

'Dit kan iedereen overkomen'

De Giro d'Italia is in volle gang. George Kienstra (66) uit Zieuwent zou erbij zijn geweest, op de fiets, steeds een dag voor de profs uit. Door hartproblemen komt een bijzondere trilogie er – voorlopig – niet.

Luuk Stam

Zieuwent

De 'streepjes' op zijn gebruiende armen en benen verraden dat hij een fanatiek wielrenner is, maar een foto met fiets? Daar moet George Kienstra even niet aan denken. Op die fiets zou hij deze weken in Italië rijden. Zijn snelle tweewieler was begin vorige week zelfs al onderweg naar Albanië, waar de Italiaanse wielerronde van start ging. Kienstra zelf stond op het punt van vertrek. De uitslag van een hartscan zette echter op het allerlaatste moment de seinen op rood.

Wat volgt, is bittere teleurstelling. „Ik ben er kapot van, verdrietig, het voelt ook zo oneerlijk”, zegt de Zieuwentse zestiger, die de voorbije maanden meer dan 10.000 trainingskilometers afwerkte, de laatste weken in Spanje.

Top van Nederland

Naar nu blijkt deed hij dat waar-schijnlijk (deels) met een myo-carditis, een lokale ontsteking in de hartspier. „Maar ik voel me hartstikke fit, heb tijdens de trainingen nooit lichamelijke klachten gehad”, vertelt de gepensioneerde neuroloog, die jarenlang in het Doetinchemse Slingeland Ziekenhuis werkte.



▲ George Kienstra zou nu in het buitenland op de wielrenfiets zitten, in plaats daarvan is hij thuis in Zieuwent. FOTO THEO KOCK

Duursport is zijn grote passie. Zo deed de voormalig arts zeven keer de complete triatlon, waarin hij in zijn leeftijdscategorie – destijds 40-plus – tot de top van Nederland behoorde. In 2015 fietste hij de Tour de France een dag voor het profpeloton uit, in 2022 deed hij datzelfde tijdens de Vuelta, de Ronde van Spanje. Nu zou hij wederom opstappen voor ruim 3.400 kilometer in drie we-

ken, met de Giro d'Italia wilde hij een imposante trilogie voltooien.

Helemaal nieuw zijn de hartproblemen voor hem niet. Drie jaar terug wees een inspanningstest voorafgaand aan de Vuelta al op lichte hartritmestoornissen. Medicatie bracht die onder controle, het risico was klein, er was geen bezwaar om te fietsen. Bij zo'n zelfde test dit voorjaar bleken de stoornissen terug, nu meer uitgesproken.

Opnieuw leek medicatie uitkomst te brengen, de hartscan voorafgaand aan de Giro was uit voorzorg.



Dit artikel zou in eerste instantie gaan over de mens achter die aanstaande trilogie: wat drijft iemand om zoiets te doen? Toen de onderneming op losse schroeven kwam te staan, kreeg alles een nieuwe wending.

'Vorm van pech hebben'

Op verzoek van deze krant doet Kienstra nu alsnog zijn verhaal, want ook hij beseft: als hem dit als zeer sportieve en gezonde zestiger kan treffen, dan kan het iedereen overkomen. „Het is ook een vorm van pech hebben.”

Hartritmestoornissen zijn er in

verschillende vormen. In de meest ernstige vorm gaat het hart zo snel tekeer dat de pompfunctie wegvalt, met een hartstilstand tot gevolg. Zo gebeurde dat bij voetballers Daley Blind en Christian Eriksen, zij werden op het veld gereanimeerd. Beiden voetballen weer, met een ICD-kastje. Ook in het wielrennen komt het voor, kijk naar de Belg Nathan Van Hooydonck en de Italiaan Sonny Colbrelli.

Kienstra is onder behandeling bij dezelfde sportcardioloog als Daley Blind, Harald Jorstad. Die heeft hem nu ten eerste afgera-

den om alsnog op de fiets te stappen. Bij deze hartspierontsteking zou er bij dergelijke inspanningen een hoog risico op levensbedreigende complicaties zijn. Kienstra: „Dan is het helder, dan moet je jezelf erbij neerleggen.”

Het gaat hem niet in de koude kleren zitten.

„Dit is een enorme knauw”, zegt Kienstra, die zich deze weken enkel richt op voor het hart minder belastende activiteiten als wandelen en golfen. Een flink contrast met de zeer intensieve fietstrainingen, die zo goed gingen:

„Af en toe zie je dan op de fietscomputer de hartfrequentie wel even fors verspringen, dat je denkt: dit klopt niet. Maar ik



Ik voel me nog steeds heel gezond, probeer weer vooruit te kijken

– George Kienstra (66)

trapte de hoogste vermogens in jaren.”

De eerdere hartritmestoornissen waren voor de ervaren duursporter geen reden om het rustiger aan te doen, laat staan om te stoppen. „Ik had nu ook geen twijfel of ik het zou kunnen”, zegt de voormalig neuroloog. „Ik voel me nog steeds heel gezond, probeer weer vooruit te kijken, vooral naar wat er nog wel kan.”

Toch hoopt Kienstra binnen een aantal maanden weer op de hem zo geliefde wielrenfiets te zitten. Zijn sportvrienden die deze weken in Italië voor de Giro uit fietsen, volgt hij via de app. En zijn eigen trilogie? „Ik ben nu 66, ergens ben ik bang dat het er niet meer van zal komen”, klinkt het. „Maar als ik terugkijk naar hoe ik hier naartoe heb kunnen trainen, denk ik ook: waarom zou ik dat straks als ik genezen ben niet weer kunnen?”