoofd mee, maar het beïnvloedt me nooit op een negatieve manier. Wel zorgt dit ervoor dat ik dingen in mijn eigen leven relativer. Ik word geraakt door jonge patiënten met kinderen, maar ook door een ouder echtpaar dat al ruim vijftig jaar samen is en weet dat hun samenzijn binnenkort eindigt. Op momenten waarin patiënten slecht nieuws horen, is het soms moeilijk mijn emoties in be-

dwang te houden. Door met patiënten te praten en hen te laten zien dat het mij raakt, blijf ik in balans en wordt mijn medeleven zichtbaar. Een *must* vind ik het om met collega's ervaringen en gedachten te delen.

## Waar haal jij je inspiratie vandaan?

Het geloof geeft mij inspiratie en doorzettingsvermogen in het leven, vooral bij twijfel en onmacht. Ik berust dan met de gedachte dat ik dingen los moet laten en laten gebeuren zoals ze al zijn vastgelegd in het leven. Ik put kracht uit deze Koranregel: ‘Onze heer, schenk ons geduld en doe ons sterven als mensen die zich (aan U) hebben overgegeven’ (soerah al-A’raaf 7:126).

## NOOT

In ‘De binnenwereld van ...’ leest u interviews met collega's binnen de psychosociale oncologie. Hoe gaan zij om met hun soms emotioneel beladen werk, hoe behouden zij de balans met hun privéleven? Hoe gaan zij om met verdriet en waar vinden zij juist vreugde en inspiratie? Wij hopen u hiermee een inzicht te geven in de zielenroerselen van collega's.