

‘Niet meer hardlopen is beter dan niet meer leven’

Oekraïense militairen revalideren in het Utrechtse Doorn

Sinds de Russische invasie verloren meer dan 50.000 Oekraïners één of meerdere ledematen. Europese landen helpen bij de behandeling. Nederland ook. Zo revalideerden inmiddels bijna 60 Oekraïense militairen in Doorn. Een dag in het Militair Revalidatiecentrum (MRC). ‘We richten ons op de dubbelamputaties.’

Illia Smirnov (26 jaar) heeft blond stekeltjehaar, een kuiltje in zijn kin en sproetjes. Eén van zijn tattoos komt boven de hals van zijn grijze T-shirt uit: een adelaar. De vleugels van de vogel spreiden zich uit over de volle breedte van zijn borst. ‘Die adelaar betekent voor mij vliegen en vrijheid.’

Adelaars wijzigen hun vliegroutes boven Oekraïne. Met een omweg van zo’n 80 kilometer ontwijken ze artillerievuur en gevechtsvliegtuigen. Het slagveld midden was voor de Oekraïense militair Smirnov geen optie. Hij verloor aan het front zijn onder- en bovenbenen. Sinds november 2023 revalideert hij in het MRC in Doorn.

Revalideren in Doorn

Het terrein van het MRC op de Utrechtse Heuvelrug beslaat zo’n 500 bij 500 meter. Verspreid tussen de bomen staan stenen gebouwen: een sportcomplex met fitnessruimtes en zwembad, een gebouw met 70 hotelkamers voor revalidanten die overnachten in Doorn en het pand waar de prothesemakers werken.

Centraal op het terrein ligt de halfronde ingang van het hoofdgebouw. De romp van het complex geeft toegang tot twee rechthoekige armen. De rechterarm is

korter dan de linker. Door beide armen loopt personeel in donkerblauw polo. Geen witte jassen in deze zorgorganisatie. Wel twee mensen in militair uniform. Medewerkers maken oogcontact met de mannen zonder polo. Mannen met één been. Of nul.

In de langere linkerarm van het gebouw hangt een kunstwerk aan de muur: een notenbalk van prikkeldraad op een geel-blauwe achtergrond. Aan het prikkeldraad hangen zwarte figuurtjes: militairen. Naast de notenbalk is de deur naar de huiskamer. Deze ochtend zitten drie mannen zonder benen in de huiskamer. Eén in rolstoel, twee op de leren bank.

De Oekraïner Andrii Rybalko is één van hen. Zwart, gemillimeterd haar onder een pet. Zwartgrijze Adidas sneakers aan de uiteindes van zijn blauwwitte prothesebenen. ‘We spreken elkaar vanmiddag’, zegt hij in het Engels. Een kwartier later rolt hij door de gang naar de romp van het hoofdgebouw. Hij komt hier nu zes maanden, drie dagen per week. ‘Hey!’ begroet hij een medewerker. Een andere passant geeft hij een high five.

Niet meer hardlopen

‘Ik liep hard. 20 kilometer, 25 kilometer’, vertelt Rybalko die middag. ‘Natuurlijk,

het liefst loop ik weer hard. Door Cherson, zoals het was.' Rybalko kijkt naar beneden als de tolk zijn Oekraïens vertaalt. Zijn korte broek met legerpatroon trekt hij verder over de protheses heen. Zijn zwarte pet zet hij af, op, weer af. 'Maar beter dit dan dood. Niet meer hardlopen is beter dan niet meer leven'.

Als de oorlog in Oekraïne losbarst, verruilt Rybalko zijn baan als technicus op een schip voor die van militair. Hij meldt zich vrijwillig aan. Zijn vrouw en 12-jarige dochter laat hij achter in de havenstad Cherson. Een jaar later ligt hij in een Oekraïens ziekenhuis. In december 2023 komt hij naar Doorn. Rybalko: 'Ik heb geluk gehad. In Oekraïne was ik mijn hele leven in bed gebleven. Mijn vrouw is mee om mij te helpen. Mijn dochter is bij mijn schoonouders in Oekraïne.'

Als Rybalko terugdenkt aan die dag in 2023, maakt hij geen oogcontact. De zwarte pet blijft nu liggen op zijn rechterprotheseknie. 'Op twee kilometer afstand vuurden Russen een tankgranaat af. Ik hoorde dat niet van zo ver. Ik registreerde wel dat de granaat neerkwam. Ik keek achterom. Mijn beide benen lagen achter me. Mijn linkerbeen was er meteen af. Weggeblazen. Mijn rechterbeen was zwaargewond. Een deel van mijn kont was weg, met een stuk van het bekkenbot.'

Rybalko pauzeert, zucht. 'De scherven doorboorden mijn darmen. Een andere scherf sneed door mijn oor, dwars door mijn helm heen. Het geweer op mijn rug spatte uit elkaar. Ik had een kogelwerend vest aan. Mijn geweer en mijn vest waren mijn redding. Op weg naar het ziekenhuis reanimeerden ze me.' Rybalko's grijze ogen onder de zwarte streep wenkbrauwen zoeken weer contact. 'Ik heb nu een stoma. En in mijn bekken zit nog steeds een scherf van 2,5 centimeter.'

Schaatsen zonder benen

Antoinette van de Ven is de revalidatiearts van zowel Smirnov als Rybalko. Op de schouder van haar donkerblauwe marine-uniform prijkt haar rang in goud stiksel: Kapitein ter zee. Midden op de rechthoekige tafel in haar kantoor staat een zeilschip van nanoblocks, minilego uit Japan. Van de Ven: 'Ik houd van lego en dit schip vind ik wel toepasselijk, al doe ik sinds 2006 geen missies meer.'

Net als bij lego is haar werk puzzelen en bouwen: elke stomp vraagt een prothese op maat. In zo'n prothese zit 30 tot 40 uur werk. Van de Ven: 'De vraag is enorm. Naar schatting hebben meer dan 50.000 Oekraïners een prothese nodig door de oorlog. Enkelvoudige amputaties doen we niet meer. Dat kunnen andere revalidatiecentra ook. We richten ons op de dubbelamputaties.'

'De Oekraïners willen terug naar huis. Sommigen willen weer vechten,' vertelt van de Ven. 'We maken protheses die passen bij de toekomstplannen van de revalidant. Protheses die onze collega's in Oekraïne ook kunnen onderhouden. En protheses die werken op een gladde ondergrond. Als het glad is in Nederland, dan strooien we zout. Dat is in Oekraïne niet zo.'

Van de Ven denkt aan die keer dat Oekraïense revalidanten hun protheses testten op de ijsbaan. Ze droegen stubbies: korte protheses van bil tot knie. 'Die mannen liepen rond over het ijs, terwijl de kinderen van een schoolklas hun ogen uitkeken. De Oekraïners stonden op gelijke ooghoogte met de kinderen op de ijsbaan.'

Naar de haaien

Later die middag deelt ook de blonde Smirnov zijn verhaal. Naast de tattoo van de adelaar op zijn borst, heeft hij

tatoeages op zijn armen. Hij lacht zijn onregelmatige tanden bloot als hij wijst naar de haai op zijn bovenarm. 'Ik hoorde het nieuws over een haai die een Russische toerist op at. Geweldig verhaal, toch? Ik nam direct deze tattoo. Kijk maar, in die haai zie je een dode Rus. Hahaha.'

Smirnov overleeft een Russische raketaanval, maar verliest beide benen. 'Met mijn hoge amputatie ben ik een moeilijk geval,' zegt hij. Tijdens ons gesprek draagt hij één prothese. Prothesemakers pasten de andere prothese vanochtend aan, omdat zijn stomp verandert. Na ons gesprek gaat hij passen. De losse prothese staat naast zijn rolstoel. De knie ervan gebruikt hij nu als armleuning.

Die dag in 2023? Smirnov knijpt zijn ogen tot spleetjes. 'Hoe vertel ik dat?' Het is een paar seconden stil. Dan: 'Ik lag in een loopgraaf. Mijn maatje lag een paar meter verderop. De Russen voerden een massale artillerie- en raketaanval uit. Ik kon me niet verstoppen. De raket kwam op mij. Mijn maatje had mazzel, want hij had helemaal niets. Ik had pech. De scherven doorboorden mijn benen, sneden mijn pezen, bloedvaten en spieren af. Mijn benen waren een vergiet.'

In het ziekenhuis amputeren artsen zijn benen. Smirnov gaat naar een Oekraïens revalidatiecentrum. 'Daar ontmoette ik lotgenoten. Zij kregen hun prothese hier in Doorn. Ik zag hun protheses en dacht: ja, dat wil ik ook. Ze vertelden me dat ik naar Antoinette van de Ven moest. Nu ben ik hier ook echt. Ik ben heel blij. Ja, ik ben hier alleen en nee, dat vind ik niet moeilijk.'

Een toekomst opbouwen

Revalidatiearts van de Ven: 'Ik rem de Oekraïners eerder af dan dat ik ze aanmoedig. Ze luisteren heel goed naar mijn instructies. Ze willen dóór,

een toekomst opbouwen. Al luisteren ze niet naar mijn advies over roken: stop daar nu mee, want daardoor herstelt de wond slechter. Roken? Ik zie het inmiddels maar als zelfmedicatie.'

Ook Rybalko is bezig met zijn toekomst. 'Ik ben nog steeds militair. Misschien kan ik het leger in als droneoperator? Of anders iets in de IT en weer een burgerbestaan opbouwen in Oekraïne?' Hij fronst en het volume van zijn stem gaat omhoog: 'Russische terroristen noemen Oekraïners nazi's. Onze flat in Cherson hebben ze zo beschadigd dat we niet terug kunnen. Waar ik straks woon? Ik weet het niet.'

Smirnov droomt van een baan in Nederland, als fysiotherapeut of prothesemaker. 'Ik gebruik mijn ervaringen om mensen te helpen bij hun protheses. Mensen geloven mij meer dan de mensen die op hun eigen benen staan. Ik weet hoe het voelt om geen benen te hebben.'

Vliegueren maken

Het is bijna 16.00 uur. In de zonverlichte linkerarm van het hoofdgebouw poseert Rybalko voor de foto. Met zijn armen duwt hij zichzelf omhoog uit zijn rolstoel. Hij staat, leunt op zijn krukken, wankelt. Hij schrikt als hij bijna valt, maar herstelt zich. Een medewerker van het MRC kijkt toe en zegt: 'Dát was wel een mooie foto geweest.'

In een wit taxibusje verlaat Rybalko het groene bosterrein van het MRC. Terug naar zijn tijdelijke thuis in Nederland. Hij maakt de komende maanden nog vliegueren in Doorn. Daarna reist hij met zijn vrouw terug naar hun dochter in Oekraïne. Nu zwaait hij, als een vogel die met zijn vleugels wappert. Alsof hij zegt: ik heb misschien geen benen meer, maar genoeg kracht voor mijn vliegroute naar een nieuwe toekomst.