

De gepromoveerde diëtist

Chermaine Kwant studeerde in januari 2010 af aan de Haagse Hogeschool als diëtist en startte meteen erna haar eigen praktijk. ‘Ik had eigenlijk geen idee wat ik nou wilde doen na mijn afstuderen. Tijdens de opleiding merkte ik dat ik de meer zeldzame aandoeningen heel interessant vond en ik riep altijd dat ik daar ooit “op wilde promoveren”.’ Nu is Chermaine 38 jaar oud en eigenaresse van *ck REBEL* transformaties. Zij vertelt over haar persoonlijke ervaringen die gaan leiden tot haar promotie.

‘Vanuit mijn onderneming begeleid ik vrouwen met zeldzame en complexe ziektebeelden om met voeding hun kwaliteit van leven te verbeteren én begeleid ik tegenwoordig ook zorgprofessionals met een boodschap die gehoord moet worden. In het voorjaar van 2025 verdedig ik mijn proefschrift. In navolging hiervan zet ik mij in voor een meer integrale benadering voor complexe academische zorg met een prominente rol voor voeding.’

Anderen helpen met voeding

‘Mijn liefde voor voeding is mijn grootste drijfveer geweest om de opleiding Voeding & Diëtetiek te gaan doen. En dat is nog steeds mijn allergrootste drijfveer in mijn vak. Dat je met zoiets moois, leuks en lekkers anderen kunt helpen hun kwaliteit van leven te verbeteren, dat vind ik een magisch iets. De jaren die volgden kreeg ik meer interesse in de wat meer “bijzondere” casuïstiek. Ik ging puzzelen en kijken wat er in de literatuur werd beschreven, en als er niks over bekend was probeerde ik zelf zoveel mogelijk in de pathologie te duiken. Welke klachten zijn er? Welke medicatie wordt er gebruikt? En dan vanuit hier verder puzzelen hoe voeding kan bijdragen. Het allermooiste vind ik om dit volledig in samenspraak met de cliënt te doen, en dan vooral te focussen op wat kan met voeding.’

Zelf een zeldzame ziekte

‘Ik herinner me nog goed dat ik in 2011 dacht dat ik een longontsteking had opgelopen tijdens een vakantie in Turkije. Sindsdien had ik last van allerlei nare klachten en vooral benauwdheid en mijn hart deed raar. De huisarts bevestigde dit vermoeden en gaf aan dat het wel even kon duren voor ik hiervan hersteld was. Eigenlijk ging het alleen maar slechter en kreeg ik op kerstavond een herseninfarct. Eenmaal in het ziekenhuis bleek dat het heel erg mis was met mij. Een paar dagen na mijn opname werd ik bij een cardioloog geroepen die mij vertelde dat ik dodelijk ziek was en niet te genezen. Ik leed aan de zeldzame en progressieve aandoening Pulmonale arteriële hypertensie (PAH). Bij deze aandoening is er sprake van abnormaal hoge druk in de longslagader, wat uiteindelijk leidt tot rechtszijdig hartfalen en vroegtijdig overlijden.’

Door mijn voeding

‘Ik werd overgeplaatst naar het specialistisch centrum in het Amsterdam UMC en één van mijn eerste vragen was: ‘Wat kan ik hier met voeding aan doen?’. Ik kreeg te horen dat hier niets over bekend was. Mijn behandelaar was erg geïnteresseerd in mijn visie en we discussieerden er vaak over. Ook was hij vaak gefrustreerd, want ik als patiënt die hij voor zich zag kwam op geen enkele manier overeen met de data in mijn patiëntendossier. Steevast zei ik: “Dat komt door mijn voeding”.

Herstel

‘Uiteindelijk, ongeveer 4,5 jaar na diagnose, kwam er een snelle klinische achteruitgang en was mijn enige mogelijkheid tot overleven een dubbele longtransplantatie. Met het vervangen van de longen zou de ziekte weg zijn en zou mijn hart zich kunnen herstellen. Het werd heel spannend en zwaar, maar het lukte. En nadat ik een half jaar in het ziekenhuis had gewoond, waarvan vele weken op de IC kon ik begin 2017 naar huis en aan mijn herstel gaan werken.’



Chermaine Kwant

Keihard werken

‘Ongeveer een jaar later ging ik langs bij mijn voormalig behandelaar in het Amsterdam UMC om een kop koffie te drinken. Hij vroeg mij nog eens mijn visie op voeding en PAH uiteen te zetten. Hij vroeg mij als ik onderzoek wilde doen, wat ik dan wilde onderzoeken en waarom. Daarop bood hij mij een promotieplek aan. Eerlijk is eerlijk, ik had geen idee waar ik aan begon. Ik vond het ontzettend moeilijk om mijn overtuigingen als behandelaar én patiënt los te laten en ik kwam ook nog eens te werken in een team dat nog niet zo lang daarvoor mij had behandeld. Daarbij had ik ook geen masteropleiding, dus het was echt keihard werken. En zeker na mijn herseninfarct, wekenlang op de IC en een hartstilstand liet mijn concentratie wel eens te wensen over.’

Belang voeding omarmd

‘Langzamerhand kwam ik steeds meer op mijn plek en groeide ik in het onderzoek. Omdat ik de eerste was ooit onderzoek deed naar voeding en kwaliteit van leven bij PAH, moest ik helemaal vanaf nul beginnen. We startten met het in kaart brengen en berekenen van de voedingsinname en een uitgebreide analyse van de vitamine- en mineraalstatus in het bloed. Ik ontwikkelde een interventie, die een positief effect had en inmiddels vaak wordt besproken bij belangrijke PAH-conferenties. Het belang van voeding op kwaliteit van leven wordt inmiddels steeds meer omarmd binnen deze groep, al is er nog een lange weg te gaan.’

Van overleven naar leven

‘Mijn proefschrift is af en komt zeker niet in de kast te liggen. We zijn nu binnen het Amsterdam UMC bezig om een speciale leefstijlpoli voor deze groep ernstig zieke patiënten op te zetten. Vanuit hier kunnen wij patiënten behandelen en onderzoek doen. Deze meer integrale benadering gaat er volgens ons voor zorgen dat patiënten meer van overleven naar leven mét de aandoening gaan. Het komende jaar zet ik mij in opdracht van het Amsterdam UMC in om PAH meer op de kaart te zetten en funding voor onderzoek binnen te halen. Ik wil heel graag nog een postdoctoraal onderzoek doen en op de afdeling willen ze me ook niet kwijt. Ik kan wel zeggen dat ik er nu helemaal op mijn plek ben en echt ben gegroeid in mijn rol als wetenschapper.’

Meer rebels

‘Daarnaast ben ik nu ook weer meer werkzaam in mijn eigen bedrijf en ben ik ook professioneel spreker. Met mijn verhaal laat ik anderen zien hoe je loskomt uit vastgeroeste systemen en wat het je oplevert als je anders durft te denken en te doen. Of zoals ik het noem: een beetje meer rebels durft te zijn.’

Chermaine Kwant

Mail & Win actie

Boek ‘Een ontegelijk lange adem’

Over haar ziekte en het leven met twee nieuwe longen heeft Chermaine Kwant een boek geschreven. We verloten een exemplaar onder de lezers van Voeding & Visie. Stuur voor 1 februari 2025 een mail met je naam en adres naar: m.former@voeding-visie.nl.

Geen winnaar? Je kunt het boek bestellen bij elke boekhandel. ISBN: 9789493089570, prijs: € 23,95 of via de website www.ck-rebel.nl.

