



HARM KUIPERS

*Van start op twee
linkerschaatsen*

Autobiografische vertellingen

MET EEN
VOORWOORD
VAN **MART**
SMEETS

2010
Uitgevers

Van start op twee linkerschaatsen

HARM KUIPERS

***Van start op twee
linkerschaatsen***

Autobiografische vertellingen

2010
Uitgevers



Harm Kuipers in actie bij de IJsselcup, november 1971.

Foto Jan Stappenbeld/De Telegraaf/Archief KNSB

Voorwoord

Harm Kuipers is een bijzonder mens, en dat is ie. Deze bijna te simpele tegeltjeswijsheid is zeer van toepassing op deze arts, wetenschapper en ex-topschaatser. Ik heb hem nog zien schaatsen. Ik heb hem in zijn togjaren (1974 en 1975) nog vragen mogen stellen, dus heb ik (een klein beetje) recht van spreken. Een van die vragen van toen luidde: 'Waarom denk je dat het goed is je eigen trainer te zijn?'

Het leven van hem in die jaren bestond uit studeren en trainen. Het was een overzichtelijk edoch druk bestaan. Hij wilde graag een goede arts worden en daarnaast leek het hem wel aardig om een topschaatser te zijn. Iemand die zou kunnen zeggen dat hij kampioen was. En ja, in de spaarzame uren dat hij trainde, was hij in feite zijn eigen trainer. Simpel en waar.

Hij relativeerde toen ook al, plaatste veel – zoniet alles – in een begrijpelijk kader en was duidelijk. Dat is hij zijn hele verdere leven gebleven: je mag hem een puur cerebraal levend mens noemen. Ooit vroeg ik hem waarom hij in 1975, in het toen duistere Bislet Stadion van Oslo, wereldkampioen was geworden. Hij dacht even na en stelde rustig: 'Omdat mijn tegenstander, Ivanov, niet nog harder reed op de tien kilometer.' Dat was een klinische, juiste constatering. Ivanov kwam een zucht van een seconde te kort voor de titel, die nu dus naar de ietwat spichtige Drent ging. Na Ard Schenk en voor Piet Kleine had de Nederlandse schaatswereld weer een kampioen. Over welke tijd we nu spreken? Juist, het post-Schenk tijdperk. De drie S-sen in Noorwegen (Stensen, Sjöbrand en Storholt) stonden op. De Nederlandse ploeg bestond verder uit de rijders Piet Kleine, Klaas Vriend en Jan Derksen en het verschil tussen Kuipers en Ivanov staat volgens mij nog altijd als het kleinste gaatje ooit tussen de nummers een en twee bij een wereldtiteltoernooi.

Kuipers werd arts en onderzoeker. In 1984 had hij iets belangwekkends gezegd over dopinggebruikende sportlieden en mocht ik spoorlags naar de Amerikaanse stad Muncie in Indiana vertrekken om hem, op de campus van Ball State, daarover vragen te stellen. Kuipers de wetenschapper bleek een goede uitlegger te zijn. Hij vertelde dat zijn woorden wel heel vrij waren geïnterpreteerd door een onwetende journalist. In Nederland was ophef ontstaan over de uitspraken, maar Kuipers doofde het vuur met nuchter uitgesproken zinnen.

De nuchterheid waarmee hij over schaatsen kon praten, trok hij dus door in zijn wetenschappelijk werk. Dat was even opvallend als prettig en maakte hem later altijd een goede voor een interview als het ging over zaken die wij niet snapt en hij wel begreep. Misschien is dat ook wel zijn grootste verdienste: hij kan moeilijke zaken makkelijk uitleggen. Dat is niet veel mensen gegeven. Is het de bijna spreekwoordelijke Drentse nuchterheid? Of denkt hij gewoon langs korte, rechte lijnen?

Zelfs toen hij stevig ziek werd en de sportwereld schrok van de ernst van zijn prostaatkanker, bleef hij kalm en 'uitleggend' redeneren, hetgeen knap te noemen is.

Zijn leven pent hij hier in klare, bijna gehoekte taal neer. Het leest als een sterk en op karakter gereden tien kilometer in de open lucht.

Haarlem, 11 september 2012.

Mart Smeets

Verantwoording

Elk mensenleven kent pieken en dalen. Gelukkig onthouden we meestal de pieken en vergeten we de dalen. Mijn leven heeft tot nu toe veel pieken gehad en daar denk ik met plezier aan terug. Thuis vertelde ik regelmatig over veel van die plezierige belevenissen tijdens mijn sportcarrière en later ook over ervaringen tijdens mijn beroepsmatige leven in de wetenschap.

Onze jongste zoon heeft meerdere malen tegen me gezegd dat ik al die verhalen eigenlijk eens zou moeten opschrijven. Allereerst omdat het gewoon leuke verhalen waren, maar ook omdat anderen misschien van mijn ervaringen en belevenissen iets konden leren en daardoor misschien niet in dezelfde valkuilen zouden trappen.

Lange tijd heb ik dat weggewuifd, tot de wintervakantie van 2011. Toen ik op die vakantie weer aan het vertellen was en onze zoon voor de zoveelste keer die opmerking maakte, leek het me helemaal geen slecht idee. Er was bovendien een nieuw argument bijgekomen, omdat mijn toekomstperspectief er opeens een stuk onzekerder uitzag, nadat ik in 2010 te horen had gekregen dat ik een vervelende vorm van prostaatanker had. Ik ben direct gaan schrijven.

Ik ben allereerst dank verschuldigd aan mijn naaste familie voor de morele steun en de bereidheid mijn teksten van commentaar te voorzien. Thijs Herpers heeft daarna de gehele tekst nogmaals met een kritische blik bekeken en dat betekende een volgende ronde van grondige revisie. Het resultaat ligt voor u.

De inhoud bestaat uit gebeurtenissen en ervaringen uit mijn leven en is opgebouwd uit korte verhalen. Elk verhaal staat op zich en daardoor is het boek te allen tijde weg te leggen en weer op te pakken zonder de draad kwijt te raken.

Ik wens de lezer veel leesplezier.

Meerssen, april 2012.

Harm Kuipers



Op zesjarige leeftijd, 1953. *Privéarchief Harm Kuipers*

Inhoud

Ik leerde schaatsen op twee linkerschaatsen	11
De destructieve gevolgen van mijn fysieke krachten	16
De knieblesure en de fruitmand	20
De hongerklop en astronautenvoeding	22
Eigenheimer en het belang van rust als onderdeel van training	25
Trainingskampen en een illegale gast	30
Kan seks voor de wedstrijd?	32
Winderigheid en een Mercedes Sport	33
De kunstijsbaan van Assen	36
Controle, doping en drank bij sporters uit het voormalige Oostblok	38
wk en alcohol als medicijn	40
Pionieren in de schaatssport	43
Het zwarte gat?	47
Van topsporter naar wetenschapper	50
Een postdocjaar in Muncie, Indiana	55
De strategie van het concept	64
Alternatieve Elfstedentocht in Polen en een kapotte vaas	67
De publicatiecommissie van het IOC en Belgische adel	69
De WADA-lijstcommissie en de Franse lobby	73
De medische commissie van de ISU	77
Werken op de universiteit	82
Meneer C en het bedrog in de wetenschap	88
Alles waar je in gelooft helpt, ook al werkt het niet	93
De zaak Kotiuga en het dokterstasje	97
De zaak Claudia Pechstein	102
Omgaan met de media; vallen en opstaan	110
Doping, geloof en rattengif	115
Mijn vader is helemaal geen dokter	120
Over <i>full flaps</i> en voorzorgslandingen	123
De diagnose prostaatanker, de behandeling en een dieet	129
Pas op voor kwakzalvers	134
Hoeveel pech kun je hebben?	139

Ik leerde schaatsen op twee linkerschaatsen

Ik kom uit een arbeidersgezin. Mijn vader was elektricien en mijn moeder huisvrouw. Ze woonden in het Drentse dorp Donderen, gemeente Vries, op de boerderij bij mijn grootouders in. Daar werd ik op 22 november 1947 geboren en ik bleef enig kind. De vroedvrouw had nadrukkelijk verklaard dat de borstvoeding vanzelf op gang zou komen, als ik maar lang genoeg werd aangelegd. Maar er kwam helemaal geen melk uit de borst en na een aantal dagen had ik zelfs de kracht niet meer om te zuigen. Ik begon er zo slecht en ondervoed uit te zien, dat de mensen in het dorp aan mijn ouders vroegen of ik nog wel leefde. Mijn moeder vertelde me later dat mijn grootmoeder me, tegen de uitdrukkelijke instructies van de vroedvrouw in, toch stiekem met de fles, gevuld met koemelk en suikerwater, heeft bijgevoed. Toen de huisarts op consult kwam, werd de vroedvrouw onmiddellijk op het matje geroepen. Daarna werd ik met de fles gevoed. Vanaf dat moment groeide ik als kool. Mijn eerste week staat in schrill contrast met mijn latere schaatssuccessen.

Ik was vijf jaar toen ik met mijn ouders meeging naar de lokale natuurijsbaan in Donderen. Ik had geen schaatsen. De enige passende houtjes in de goede maat en nog met leer en veters, die mijn ouders voor me op zolder vonden, waren twee linkerschaatsen. Mijn ouders dachten dat het weinig uit zou maken, omdat ik toch nog niet kon schaatsen. Maar volgens moeder had ik, ondanks verkeerd materiaal, direct de goede slag te pakken. Nog diezelfde dag kochten mijn ouders mijn eerste echte paar houtjes bij de lokale smid. Het jaar daarop won ik mijn eerste prijs bij schoolwedstrijden.

Toen ik acht was verhuisden we naar Norg, een naburig Drents dorp. Vader had daar een baan aangenomen bij installatiebedrijf Nijboer. Als secundaire arbeidsvoorwaarde konden wij in het huis naast de zaak wonen, wat hem veel reistijd scheelde. Ik had er een plezierige en onbezorgde jeugd. Tijdens schoolvakanties logeerde ik nog regelmatig op de boerderij van opa en oma Kuipers in Donderen en hielp dan mee in het bedrijf. Tussen het werk op de boerderij door zwierf ik vaak in het veld, genietend van de natuur. In het voorjaar ging ik op zoek naar kievitseieren.



Vader, moeder en de kleine Harm eind jaren veertig. *Privéarchief Harm Kuipers*

Hoewel je het niet direct bij een boerenfamilie zou verwachten, kom ik uit een muzikale familie. Mijn grootvader, opa Harm Kuipers (naar wie ik vernoemd ben) was boer, maar speelde ook piano. Zijn oudste zoon Theo speelde viool en mijn vader piano, accordeon en saxofoon. Opa en zijn twee muzikale zoons hebben veel bruiloften en partijen in de buurt van muziek voorzien. Het was dan ook niet vreemd, dat ik vanaf mijn achtste tot mijn vijftiende jaar pianoles kreeg. Hoewel ik aanvankelijk veel van de muziek die ik moest spelen niet op waarde kon schatten, kwam dat later wel toen ik meer technische vaardigheid kreeg. De klik met klassieke muziek had achteraf sneller kunnen gaan, als ik maar de juiste uitvoering en interpretatie van de pianostukken had kunnen beluisteren. Maar in die tijd hadden we thuis nog geen platenspeler en mijn lerares speelde helaas nooit stukken voor. In mijn verdere leven is muziek, vooral die van Chopin, belangrijk voor me gebleven en een emotionele uitlaatklep geworden. De Pools-Franse componist biedt me voor elke mogelijke gemoedstoestand passende muziek.

Op de lagere school was ik een middelmatige leerling. Maar weinig mensen hadden toen durven voorspellen dat ik ooit een studie geneeskunde aan de universiteit zou afronden. Bij het rapportgesprek met mijn moeder

(vader was ongetwijfeld ergens aan het musiceren) was het schooladvies van de onderwijzer voor vervolgonderwijs: ambachtschool (lager beroeps-onderwijs). Zijn advies was ingegeven door mijn rapportcijfers. Die waren weliswaar altijd voldoende geweest, maar met zesjes en zevens wel heel middelmatig. Alleen op vlijt en gedrag scoorde ik stevast een acht. Een factor die het advies van de hoofdonderwijzer zeker heeft beïnvloed is dat ik heel erg verlegen was en in de klas opviel door vooral niet op te vallen. Ik probeerde me zoveel mogelijk te verschuilen en wanneer ik dan een beurt kreeg of me iets gevraagd werd, kleurde mijn hoofd als een biet. Daarom schatte de hoofdonderwijzer mijn intellectuele kwaliteiten niet zo hoog in. Het was hem kennelijk ontgaan dat ik wel veel over wetenschap en natuur wist, over algemene kennis beschikte en vooral een echt leesbeest was. Thuis verslond ik boeken en las alles wat ik in handen kreeg. Moeder was het dan ook niet eens met het advies van de hoofdonderwijzer. Ik had twee linkerhanden en de ambachtschool zou volgens haar dan ook een mislukking worden. Ze gaf aan me toch naar de ULO (vergelijkbaar met het latere MAVO) in Norg te willen sturen. De onderwijzer haalde zijn schouders op met de opmerking “Nou ja, u kunt het een jaartje proberen”.

Ook op de ULO was ik aanvankelijk geen briljante leerling. In het begin wist ik ook helemaal niet hoe je moest studeren en hoe je huiswerk moest plannen en uitvoeren. Aanvankelijk maakte ik ‘s ochtends, voor ik naar school ging, nog gauw het opgegeven huiswerk. Dat resulteerde bij proefwerken en overhoringen vaak in matige cijfers en regelmatig scoorde ik een onvoldoende. Af en toe, wanneer moeder het abonnement op het weekblad Donald Duck dreigde op te zeggen, zette ik een tandje bij om die rampspoed af te wenden. Ik heb dan ook nooit hoeven doubleren. Pas in de derde klas van de ULO, toen de voorbereiding op het eindexamen kwam en ik mentaal rijper werd, begon mijn interesse voor leren en studeren sterk toe te nemen. Mijn eindexamen haalde ik met ruim een acht gemiddeld. Er stonden vier tienden op de eindlijst.

Omdat zowel het beroep als de status van onderwijzer me wel aantrokken, ging ik na de ULO naar de Rijkskweekschool voor onderwijzers in Groningen. De eerste twee jaren waren eigenlijk een voortzetting van de middelbare school. Ook op de kweekschool scoorde ik hoge cijfers. Dat was vooral voor de vakken wiskunde, natuurkunde en biologie. Die vond ik zo interessant, dat er op een aantal rapporten weer tienden stonden. Mijn

minst favoriete vak was handenarbeid. Gelukkig had ik een goede kennis, Herma Stroetinga, die daar wel heel goed in was. Herma was kleuterjuf en heeft meerdere malen mijn huiswerkopdrachten gemaakt en mij aan cijfers geholpen die ik niet zelf verdiend heb.

De al lang sluimerende interesse voor geneeskunde en wetenschappelijk onderzoek werd tijdens de kweekschoolperiode steeds sterker. Deze interesse werd vooral gevoed door het verlies - kort na elkaar - van twee mensen die me zeer na stonden. De eerste was een schoolvriend; we waren allebei een jaar of tien. Bij hem werd een hersentumor geconstateerd waaraan hij binnen een paar jaar zou overlijden. Ik bezocht hem tijdens zijn ziekte regelmatig, alleen of samen met gemeenschappelijke vrienden. Het navrante was dat de patiënt zelf niet op de hoogte leek te zijn van de diagnose en ook niet van zijn vooruitzichten. Dat vond ik naar en moeilijk te begrijpen. Het maakte de communicatie bovendien nogal kunstmatig. Ik kon de dingen niet bij de naam noemen en er kon in de laatste fase van zijn leven ook niet echt afscheid worden genomen. Kort na zijn dood overleed een oom van me op vrij jonge leeftijd aan darmkanker en ook dit maakte diepe indruk op me. Hij kon of wilde niet over zijn ziekte praten en dat vond ik - hij was per slot een volwassene - moeilijk te begrijpen. Hij lag in de laatste fase alleen in een kamer, gescheiden van de anderen. Er kon met hem of in zijn bijzijn niet over zijn toestand gepraat worden. Zodra de familie bij elkaar in de woonkamer zat, werd er wel open over gesproken, zonder de doodzieke oom. Dit verstoppertje spelen ging volledig tegen mijn gevoel in. Deze twee gebeurtenissen maakten me duidelijk dat ik dokter wilde worden en mensen helpen. Ik had echter geen HBS-B (het latere atheneum bèta of vwo) en dat maakte een universitaire studie voor mij onmogelijk. Dat veranderde toen ik een keer met Leen Pfrommer in de auto onderweg was naar een schaatswedstrijd en hem over mijn wens vertelde. Pfrommer overtuigde me dat ik mijn hart moest volgen en hij opperde de mogelijkheid om vanuit de krijgsmacht en op kosten van het ministerie van Defensie te studeren. Voor militaire dienst kon ik inderdaad niet langer uitstel krijgen. Ik moest dan wel eerst staatsexamen HBS-B doen, maar daar waren avondscholen voor. Mijn ouders vonden zo'n grote koerswijziging in de beroepskeuze helemaal geen goed idee. Toen ik dat aan Pfrommer vertelde bood hij aan om met mijn ouders te komen praten. Mede dankzij zijn overtuigingskracht stemden mijn ouders alsnog toe.