

GEZONDHEID

Ouderwetse huisarts met moderne knipooog

Een huisarts die de tijd voor je neemt en vraagt hoe het verder met je gaat. Het klinkt zo logisch, maar het tegendeel is waar. Consulten zijn - gevoed door een perverse geldprikkel van zorgverzekeraars - met de jaren onpersoonlijk lopendebandwerk geworden voor de huisarts. Dat het anders kan, bewijst het Netwerk Positieve Gezondheid in de gemeente Bergen, dat landelijk in de kijker staat.

door Eric Seuren

We leven in een medicijnmaatschappij. Voor een verkoudheid of griep stappen we meteen naar de huisarts. Sterker nog, ook als we niet echt ziek zijn, bijvoorbeeld als we het gevoel hebben niet lekker in ons vel te zitten, trotseren we maar wat graag de wachtkamer met oude tijdschriften in de verwachting dat de huisarts wel een pilletje voorschrijft.

De huisarts gaat daar helemaal in mee. Die heeft ons verwend door ons ook met griep en verkoudheid te ontvangen. Ook het feit dat huisartsenpraktijken alle aan zich gebonden mensen te allen tijde patiënten noemt, dus ook als ze gezond zijn of zelden de dokter bellen, is een teken aan de wand. Alles wordt bovendien naar medische oplossingen vertaald; zo zijn er worden huisartsen opgeleid. Is het niet in de vorm van een medicijn, dan wel in de vorm van een doorverwijzing naar het ziekenhuis. Die lijntjes zijn door de jaren heen toch al steeds korter geworden, terwijl de banden met andere zorg- en hulpverleners dichterbij steeds langer zijn geworden.

Niet-medische oplossingen, bijvoorbeeld vrijwilligersinitiatieven in eigen dorp of stad, zijn daardoor ook een blinde vlek voor de huisarts. Net als het lokale netwerk van welzijnswerkers en sociale initiatieven die diezelfde patiënten ook zouden kunnen helpen, zo is de stellige overtuiging van huisarts Hans Peter Jung in Afferden. „Het beschaamde mij enorm om afgelopen december te moeten ontdekken dat ik tijdens een bijeenkomst met alle welzijnswerkers en het sociale team van de gemeente Bergen nagenoeg niemand kende. Oké, tien mensen kende ik, maar dan als patiënt, niet vanuit hun functie.”

De huisarts van nu kent zijn patiënten sosies steeds minder goed. Patiëntenzorg is door de toegenomen werkdruk voor de huisarts veel onpersoonlijker. Door tijdens de werkdruk Jung zag bijvoorbeeld in een periode van 17 jaar (1997 tot en met 2014) het aantal contacten met patiënten verviervoudigen. En ondanks de Afferdense huisarts perveerse prikkel aangekerd door een aanzienlijk deel van het inkomen van de huisarts te laten afhangen van het aantal consulten dat deze verzorgt. Hoe meer consulten, hoe meer de huisarts verdient.

Jung heeft het roer sinds kort omgegooid.

► **Huisartsen hebben patiënten verwend door hen ook met een verkoudheidje naar het spreekuur te laten komen.**



Huisarts Hans Peter Jung in Afferden voelt zich dankzij het Netwerk Positieve Gezondheid

de huisarts die hij ooit hoopte te worden.

foto Mijntje Wisman

Hij is weer meer zoals de huisarts van vroeger. Maar dan met een moderne knipooog. Hij neemt weer meer tijd voor zijn patiënten. En vraagt ook vaker hoe het verder met ze gaat. Zitten ze lekker in hun vel? Gaat het goed thuis en op het werk? Hij vraagt: het zo nu en dan zelf, maar hij heeft ook folders in zijn praktijk liggen (of geeft ze mensen mee) waarin mensen dat zelf middels een paar eenvoudige ja-of-nee vragen zelf kunnen aangeven.

Dat levert soms zeer verrassende inzichten op. Zo verrassend zelfs dat er andere oplossingen zijn dan een zalftje, tabletje of toestemmingsbriefje voor het ziekenhuis. „We zijn vaak met symptombestrijding bezig. Het werkelijke probleem blijft liggen. Door verder te kijken, door te vragen kunnen we de goede vraag wel in het goede circuit laten landen”, schetst Jung. „Alleen door te kijken wat er direct om ons heen gebeurt. We hebben bijvoorbeeld een nationaal park om de hoek liggen en gidsen die er rondleidingen geven. Een groep patiënten met diabetes is daar nu gestart met biowalking. In een halfjaar tijd gaan ze tien keer met de gids en een zorgprofessional de natuur in voor een wandeling. En wat blijkt inmiddels? Ze zijn stuk voor stuk afgevallen en gezonder. Niet door de wandelingen an sich, maar omdat de patiënten logenoten heb-

ben gevonden. Steun vinden bij elkaar en elkaar ook motiveren. Daar kan ik als huisarts niet tegenop en als het even meezit, zie ik hen op den duur veel minder in de praktijk.” Hij heeft meer voorbeelden. Een bejaarde vrouw die altijd over van alles en nog wat tegen hem klaagde, bleek simpelweg een maatje nodig te hebben. Een vrouw met suikerziekte en overgewicht leidde niet continu op haar gewicht gewezen worden, omdat haar man van volle vrouwen houdt. Of het verhaal van een man die een doorverwijzing wilde omdat hij fibromyalgie (een pijnsyndroom) meende te hebben. Zo'n briefje is uiteraard zo geschreven, maar doorvragen leidde tot een heel ander verhaal. Meneer was arbeidsongeschikt, maar de bedrijfsarts wilde hem weer goedkeuren. Om aan de veel lagere WW-uitkering te ontsnappen, was in zijn

ogen een diagnose fibromyalgie de uitkomst. Na een goed gesprek kwam de man tot verrassing van de huisdokter uit Afferden tot de conclusie dat hij misschien beter door werk te zoeken tot een oplossing kan komen. Jung is overigens niet alleen in zijn missie om de focus te verleggen van ziekte naar gezondheid. Hij doet dat met alle huisartsen van de coöperatie Syntein, die actief is in de kop van Noord-Limburg en het Noord-Brabantse Land van Cuijk (onder andere Boxmeer en Cuijk). Ze hebben daarvoor het Netwerk Positieve Gezondheid opgericht. „We waren feitelijk met z'n allen te vaak alleen maar bezig met symptombestrijding. Het werkelijke probleem van iemand bleef liggen.” Die gedragsverandering betekende ook dat er een eind moet komen aan het 'gepamper' met medicijnen. „We hebben de

mensen te veel verwend. Zo hebben we hen aangeleerd ook bij een verkoudheidje te bellen. Dat moeten we onszelf en de mensen nu wel weer gaan afleren.” Het Netwerk Positieve Gezondheid moet niet gezien worden als een project. Het is een beweging. Dat blijkt ook wel. Steeds meer andere organisaties, zorginstellingen en bedrijven sluiten zich aan en kijken op welke manier ze een steentje kunnen bijdragen in het netwerk maar ook in de eigen organisatie. Bijvoorbeeld door anders

naar ziekteverzuim te kijken. Ook komen er steeds huisartsen uit de rest van het land over de schouders van hun collega's hier kijken. De provincie heeft het netwerk tot voorbeeld voor heel Limburg gemaakt en ook zorgverzekeraar VGZ is om. Die heeft de financiering per consult na lange onderhandelingen eindelijk losgelaten en betaalt nu een volledig vast bedrag voor de huisartsen. „We zitten vast in patronen en die zijn soms lastig los te laten”, stelt Jung. „En dat terwijl iedereen er baat bij heeft. Ook de zorgverzekeraar, die de zorgkosten op dien duur zal zien dalen.” De Limburgse kring van de Landelijke Huisartsen Vereniging omarmt het initiatief in Bergen, maar is wat behoudender in zijn reactie. „Het huisartsenvak wordt drukker. Mensen bellen nu eenmaal veel sneller, zijn ongeruster en willen ook niet meer afwachten of iets van

zelf over gaat. Op deze weg doorgaan, gaat niet. En dus zie je overal initiatieven ontstaan om het tijt te keren”, reageert voorzitter Ruud Weijnen. „Maar ik blijf voorzichtig. De tijd zal leren of deze initiatieven ook daadwerkelijk het gewenste resultaat behalen.” De huisartsen in Bergen en het Land van Cuijk zijn volgens Jung echter nu al zeer blij. Ze ervaren minder werkdruk, en zijn ook weer anders met hun beroep bezig. „Dit is de reden waarom ik ooit huisarts wilde worden. Het vak is er weer leuker op geworden. Ik zie mensen opbloeien als ik hun vraag hoe het gaat, en merk ook dat verstandhoudingen beter worden omdat ik de patiënt weer als mens zie. Ik geef natuurlijk nog steeds medicijnen, verwijs ook mensen door, maar ik ben een ondersteuner geworden waardoor ik mensen in hun eigen kracht zet of kan laten.”



2725

In totaal heeft de huisartsenpraktijk in Afferden 2725 geregistreerde patiënten (peildatum 2014).

5119

In 1997 had de huisartsenpraktijk in Afferden in totaal 5119 contacten met patiënten.

19.477

In 2014 is het aantal patiëntcontacten in Afferdense huisartsenpraktijk gestegen naar 19.477. Een verviervoudiging.

50 %

Ondanks toename van het personeel op de praktijk is het aantal contacten per huisarts met 50 procent toegenomen.

10

De tijd die een huisarts gemiddeld heeft voor een consult, is tussen 1996 en 2014 gezakt van 15 naar 10 minuten.

9

Huisartsen krijgen per consult 9 euro van de zorgverzekeraar.