Hoe vind je de praktijk die bij je past?

De ene praktijkhouder in spe weet al precies wat voor praktijk het moet worden, de ander begint de zoektocht vrijwel blanco. Hoe vind je de praktijk die bij je past, of je daar nu al wel of nog niet een omlijnd idee van hebt? LHV-adviseur Iris Jansen geeft tips; drie jonge praktijkhouders vertellen hoe hun zoektocht is verlopen.

TEKST: BERBER BIJMA

Welke praktijk past bij jou en bij welke praktijk pas jij? Dat is voor veel jonge huisartsen, die binnen enkele jaren praktijkhouder willen worden, nog geen eenvoudige vraag. ‘We zien in enquêtes nog steeds dat veel net afgestudeerde huisartsen binnen een jaar of vijf praktijkhouder willen worden’, zegt LHV-adviseur Iris Jansen, die al enkele malen een workshop gaf aan ‘praktijkzoekers’. ‘De meesten gaan eerst een paar jaar waarnemen om gaandeweg te ontdekken wat bij hen past. Zelfs als je al ongeveer weet wat je wilt, is het handig om op verschillende plekken mee te draaien om te ervaren wat je fijn vindt aan bijvoorbeeld populatie, grootte van het team en manier van werken. Je kunt een wensenlijstje hebben, maar pas als je in een praktijk werkt, merk je hoe het voelt. Associëren of een praktijk overnemen is nooit alleen maar een rationele overweging. Het gevoel moet ook kloppen. En dat kan soms op een verrassend andere plek zijn dan je in eerste instantie dacht.’

Die zoektocht moet je vooral aanpakken op een manier die bij je past, maar er zijn in z’n algemeenheid wel een aantal tips voor te geven, zegt Jansen. Vijf adviezen op een rij.

1. LAAT JE VERRASSEN

‘Beperk je niet tot praktijken die grotendeels aansluiten op je wensenlijstje, maar ga ook een tijdje werken in een praktijk waarvan je denkt: dat is niets voor mij. Het kan zomaar zijn dat je positief wordt verrast. Je hoeft bij zo’n praktijk niet meteen drie maanden te werken. Een paar dagen kan ook om een eerste indruk te krijgen. Als je nog helemaal geen idee hebt van wat voor praktijk je zou willen, is het in ieder geval goed om in een flink aantal verschillende praktijken te gaan werken: stad en platteland; duopraktijk, solist of grote groepspraktijk; achterstandswijk en hoger opgeleide populatie; overwegend oud of juist jong. En bedenk dat daarbinnen ook weer allerlei variaties mogelijk zijn. Het ene dorp is het andere niet en de ene achterstandswijk verschilt van de andere. Ga gerust een keer op je snufferd en probeer het dan elders opnieuw. Onze hele maatschappij is gericht op efficiëntie, maar voor zo’n belangrijke zoektocht is het goed om jezelf de tijd en ruimte te gunnen.’



2. EÉN DAG IS TE KORT

‘Om een gevoel te krijgen bij een bepaalde praktijk en de bijbehorende populatie, is één dag te kort. Ga er op z’n minst een paar dagen werken om verschillende patiënten mee te maken, te observeren hoe het team samenwerkt en hoe dingen in de praktijk geregeld zijn. Als je al hebt besloten dat je in een dorp wilt werken, dan kun je verschillende dorpspraktijken met elkaar vergelijken. Hoe verder je in je zoektocht komt, hoe handiger het is om ergens wat langer te gaan werken om de vergelijking echt goed te kunnen maken. Denk aan een maand of drie. Pas dan kun je antwoord geven op de vraag: zie ik mijzelf hier rondlopen? En ondertussen kun je reflecteren met bijvoorbeeld je partner, je intervisiegroepje of een ervaren praktijkhouder.’



FOTO: ROY SOETEKOUW

‘Wees nieuwsgierig naar wat je niet kent’

Lily Hulshof is sinds 2019 apotheekhoudend huisarts in Gorssel. ‘Ik weet nog dat ik tijdens een speeddatecarrousel met opleiders zei: een groepspraktijk lijkt me leuk, ik wil geen solist worden en ik wil zeker geen apotheekhoudende praktijk. Ik vond het eigenlijk maar rare huisartsen, die dachten dat ze ook apotheker konden zijn.’ Precies dat wat ze niet wilde, werd ze wel: een apotheekhoudende solopraktijkhouder. Haar man, die een marketingachtergrond heeft, is sinds 2023 medepraktijkhouder.

‘In mijn derde opleidingsjaar werkte ik in een praktijk die aan mijn ideaalbeeld voldeed: een vrij grote dorpspraktijk. Maar ik kwam erachter dat ik zo’n praktijk toch wel erg groot vond. Het team kende de patiënten minder goed dan in de kleinere praktijk waar ik mijn eerste opleidingsjaar had gedaan. Toen ik klaar was met mijn opleiding, wilde ik eerst op verschillende plekken werken om uit te zoeken wat bij me paste.’

Die zoektocht pakte ze bewust breed aan: ze ging ook in een apotheekhoudende praktijk werken. ‘De grootte van de praktijk sprak me aan en ik was toch benieuwd naar wat het apotheekhoudende precies inhoudt. Dat bleek ontzettend leuk te zijn. Wat ook hielp was dat de toenmalige praktijkhouder heel bevlogen was.’

‘Ik merkte dat het meerwaarde had om beide dossiers te beheren: zowel die van de huisarts als het farmaceutische. Alles ineen te hebben, met heel korte lijntjes via je eigen assistentes, bleek heel leuk te zijn en goed voor de kwaliteit van zorg. Uiteindelijk heb ik diezelfde praktijk overgenomen. Inmiddels zit ik zelfs in het bestuur van de Apotheekhoudende Coöperatie AHC, die met de zorgverzekeraars overlegt.’

Dat ze de praktijk vond die bij haar paste, kwam ook door de populatie. ‘Ik raakte verknocht aan dit dorp met veel mensen die lang zelfstandig willen of moeten blijven.’

In de praktijk werken twee huisartsen in dienstverband, met wie ze kan sparren over de zorg. Het financieel-administratieve deel kan ze sinds een aantal jaren grotendeels overlaten aan haar echtgenoot. ‘Dat laat ook zien: als je een praktijk kiest om over te nemen, hoeft dat geen 100 procent match te zijn. Als je op 80 procent zit, kun je de rest gaandeweg wel regelen zoals je wilt. Ik had nooit gedacht samen met mijn man een praktijk te hebben, maar het pakt fantastisch uit. Bovendien: het is weliswaar mijn intentie om hier tot mijn pensioen te blijven, maar er zijn natuurlijk altijd andere opties. Dat maakt het besluit ook lichter.’

Haar advies: denk *out of the box* als je een praktijk zoekt die bij je past. ‘Wees nieuwsgierig naar wat je niet kent en kijk eens buiten je comfortzone. Wie weet waar het je brengt.’

‘Leer eerst jezelf kennen’

Rogier Steins dacht na de huisartsenopleiding dat hij waarschijnlijk in Utrecht wilde werken en waarschijnlijk als praktijkhouder, maar eigenlijk stond alles nog open. ‘Daarom wilde ik eerst maar eens een jaar of vijf gaan waarnemen.’ Die jaren kwam hij als huisarts op allerlei verschillende plekken in en rond Utrecht, maar ook in de gevangenis en op Aruba en Lesbos.
‘Je kunt wel een wensenlijstje maken, maar uiteindelijk is het geen puur rationele beslissing. Het gaat er ook om wat je bij een praktijk voelt. Ik ben bijvoorbeeld best wel gevoelig voor een goede werksfeer.’
In coronatijd ging hij aan de slag als vaste waarnemer in een praktijk in de wijk Wittevrouwen, net buiten het Utrechtse centrum. Al vrij snel werd hij gevraagd medepraktijkhouder te worden. Dat gebeurde per 1 januari 2025. Waarom juist in deze praktijk? ‘Dat heeft toch met die werksfeer te maken en met de manier waarop collega’s in het leven staan. Je gaat als medepraktijkhouder een soort huwelijk aan, dus ik heb de tijd genomen hen te leren kennen. Ik vind het fijn om dingen naast de praktijk te doen en zag dat zij dat ook deden, bijvoorbeeld in de vorm van bestuurswerk. Dat maakt dat je begrip voor elkaar hebt als iemand er even niet is.’
In Steins’ geval vond hij die uitdaging bij de topzwemmers van TeamNL. ‘Als huisarts van dat team ben ik eens per week een dagdeel bij de training in Eindhoven. Binnenkort ga ik met sporters van veertien tot achttien jaar mee als teamarts naar de Jeugd Olympische Spelen in Dakar, Senegal. Ik vind het heerlijk om dat soort dingen ernaast te doen. En daarnaast ben ik een paar maanden geleden vader geworden, dus alles bij elkaar vult de agenda zich wel. Misschien dat ik in de toekomst nog eens bestuurswerk wil doen. Het is fijn te weten dat er in ieder geval flexibiliteit is in de praktijk.’
Huisartsen die op zoek zijn naar een praktijk, raadt hij aan om eerst bij zichzelf na te gaan wat ze belangrijk vinden. ‘Wat vreet energie en waar krijg je juist energie van? Ik vind het bijvoorbeeld fijn als alles gestroomlijnd gaat in de praktijk, dus een praktijk die Lean werkt, past bij mij. En daarnaast dus een goede werksfeer, ruimte om iets ernaast te doen, maar ook uitdagende vragen van kritische patiënten. Als je een beeld hebt van je eigen kernwaarden, helpt dat bij je zoektocht. Vraag je af waarom je bepaalde dingen frustrerend vindt en van andere juist blij wordt. Wat zegt dat over jou? In mijn geval was het mentortraject via de LHV ook heel verhelderend in de oriëntatie op een praktijk die bij mij past. Een praktijk vinden begint bij jezelf leren kennen.’

3. DE PERFECTE PRAKTIJK BESTAAT NIET

‘Het past wel een beetje in de tijdgeest om te zoeken naar een praktijk die aan ál je wensen voldoet. Maar net als bij het zoeken van een huis moet je daar misschien een paar concessies in doen. Bedenk dus wat je écht belangrijk vindt.
Kijk vooral ook naar wat je kunt veranderen. Als het met je potentiële toekomstige collega niet echt klikt, wordt het natuurlijk lastig. Maar vind je dat de praktijk wat ordelijker georganiseerd zou moeten worden? Pols dan eens hoe het team denkt over Lean werken.

4. HOU PLEZIER IN HET PROCES

‘Het gaat ook vast een keer mis in je zoektocht. Misschien ben je heel ver met overname of associatie en loopt het dan toch nog vast. Dat is verdrietig en daar baal je van, zeker als het meerdere keren niks wordt. Maar probeer tegelijk ook een beetje lol te hebben in je zoektocht en alle verschillende ervaringen die je daarbij opdoet. Wees ook mild voor jezelf. Juist van de momenten waar het misgaat, kun je leren wat belangrijk voor jou is en wat belangrijk is om een proces te laten slagen. Misschien pas je je wensen gaandeweg wel aan, op basis van wat je hebt gezien en geleerd. Het brengt je hoe dan ook verder. Probeer daar het positieve in te zien.’



FOTO: ROB TER BEKKE

Bedenk ook of je het fijn vindt om nog veel te veranderen, of dat je liever op een rijdende trein stapt. Om nogmaals de vergelijking met een huis te maken: hou je van een klushuis of verhuis je liever naar een instapklare woning?
Kun je toch geen praktijk vinden die voldoende aan jouw wensen voldoet? Dan kun je ook een nulpraktijk overwegen. Dat heeft wat voeten in de aarde, maar het voordeel is dat je die vanaf het begin helemaal naar je eigen wensen kunt vormgeven.'

5. JE KUNT EVENTUEEL WEER STOPPEN

'Je kunt een huis weer verkopen, je kunt een relatie beëindigen en je kunt ook stoppen als praktijkhouder. Dat is, net als met een huwelijk, natuurlijk niet de intentie, maar het is wel goed om als escape in je achterhoofd te houden: je hóeft niet tot je pensioen in dezelfde praktijk te blijven. Dissociëren of een praktijk overdragen om vervolgens ergens anders opnieuw praktijkhouder te worden, gebeurt niet zo vaak, maar is wel een optie.'

Sparren met een mentor?

Je kunt je nu aanmelden voor het mentorprogramma van 2027. Als mentee loop je een tijd samen op met een ervaren collega-huisarts. Jullie bepalen waarop je wilt focussen in de gesprekken en hoe vaak je afspreekt.

'Als eigenaar kun je de praktijk vormen naar je wensen'



FOTO: ROB TER BEKKE

William Kleijbergen is sinds anderhalf jaar solopraktijkhouder in Nijkerk. Dat werd hij na slechts anderhalf jaar waarnemend huisarts te zijn geweest, deels in zijn huidige praktijk. 'Een van de redenen dat ik voor het huisartsenvak heb gekozen, is het ondernemerschap. Ik wist dus al vroeg dat ik praktijkhouder wilde worden.'
Zijn eerste opleidingsjaar was in zijn huidige praktijk in Nijkerk. 'Nijkerk is een stad met het karakter van een dorp. Ik had toen al het idee dat een dorpspraktijk beter bij mij zou passen dan een praktijk in een grote stad. Mijn derde opleidingsjaar heb ik bewust in Amersfoort gedaan, om te verifiëren of dat idee klopte.' Dat werd bevestigd: 'In een dorp vervul je voor de patiënt vaak een belangrijkere rol, wordt je advies nog regelmatig als leidend gezien en komen patiënten niet alleen maar even een verwijsbrief halen.'
Na het afronden van de opleiding dacht Kleijbergen twee of drie jaar te gaan waarnemen. Het liep anders. 'Ik werkte twee dagen per week in mijn huidige praktijk. Daarnaast werkte ik in andere praktijken om daar in de keuken te kunnen kijken. Toen mijn voorganger wat sneller dan verwacht met pensioen wilde, heb ik wel kort getwijfeld, maar uiteindelijk toch deze praktijk overgenomen. Het voelde gewoon goed.'
Een deel van de twijfel zat in het idee dat het praktijkhouderschap 'voor altijd' zou zijn. 'Als ik instap, zit ik hier de rest van mijn leven aan vast – die gedachte heeft me wel even tegengehouden. Daar ben ik toch anders over gaan denken. Past het echt niet, dan is er altijd wel een uitweg. Inmiddels denk ik daar trouwens nooit meer aan. Ik krijg nog elke dag veel energie van het praktijkhouderschap.'
Bij de overname kon Kleijbergen niet meteen alle vinkjes zetten voor zijn ideale praktijk. 'Ik denk dat de praktijk voor ongeveer 70 procent aan mijn wensen voldeed. De resterende wensen heb ik grotendeels het eerste jaar doorgevoerd. Ik werk inmiddels met twee vaste collega-huisartsen, waardoor we iedere dag met twee huisartsen zijn. Dat wilde ik graag. Verder zijn we veel meer digitaal gaan werken. Die veranderingen heb ik redelijk snel kunnen doorvoeren mede dankzij mijn ervaren praktijkmanager en de proactieve en flexibele houding van de rest van het team.'
Zijn belangrijkste tip voor twijfelaars? 'Twijfel niet te lang. Zodra je eigenaar bent, kun je de praktijk naar je wensen vormen. Zoek ondersteuning voor de zaken waarbij je hiaten ziet bij jezelf en laat je helpen. Er is veel laagdrempelige hulp van de regio-organisatie mogelijk en de LHV ondersteunt natuurlijk ook. Wees je ervan bewust dat er altijd hulp is.' ¶