

Ciska Zuur:

“Sommigen lopen de laatste dagen rond als zombies”

In de rubriek ‘Doorvragen’ mag de geïnterviewde bepalen wie de volgende maand aan het woord komt en welke vraag in ieder geval moet worden gesteld.

De vorige kandidaat van Doorvragen, Hans Lemmen, vraagt of jij weleens een gescheurde wenkbrauw van een bridger hebt moeten hechten?

“Nee, dat niet. Maar ik adviseerde wel regelmatig over kleine klachten. Bijvoorbeeld rugklachten, want veel bridgers hängen aan de bridgetafel. Mijn meeste werk zat vóór de kampioenschappen. Voorlichting over eten, drinken, jetlag, conditie, alcoholgebruik, plaatselijke rareiteiten, kleding bij airco of juist niet. Verder controleerde ik het medicijngebruik van bridgers aan de hand van ‘verboden stoffen’. Zelfs vitamines kunnen vervuild zijn. Je kunt gewoon het risico niet lopen dat er iets inzit. Ja, die lijst van verboden stoffen is wel een beetje doorgeslagen.”

Is er ooit een bridger betrapt op doping?

“Niet dat ik weet. Als ik adviezen geef over wiet, zitten vooral jongeren nog weleens schaaachtig te lachen. Maar ik weet nog dat Pieter van den Hoogenband vertelde dat als hij vanaf zes weken voor een wedstrijd langs een café liep en wiet rook, hij dan niet naar binnen ging want die rommel gaat onmiddellijk in je systeem zitten.”

Hoe ben je bondsarts geworden?

“Bij toeval. Ik las in een verslag hoe bridgers op de dag van een belangrijke wedstrijd nog even vanuit de airco naar buiten in de warmte gingen rennen.

Ik was verbaasd en schreef een brief naar de BridgeBond dat het misschien verstandig zou zijn om advies bij een sportarts te vragen. Er was in die tijd wat dat betreft totaal geen begeleiding, ook niet over het eetgedrag in den vreemde en tijdens wedstrijden. NOC*NSF gaf aan dat zij voor bonden helaas geen arts ter beschikking had. Toen vroeg de bond of ik het misschien wilde doen.”

Namen bridgers jouw inbreng wél serieus?

“De betere bridgers waren het meest geïnteresseerd. Eén honderdste punt kan je gewoon je kampioenschap kosten. In andere sporten doen deelnemers alles voor die ene honderdste seconde, maar bridgers gingen gewoon bridgen. Door goede voorlichting heb ik wel het nodige weten te bereiken.”

Zijn de topbridgers beter gaan presteren toen jij bondsarts was?

“Wie weet, maar dat is niet aan te tonen. Ik weet wel dat diverse bridgers blij met mij waren. Ik herinner me nog het WK in Veldhoven, waar ik elke dag aanwezig kon zijn en dus ook ter plekke kon adviseren. Je hebt geen idee hoe afmattend zo’n toernooi is. Sommigen lopen de laatste dagen rond als zombies. Hersen-

activiteit kost immers evenveel energie als spieractiviteit. Mensen die marathons lopen, doen dat maar drie keer per jaar, anders houden ze het niet vol. Bridgers zijn soms twee weken lang achter elkaar intensief bezig.”

Wat zijn je leukste herinneringen als bondsarts?

“Mijn baan was onbezoldigd, dus ik kreeg geen gratis reisjes naar de wedstrijden. Ik ben wel een paar keer zelf gegaan binnen Europa, al was het alleen maar om te kijken hoe het eraan toe ging. De eerste keer dat ik mee was, naar Pau in Zuid-Frankrijk, sloeg het weer ineens om van 18 naar 32 graden en heb ik pijlsnel alle coaches geïnstrueerd hoe de spelers daarmee om moesten gaan. Als ik terugkijk, was het leuke aan mijn baan een optelsom van heel veel kleine dingen. Bijzonder vind ik dat ik een topbridger, van wie ik de naam niet zal noemen, goed heb kunnen helpen en begeleiden met een chronisch, ernstig rugprobleem.”

Welk advies heb je opvolger Jaap Stomphorst meegegeven?

“Ik heb hem gewaarschuwd dat bridgers vaak veel te laat aankomen met medicijnen of met kleine medische klachten.”

Jij was gerespecteerd stralingsdeskundige. Zijn kerncentrales nog wel van deze tijd?

“Zeer zeker! Maar ik dacht dat we het over bridge zouden hebben...?” ■



Wie is de volgende kandidaat in deze rubriek en waarom?

“Ik hoorde dat Fenna Luijcks van B.C. Steenberghe op 1 juni honderd jaar hoopt te worden. Ik ben zo benieuwd hoe zij bij het bridgen omgaat met het onvermijdelijke verminderen van het geheugen. Of heeft ze daar geen last van?”

Ciska Zuur is opgeleid als arts, jeugdarts en sportarts, hield zich als radiobioloog bij TNO bezig met borstkankeronderzoek en was 24 jaar werkzaam bij VROM als stralingsdeskundige die na de kernramp in Tsjernobyl in 1986 boer en burger adviseerde: “Koeien naar binnen, spinazie doordraaien.” Ze bridget ‘echt’ sinds 2003, speelt hoofdklasse en is actief als bondsarbiter, districtscompetitie leider en bridgedocent. Na elf jaar nam ze afscheid als bondsarts.