

# mijn praktijkstart

Hoe kijken huisartsen terug op de start van hun eigen praktijk? Welke plannen zijn er voor de toekomst? En welk advies hebben zij voor andere starters?

Karin Pouls over haar praktijkstart.

TEKST: CORIEN LAMBREGTSE



FOTO: GRIETJE MESMAN

**'Nooit te oud om een praktijk over te nemen'**

## **Is er een ideale leeftijd om een praktijk over te nemen?**

'De meeste starters zijn jong, zijn een paar jaar waarnemer geweest. Ik was 55 toen ik deze praktijk in Warnsveld overnam. Met een hoop levens- en werkervaring. Dat maakt dat je jezelf en de ander beter begrijpt, je niet zo gauw uit het veld laat slaan.'

## **Hoe is het zo gekomen?**

'Dat is een lang verhaal. Na vele omzwervingen in binnen- en buitenland had ik behoefte aan rust en stabiliteit, een eigen praktijk waarbij alle energie die je erin steekt zich letterlijk en figuurlijk voor jou uitbetaalt. Toen we in 2014 terugkwamen uit Nieuw-Zeeland was ik het al van plan, maar toen overleed mijn man en stond ik er alleen voor, met twee puberdochters. Er was tijd nodig om te rouwen en orde op zaken te stellen.'

In 2016 ben ik vaste waarnemer geworden in de praktijk van Bert Fransen. Hij ging in oktober 2020 met pensioen en ik kon zijn praktijk overnemen. Ik twijfelde of het slim was om voor de laatste tien, twaalf jaar praktijkhouder te worden. Ik zou ook weer naar Nieuw-Zeeland kunnen gaan. Maar mijn dochters gaven de doorslag. Zij wilden blijven. Toen heb ik besloten de sprong te wagen. Ik wilde niet eeuwig brandjes blijven blussen, ik wilde een band opbouwen met patiënten en bij een gemeenschap horen.

Het oorspronkelijke plan was om de praktijkovername samen met een jonge, net afgestudeerde huisarts te doen. Maar bij nader inzien wilde die toch liever een solopraktijk. Het is goed dat het zo is gelopen. Ik heb nu één dag per week een vaste waarnemer. Omdat ik opleider ben, is er ook altijd een huisarts-in-opleiding. Dat vind ik heel erg leuk.'

## **Geen centje spijt dus?**

'Ik voel dat ik na al die jaren aan het landen ben; ik heb mijn plek gevonden. Van overleven naar leven. Er komt van alles bij het praktijkhouderschap kijken, maar het is fijn om op deze plek de diepte in te kunnen gaan. Het is een heel goede beslissing geweest, ook voor mijn dochters. We hebben een heerlijk huis in een prachtige omgeving. Ik kan hardlopen, fietsen en zwemmen en op de fiets

visites doen. Ik werk 4 dagen per week. Een middag per week probeer ik vrij te houden voor wat uitgebreidere visites en overleggen, ook in het kader van mijn taak als huisarts wijkcoördinator en contactpersoon jeugdzorg.'

## **Wat voor soort dokter ben jij?**

'Een dokter die altijd de mens achter de patiënt en de klacht probeert te zien. Ik voel me bevoorrecht dat ik in iemands leven mag meekijken en die persoon in impactvolle fasen kan bijstaan. Als je oprecht geïnteresseerd en betrokken bent, krijg je dat ook terug. Sinds corona ben ik met 15-minutenconsulten begonnen en die houd ik erin. Het geeft tijd om door te vragen, wat meer te horen. Daardoor ben ik een leukere, meer aandachtige dokter geworden. Ik heb op de achtergrond zelfs klassieke muziek aan staan. Heel rustgevend.'

## **Nog plannen voor de komende jaren?**

'Dit vak zit vol afwisseling, het blijft levenslang leren. Zeker als opleider. Ik wil me nog meer gaan richten op positieve gezondheid. Daarnaast vind ik het leuk om met chirurgie en sportgeneeskunde bezig te zijn. Het managen van mijn praktijk is natuurlijk best een uitdaging. Als er beslissingen moeten worden genomen, kan ik niet wegduiken achter iemand anders beslissing. Ik ben nu zelf aan zet. Dat vraagt leiderschap. Ik ben aan het leren om soms wat steviger te zeggen: zo gaan we het doen.'

Het is fijn om in een HOED te zitten en samen te werken met andere huisartsen. Die samenwerking vraagt ook aandacht. We hebben in anderhalf jaar tijd drie praktijkovernames gehad, en dat in Covid-tijd. Elke praktijk heeft een eigen kleur en stijl, maar samen hebben we één ondersteunend team. Bij beslissingen die alle praktijken aangaan, is het belangrijk om één lijn aan te houden. Om vorm te geven aan ons leiderschap, hebben we een paar sessies met een coach gehad. Dat werkte heel verbindend. Ik vind het heel leerzaam en leuk dat ik me nu ook op dit punt verder kan ontwikkelen.'

## **Belangrijkste tip voor collega's?**

'Je bent nooit te oud om een praktijk over te nemen. Praktijkhouderschap geeft je de kans om nieuwe dingen te leren, op medisch, financieel én leiderschapsgebied. Je leert je valkuilen en kracht heel goed kennen; dat is heel verrijkend.' ¶



## **WIE**

**Karin Pouls, al 27 jaar huisarts, nam op haar 55ste de praktijk over van Bert Fransen, die op 1 oktober 2020 met pensioen ging.**

## **WAAR**

Warnsveld, 2200 patiënten, onderdeel van HOED De Blikvanger, bestaande uit vier samenwerkende huisartsenpraktijken.

## **SPORTVROUW**

Ze houdt van open water zwemmen, de (halve, soms hele) marathon lopen en racefietsen (wekelijks 100 tot 150 km). Alleen, met haar vriend of met een groepje vrouwelijke artsen uit Zuthpen eo. Patiëntenbezoeken doet ze het liefst met een elektrische fiets, omdat het lekker praktisch is en snel. Sporten is haar manier om de balans goed te houden. 'Het huisartsenvak is fysiek, emotioneel en mentaal zwaar. Sporten doet de batterij weer opladen, maakt je hoofd leeg en geeft nieuwe inzichten.'



## **JOUW START IN DEZE RUBRIEK?**

Heb je de afgelopen twee jaar een praktijk overgenomen, maat geworden of ben je zelf een praktijk gestart? En wil je jouw ervaring delen in De Dokter? De redactie komt graag met je in contact. Mail naar [dedokter@lhv.nl](mailto:dedokter@lhv.nl) o.v.v. 'mijn praktijkstart'.