

‘Mijn huisarts is fantastisch’

Een tekort aan huisartsen bedreigt de huisartsenzorg zoals we die nu kennen. De mogelijke consequentie is dat we straks geen eigen huisarts meer hebben. Wat maakt een eigen huisarts zo belangrijk? Drie Pluslezers vertellen over hun eigen huisarts, die goud waard is.

Tekst **Mariska Tjoelker** | Foto's **Ester Gebuis** | Visagie en styling **Ronald Huisinga**

Er dreigt een uitstroom aan huisartsen. Steeds meer huisartsen gaan met pensioen of kiezen een ander vak. 40 procent van de 620 huisartsen die aan een enquête van De Groene Amsterdammer deelnamen, verwacht dat de vaste huisarts zijn langste tijd heeft gehad. In dunbevolkte gebieden, zoals Zeeland of de kop van Noord-Holland, is het huisartsentekort nu al goed merkbaar. Er werkt dan bijvoorbeeld een huisarts voor een paar uur per week, deels via een videoverbinding. En bij veel praktijken krijg je tegenwoordig steeds een andere huisarts, ook al heb je officieel een eigen vaste huisarts. Een peiling op Plusonline.nl wees uit dat 80 procent van de lezers vreest voor de eigen gezondheid als de eigen huisarts verdwijnt.

De hele mens

Waarom is een eigen huisarts zo belangrijk? De Nederlandse huisartsenzorg is internationaal befaamd, onder meer vanwege de laagdrempeligheid en de doelmatige aanpak. De zorg is gebaseerd op vier kernwaarden, vertelt een woordvoerder van de Landelijke Huisartsen Vereniging (LHV). “De zorg is in de eerste plaats persoonsgericht. Daarmee bedoelen we dat de huisarts kijkt naar de hele mens, niet alleen naar de ziekte of beperking. Hij houdt dus ook rekening met de persoonlijke omstandigheden van de patiënt. Ten tweede

is de huisarts de constante factor in de zorg voor zijn patiënten: degene die weet welke zorg de patiënt ontvangt en aan de bel trekt als er iets moet veranderen. Op de derde plaats is de huisarts een generalist: hij is het eerste aanspreekpunt voor alle lichamelijke en psychische klachten, voor patiënten van jong tot oud. Tot slot staat of valt goede huisartsenzorg met een gezamenlijke aanpak. Wat passende zorg is bepaalt de huisarts altijd samen met de patiënt en in samenwerking met andere zorgverleners. In die rol is de huisarts ook degene die de zorg coördineert.”

Beter voor je gezondheid

Het hebben van een vaste huisarts is niet alleen prettig, het is ook beter voor je gezondheid. Met een vaste huisarts leef je langer en gezonder en heb je minder zorg nodig. Dat valt af te leiden uit een Brits onderzoek dat onderzoeksresultaten uit verschillende landen naast elkaar legde.

De meeste huisartsen vinden het zelf ook prettiger om een langdurige relatie met de patiënt aan te gaan, volgens de woordvoerder van de LHV. Alle facetten van het vak komen dan aan bod: de medische zorg, maar ook aspecten als vertrouwelijkheid en kennis van de persoonlijke situatie. De LHV hoort het huisartsen vaak genoeg zeggen: als je die rol hebt, is huisarts het mooiste vak dat er is.



— — — — —
 ‘Ze blijft kalm
 als het kan en is alert
 als het moet’

Marlies Roumen (66) uit Haelen

“Drie jaar geleden moest ik een hartoperatie ondergaan. De ingreep zou meevallen, maar het liep helaas anders. Door een bloeding in het hart ontstond er een levensbedreigende situatie. Gelukkig kwam ik daar doorheen, maar daarna lag ik nog eens drie weken aan de beademing. Vervolgens verkaste ik naar een ander ziekenhuis voor verder herstel, maar ik herstelde niet, vanwege een abces in de buikholte, zo bleek uiteindelijk. In totaal ben ik acht keer geopereerd en lag ik vijf maanden in het ziekenhuis. Dat was lichamelijk zwaar en mentaal misschien nog zwaarder. Vanaf het begin was onze huisarts Caroline zeer betrokken. Ze stuurde vaak een kaartje en toen ik thuiskwam, stond ze direct op de stoep voor een kop koffie. Onverwachts en op eigen initiatief; mijn man en ik waren zo verrast!

De huisarts heeft een heel belangrijke rol gespeeld in mijn herstel. Steeds als ik iets voelde of bang was, kon ik bij haar terecht. Omdat ze zo nuchter is en bij de feiten blijft, wist ze me altijd gerust te stellen. Ze was echt mijn anker en ik ben ervan overtuigd dat dat mijn herstel heeft versneld. Nog steeds zijn er weleens dingen waar ik me zorgen over maak. Via e-consult neem ik dan contact met haar op. En als ze het niet helemaal vertrouwt, zegt ze simpelweg dat ik even een afspraak moet maken zodat we het kunnen bespreken. Juist doordat ze mijn voorgeschiedenis zo goed kent, blijft ze kalm als het kan en is ze alert als het moet. Dat geeft me veel rust.” ▶



Ron Tuijnman (67) uit Huizen

"Ik zou iedereen een huisarts als de mijne toewensen. Gelukkig kom ik er niet eens zo vaak, maar als ik ga wil ik serieus worden genomen. Dat doet mijn huisarts. Hij luistert goed en neemt de tijd om goed door te vragen. Bovendien is het iemand bij wie je je meteen op je gemak voelt. Als hij een kleine ingreep moet doen, vindt hij het oprecht vervelend als het even pijn doet. Hij leeft op zo'n moment echt met zijn patiënt mee. En wat ik ook prettig vind: hij legt de verschillende behandelkeuzes voor en wil daarna eerst weten hoe ik er zelf over denk. Pas daarna besluit hij welke behandeling hij inzet.

Een tijdje terug had ik een vervelende vetbult op mijn arm. Op een gegeven moment werd die zo groot dat ik geen overhemd met korte mouwen meer durfde te dragen. Mijn huisarts heeft de bult toen verwijderd. Het is dat ik weet waar het littekentje zit, want je ziet er bijna niets meer van. Dat vind ik knap.

Ik zou het heel vervelend vinden als ik steeds een andere arts zou treffen. Met een huisarts bouw je een vertrouwensband op; hij kent je voorgeschiedenis. Mijn huisarts weet daardoor dat ik echt iets mankeer als ik bij hem aanklop. Sommige artsen sturen je weg met het advies eerst nog maar even dit of dat te proberen. Dan voel ik me niet serieus genomen. Ik ga niet voor niks naar de huisarts."

‘Ik wil serieus genomen worden en dat doet mijn huisarts’



‘Hij weet wat er achter de voordeur van zijn patiënten speelt’

Henny van Vliet (60) uit Hilversum

“Ruim tien jaar geleden kreeg onze zoon twee keer na elkaar een klaplong, in zijn examenjaar nog wel. Onze huisarts was snel met zijn diagnose en stuurde hem direct door naar het ziekenhuis. Meteen daarna belde hij ons om te zeggen dat onze zoon in het ziekenhuis lag.

En dat niet alleen: hij belde ook naar school om door te geven dat de klaplong best gevolgen kon hebben voor het eindexamen. In alle consternatie hadden wij daar niet eens aan gedacht. Uiteindelijk kwam het allemaal weer goed en ik ben de huisarts nog altijd dankbaar voor zijn doortastende optreden.

Omdat onze huisarts voor iedereen een luisterend oor heeft, loopt zijn planning soms uit. Ik vind het geen probleem, integendeel zelfs: hij weet daardoor wat er achter de voordeur van zijn patiënten speelt. Dat is precies wat van een huisarts een goede huisarts maakt. Ik zou het jammer vinden als er steeds een andere huisarts zou zitten. Je eigen arts kent je, dus je hoeft je verhaal niet steeds te vertellen.

Over een tijdje gaat onze huisarts met pensioen en ik vraag me soms af wat er dan zal gebeuren. Ik realiseer me dat de zorg verandert. Online, videobellen, chatten: in sommige gevallen vind ik dat goede oplossingen. Maar stel dat we straks geen eigen huisarts meer zouden hebben, dan zou ik dat enorm missen.” ■

Wat is er aan de hand met de huisartsen?
Lees hier verder: www.plusonline.nl/huisarts-verdwijnt

M.i.m.v. Eksept, H&M en Pieces (jurk, vest en oorbellen Marlies), Mango en Nolten (jurk, mantel en laarsjes Henny), Ralph Lauren en Massimo Dutti (shirt en vest Ron). Verkoopinformatie staat achter in dit nummer.