

Column 'Humor in barre tijden' door Toon van der Aa, uitzending 19 maart

Als lachen gezond is, wat bijna elke arts zal beamen, dan zou je het moeten kunnen inzetten tegen ziekte. Heeft iets te maken met endorfinen die je ermee aanmaakt, net zoiets als vitaminen maar dan anders. In elk geval staat humor daarmee op één lijn met het placebo, huisdieren en wonderen.

Laat ik beginnen met een grappig verhaal. Als kind ben ik ooit eens in het pak genaaid door onze huisdokter. Tegenwoordig doen we dat zónder pak, u weet dat wel. Hij was geïrriteerd door mijn vage klachten en gaf me een loos pilletje, een placebo dus. Ik knapte snel op, en daar had ie het bij moeten laten, al was het maar om dezelfde truc nóg eens te kunnen inzetten – jaja, tegenwoordig weten we dat het placebo-effect vaak zelfs nog werkt als je ervan op de hoogte bent. Hoe dan ook, deze klotedokter vertelde in aanwezigheid van mijn hele halve familie dat ik erin gestonken was ergo als aansteller kon worden aangemerkt. Jaren vijftig hè, geen gezeik, u kent dat wel. Iedereen lachte mij uit. En de kat keek toe. Dat was dus placebo-effect, humor en de invloed van dieren in één geval samenkomend. Nu het wonder nog. Geen wonder dat ik tot de nok volzit met jeugdtrauma's.

Broer Piet intussen dacht dat placebo's vervaardigd waren uit placenta, moederkoek dus, al wisten we niet precies hoe die gemaakt werd. Wel keken we wat wantrouwig toen moeder aan kwam zetten met eigengebakken koekjes.

De weldadige werking van dieren is ook wijd en zijd bekend. Om te beginnen in de pan, zeiden mijn cardiologen telkens, en dat heeft niets te maken met een *pandemie*. Mager rundvlees maar zonder vette jus zeggen ze. Want blijkbaar is niet elk dier even geschikt om ziektes tegen te houden. Kijk anders maar naar China, waar ze alles eten dat pootjes heeft behalve het ameublement en het statief van hun selfie, en moet je zien wat dát heeft opgeleverd.

Goed, blijkbaar is humor niet alleen toepasbaar bij individuele ziektes maar ook bij epidemieën. En niet alleen humor. Door de 'sociale onthouding' die de regering van ons verlangt is de vraag naar gezelschapsdieren natuurlijk flink gestegen. Iedere zieke wil wel een lekker dier op bed. Te meer omdat de beroepsgroep die normaal voor intieme ondersteuning zorgt wegens besmettingsgevaar nu niet meer zal komen voorrijden. En dan bedoel ik niet de cliniclowns; die engerds mogen van mij wegblijven, ik ga nog net zo lief zelfhumor tussen de lakens bedrijven.

Met het oog op een komisch én een placebo-effect, én omwille van een verhoopt wonder, ben ik er wel voorstander van om geneeskrachtig water uit diverse heilige plaatsen in de winkelschappen te zetten, bijvoorbeeld uit Lourdes, ja iedereen zegt 'loerdes'. Waar eerst de wc-rollen stonden kunnen nu mooi die flesjes komen. En dat heilige water is zelfs een bruikbaar alternatief voor pleepapier, zoals onze Indische en Mediterrane landgenoten u kunnen vertellen; misschien krijgt u er zelfs wel een zalig uiteinde van!