



'U heeft pijn, maar heeft u ook hobby's?'

De huisartsenpraktijk Afferden heeft tegenwoordig minder patiënten die keer op keer terugkomen en aanzienlijk minder doorverwijzingen naar tweedelijnszorg, zoals het ziekenhuis. 'Door meer oog te hebben voor onze patiënten en echt aandacht te besteden aan hoe het met iemand gaat, kun je veel meer doen', vertelt huisarts Hylke de Waart.

Sinds een ernstig auto-ongeluk een jaar geleden ziet ze hem soms wel meerdere keren per maand. Ondanks allerlei behandelingen en therapieën neemt de pijn in zijn nek niet af. Maar huisarts Hylke de Waart ziet meer dan de pijn en besluit tijdens één van zijn bezoeken verder door te vragen. Of hij zijn dagen nog wel gevuld krijgt nu hij niet meer kan werken, of hij hobby's heeft waar hij zich in kan verliezen. Even later breekt de man. Het gaat helemaal niet goed met hem. Hij voelt zich nutteloos en maakt veel ruzie met zijn vrouw. De deur komt hij nauwelijks meer uit door die vervelende neklachten.

Ongemakkelijk

'Als ik vermoed dat er meer speelt dan alleen fysieke klachten, begin ik voorzichtig over het web van positieve gezondheid', vertelt De Waart na het consult. 'Dat voelt soms wat ongemakkelijk, want iemand komt met

'We zien dat die extra aandacht veel oplevert'

pijn en je vraagt bij wijze van spreken naar iemand's hobby's. Toch zien we dat die extra aandacht veel oplevert.' Gezondheid gaat immers niet alleen

over fysieke pijn, ziekte of ongemak. Het gaat ook over hoe je je voelt, of je opgewekt bent en geniet van het leven. Of je voldoende sociale contacten hebt. Wie niet lekker in zijn of haar vel zit, heeft een veel grotere kans op gezondheidsklachten. In de huisartsenpraktijk in Afferden wordt er daarom extra aandacht aan besteed. Een patiënt die het gesprek hierover wil aangaan, vult eerst een vragenlijst in. Deze wordt daarna samen met de huisarts doorgenomen. 'We praten in alle rust over waar iemand tegenaan loopt en ik geef handreikingen en mogelijkheden om daar mee aan de slag te gaan.'

Niet alleen hallelujah

Neem bijvoorbeeld de oudere dame die nergens meer kwam omdat ze nogal benauwd en slecht ter been is. 'Vroeger werkte ze in de zorg en ik heb haar voorgesteld om op de koffie te gaan bij mensen die ziek zijn, via een vrijwilligersorganisatie. Dat zou ze zelf niet hebben bedacht, maar het doet haar zichtbaar goed. En de mensen die ze bezoekt ook. Ze is nu veel

'Ze is nu veel actiever en komt minder vaak op ons spreekuur'

actiever en komt minder vaak op ons spreekuur.' Toch is het niet alleen maar hallelujah. 'Er zijn patiënten die zeggen: doe mij nou maar gewoon die pil of een doorverwijzing. En ook voor ons als zorgverleners is het wennen. Het kost meer tijd om zo met je patiënten om te gaan. We hebben bewust keuzes gemaakt over wat we wel en niet meer doen. Zo gaan we niet meer standaard bij mensen op bezoek die net uit het ziekenhuis zijn ontslagen.'

Op weg helpen

Ook sluit De Waart vaker aan bij overleggen, bijvoorbeeld met de gemeente, het sociaal team, welzijnsorganisatie en zorgaanbieders. 'Ik had weinig kennis van de nulde lijn, terwijl dat wel belangrijk is als je mensen een alternatief wilt voorhouden. Iemand heeft beperkingen, maar wat kan nog wél? Het frappante is dat wanneer je zorgt dat iemand beter in zijn of haar vel zit en meer onderneemt, vaak de fysieke klachten afnemen of zelfs helemaal verdwijnen.'

Meer plezier

Dat blijkt ook uit de cijfers van de huisartsenpraktijk: er worden minder mensen doorverwezen naar bijvoorbeeld het ziekenhuis en patiënten komen minder vaak terug op het spreekuur. 'Door meer aandacht te hebben voor de patiënt zijn zij meer tevreden en worden ze daadwerkelijk verder geholpen. Voor mij persoonlijk zorgt het voor meer plezier in mijn werk. Op alle fronten levert het winst op.'

