

## ‘Hoe meer het tegenzit, hoe harder ik ervoor ga’

Zeg tegen Abeba (Abby) Mulugheta (1981), waarnemend huisarts in Den Haag, dat iets niet kan. Dan gaat ze er nog harder voor. Consulten in de eigen taal van de patiënt horen volgens haar in het basispakket huisartsenzorg. Daar strijdt ze voor, tot in de rechtszaal.

TEKST: CORIEN LAMBREGTSE

‘Mijn Nederlands is net zo goed als mijn Eritrees. Ik ben in Nederland geboren en vanaf mijn elfde in Eritrea opgegroeid. Vanwege het werk van mijn vader hebben we als gezin veel gereisd. Mijn opa en vader waren beiden arts. Toen ik vijf jaar was, wilde ik al dokter worden. Er is een cassettebandje bewaard gebleven waarop ik dat zeg.

Toch heb ik heel wat omwegen gemaakt. Ik ben begonnen met elektrotechniek, maar al snel overstapt naar dierwetenschap. Toen ik in het derde jaar zat, brak de oorlog met

Ethiopië uit en ben ik met mijn twee jongere broers naar Nederland gevlucht.

Het leek me toen leuk om AI, artificial intelligence, te gaan studeren. Ik moest nog wel eerst mijn vwo-diploma halen, omdat mijn Eritrese diploma niet als gelijkwaardig werd beschouwd. AI was super interessant, maar ik miste toch het menselijk contact. Daarom ben ik na twee jaar gestopt en bij een telecombedrijf gaan werken. Maar na een tijdje ging het toch weer kriebelen; mijn eerste liefde, geneeskunde, bleef op de deur kloppen. Ik moest alsnog voor een paar verplichte vakken vwo-examen doen. Daarna ben ik wel meteen ingeloot. In 2003 ben ik aan de Vrije Universiteit begonnen.

Terugkijkend heb ik een hectische jeugd en studietijd gehad. Ik woon al sinds mijn vijftiende op mijzelf. Naast mijn studie had ik allerlei banen om mijn studie en leven te bekostigen. Mijn ouders zijn overleden toen ik in Nederland was. Maar achteraf kan ik zeggen dat alle moeilijkheden mij sterker hebben gemaakt. Ik heb geleerd niet op te geven. Hoe meer het tegenzit, hoe harder ik ervoor ga.

### ■ RESET-PERIODE

De studie geneeskunde voelde als thuiskomen. Ik heb nog even getwijfeld of ik chirurg zou worden, maar ik vind het ook fantastisch om naar het hele menselijke lichaam te kijken. Daarom ben ik de huisartsopleiding gaan doen. In die tijd ontmoette ik ook mijn man. We trouwden en kregen twee kinderen; die zijn nu 9 en 6 jaar.

In 2017 was ik klaar met mijn opleiding en ben ik meteen als waarnemer gaan werken. Maar na drie maanden was het mij duidelijk dat ik moest stoppen. Ik wilde tijd en ruimte om helderheid te krijgen over wat ik wilde voor mezelf en mijn carrière. Ik had het gevoel dat ik mensen aan het redden was, maar intussen zelf al mijn energie verloor.

In 2019 zijn we van Mijdrecht naar Den Haag verhuisd, omdat ik dichterbij mijn broers wilde wonen. Vlak daarna brak Covid uit. Toen vond ik dat ik het niet kon maken om met al mijn kennis thuis te blijven zitten. Op 16 maart 2020 ben ik weer begonnen als waarnemer. Ik draai diensten op de huisartsenpost en werk twee dagen per week in een praktijk in de Schilderswijk. Door die resetperiode heb ik de juiste balans en drive hervonden om van het vak en het contact met patiënten te kunnen genieten.

### ■ CONSULT IN EIGEN TAAL

Terug in het vak, ontdekte ik iets moois. Met mijn kennis van de Eritrese taal en cultuur kan ik veel betekenen voor Eritrese patiënten die zich niet goed kunnen uitdrukken in het Nederlands. Er kwam een vrouw op mijn spreekuur die al lange tijd met gynaecologische klachten rondliep. Haar eigen huisarts had haar naar de gynaecoloog verwezen, maar ze bleef met klachten komen. Tegen mij kon ze in het Eritrees zeggen dat ze heel ongerust was omdat ze erg onregelmatig ongesteld was. Ze was bang dat ze niet zwanger kon worden. Aan de artsen die ze daarvoor had gezien, had ze dat nooit duidelijk kunnen of durven maken. Ik

## ‘Veel culturen kennen schaamte bij het uiten van kwetsbaarheden, daar heeft een arts met diezelfde achtergrond voelsprietten voor’

kon haar helpen in te zien dat haar leefstijl en gewichtstoename van invloed waren op haar cyclus. Daarna ging het beter. Ze is inmiddels bevallen van een kind.

Die ervaring heeft mij geleerd hoe belangrijk het is dat mensen een consult kunnen krijgen bij een arts die hen in hun eigen taal verstaat en hun cultuur begrijpt. Daarom ben ik in 2021 gestart met AlloMedics: een platform van huisartsen die consulten in andere talen aanbieden. Inmiddels doen er 100 artsen mee en bieden we consulten in 47 talen aan.

Huisartsen die vastlopen in het contact met hun patiënt en vermoeden dat dit mede veroorzaakt wordt door taal- of cultuurverschillen, kunnen via Zorgdomein een consult bij AlloMedics aanvragen. Een tolk inschakelen kan natuurlijk ook, maar een tolk is geen arts. Het kan zijn dat een patiënt dan nog steeds niet vrijuit spreekt. Veel culturen kennen

schaamte bij het uiten van kwetsbaarheden, daar heeft een arts met diezelfde achtergrond voelsprietten voor.

De vraag van de eigen huisarts is leidend voor het consult. De patiënt kan zijn of haar verhaal doen, niet gehinderd door taalproblemen of cultuurverschillen. In de praktijk blijkt een consult van een uur een berg aan medische klachten en zorgen op te lossen. De taalarts maakt een verslag voor de eigen huisarts, waardoor die ook weer verder kan. Zo'n consult maakt de zorg dus efficiënter en effectiever en spaart heel wat consulten en doorwijzingen uit.

### ■ ONDERDEEL BASISZORG

Het Zorginstituut heeft de zorg van AlloMedics toegelaten tot de basiszorg. De NZa dient deze zorg in de basisvergoedingsstructuur op te nemen, maar heeft dat tot nog toe niet gedaan. Zij ziet AlloMedics als een innovatietraject, terwijl wij praktiserende huisartsen zijn die vanuit ons vak consulten aanbieden. Daar is niets experimenteels aan. In de praktijk gebeurt het geregeld dat je als arts een directe collega consulteert.

Amsterdam UMC heeft kwalitatief onderzoek verricht naar de zorg die wij leveren. Daaruit blijkt dat zowel de verwijzende huisartsen als de taalhuisartsen positief zijn over de meerwaarde voor de behandelrelatie, de zorg die wordt geleverd en de mate waarin de eigen huisarts wordt ondersteund bij complexe casuïstiek. Vooralsnog worden de consulten door mijzelf gefinancierd, vanuit het vertrouwen dat het wel goed gaat komen. Ik wil dat AlloMedics beschikbaar is voor alle patiënten die gebaat zijn met een consult in de eigen taal. Ik ben hierover al ruim anderhalf jaar in gesprek, maar als de NZa ‘nee’ blijft zeggen, moet de rechter maar beslissen.” ¶



## Nascholing LHV Academie

### Excursie met LHV Bouwadvies naar 3 praktijken

Heb je bouwplannen? Bouwtekeningen zeggen veel, maar niet alles. Ga mee op excursie met LHV Bouwadvies en bekijk nieuwbouwpraktijken, neem een kijkje in de keuken bij collega's en stel al je vragen. Een architect-adviseur van de bouwadviesgroep-LHV gaat mee en in elke praktijk krijg je een rondleiding van een huisarts.

**Deze excursie vindt plaats op zaterdag 22 april, van 09.30 – 16.15 uur. Accreditatie: 6 punten (BIG).**

### Omgaan met overgangsklachten bij werknemers

Overgangsklachten hebben een effect op het werkvermogen en het verzuim van vrouwen. Hoe herken je dit als werkgever en hoe ga je hiermee om?

**Dinsdag 28 maart, 18.00 – 19.30 uur in de Domus Medica in Utrecht. Accreditatie: 2 punten.**

### Dagelijkse dilemma's

Hoe kies je tussen twee zaken die beide bezwaren opleveren? Het liefst kies je tussen goed en slecht of makkelijk en moeilijk, maar zo werkt het in de praktijk meestal niet. In deze nascholing leer je om goede keuzes te maken en ook hoe je keuzes vaker goed doordacht en moreel verantwoord maakt.

**Donderdag 25 mei 2023, 16.00 – 20.00 uur in de Domus Medica in Utrecht. Accreditatie: 3 punten**

**Op [academie.lhv.nl](https://academie.lhv.nl) vindt u ons ruime aanbod aan nascholingen, ook vaak op aanvraag beschikbaar.**