

INNOVATIEF NEDERLAND

Het is 5 voor 12 in de gezondheidszorg

De kwaliteit en toegankelijkheid van (betaalbare) zorg staat onder druk. ‘Als we niets doen, zijn harde keuzes onvermijdelijk,’ zegt Egbert-Jan Bögels, algemeen directeur van Health Valley. ‘We moeten nú in actie komen.’

De vraag 'kan ik nog wel passende zorg die nodig is ontvangen?' is niet een vraag voor de toekomst, die urgentie speelt nú. Bögels: 'We hebben heel lang gepraat en plannen gemaakt. Maar nu is het tijd om tot concrete resultaten te komen. Enerzijds door de juiste randvoorwaarden te scheppen zodat innovaties écht kunnen worden opgeschaald, door van eigen belangen naar gedeelde belangen te gaan. Dat is een cruciale succesfactor. Ik hoop dat onder deze druk ontwikkelingen in een stroomversnelling komen. Dat vraagt nog nadrukkelijker dan voorheen om krachtenbundeling tussen zorgorganisaties, innovatieve ondernemers, kennisinstel-

lingen, onderwijs en overheden. Gelukkig zijn er genoeg voorbeelden waar dit al lukt.' 'Als gezond mens heb je vaak veel keuzemogelijkheden en regie. Als je iets nodig hebt, bestel je dat online en staat het de volgende dag in huis. Maar op het moment dat er een zorgbehoefte ontstaat, ben je afhankelijk van anderen en verlies je de regie. Soms moet je lang wachten op de gevraagde ondersteuning en beland je op een wachtlijst. Het zou mooi zijn als deze werelden meer bij elkaar kunnen komen. Zodat we niet hoeven te spreken van een leven voor en na een zorgvraag. Om zorg betaalbaar, toegankelijk en van een kwalitatief hoogstaand niveau te houden kun je

niet alleen maar inzetten op digitalisering en technologie. Het gaat ook om preventie. Daarnaast moeten we er alles aan doen om te zorgen dat de mensen die in de zorg werken, plezier in hun werk houden en dat instroom van gekwalificeerd personeel wordt gegarandeerd.

Health Valley Event

Health Valley is hét zorginnovatienetwerk van Nederland. Health Valley zet vol in op het initiëren en begeleiden van samenwerkingsverbanden om tot concrete resultaten te komen. Zo organiseert Health Valley op 21 maart 2024 alweer voor de 15e keer het Health Valley Event in Nijmegen. Daar worden de meest actuele onderwerpen in de zorg van nu én in de toekomst besproken. We ontmoeten je daar graag.



Lees alle artikelen op onze website. Scan de QR-code.

3

Hulp bij verplicht vastleggen data milieupact



5

Behandeling persoonlijkheidsstoornis: hoe eerder hoe beter



ADVERTORIAL

Onmisbare steun van Anne, de digitale mantelzorger

‘Heb je je medicijnen ingenomen? Je bent toch niet weer die afspraak met de thuiszorg vergeten?’ Voor je het weet, ben je alleen nog maar aan het zorgen.

Thuis met Anne is de digitale zorgassistent die je ondersteunt in je rol als mantelzorger. Anne is een zogenoemde avatar, aan wie je vragen kunt stellen en die je herinnert aan het innemen van je medicijnen en afspraken, of zorgt dat je voldoende water drinkt. Ze ondersteunt niet alleen bij de zorg, maar zorgt ook voor gezelligheid en afleiding. Bijvoorbeeld met spelletjes, videobellen of foto's en filmpjes die de kleinkinderen naar Anne kunnen sturen. 'Het moet leuk zijn. Dan gaan mensen Anne ook echt gebruiken. Het vertrek-

punt bij het ontwikkelen van Anne was de persoon die hulp en zorg thuis nodig heeft. Vanaf het begin hebben we de eindgebruiker centraal gezet, met het netwerk eromheen. De fysiotherapeut kan oefeningen in het systeem zetten en de huisarts de medicatie-instructies, vertelt Thuis met Anne oprichter Annemarie Johannes. Anne scheelt al gauw 1,5 uur extra zorg per persoon per week.

Vriendelijk

Het verhaal van Thuis met Anne begint met de zorg voor haar vader, nadat hij een beroerte kreeg, vertelt Annemarie. 'De revalidatie was totaal geen maatwerk. Het is afgestemd op de gemiddelde Nederlander, die niet bestaat.' Op een dag zat haar vader in het donker, omdat de hulp niet langs was geweest.



Foto: Martin Stor

'Toen hebben we een systeem ontwikkeld waarbij mijn vader Anne vraagt "Mag het licht aan?". Dan vraagt zij "Van welke kamer?" en zorgt domotica dat het licht aanfloopt. Doordat Anne op een bepaalde manier "Hé pap!" zegt, zoals ik dat zelf ook doe, voelt mijn vader zich op z'n gemak.'

Anne 'werkt' in de ouderenzorg en de thuiszorg, maar ook bijvoorbeeld in de geestelijke gezondheidszorg, zoals met

autistische jongeren. Bij een aantal gemeenten valt Anne onder de WMO (voor onder meer de dagopvang, begeleid wonen en zelfs ondersteuning van de thuiszorg). 'We kijken met een frisse, onbevangen blik,' stelt ze. 'We proberen zo dicht mogelijk bij de eindgebruiker te blijven.' Een voorbeeld dat veel mantelzorgers zullen herkennen, is het eindeloos herhalen van dezelfde vraag bij beginnende dementie. 'Anne blijft geduldig antwoorden. De computerstem zorgt dat de irritatie eruit is, bij de tiende keer klinkt ze nog net zo vriendelijk. Als het nodig is in het Turks of een andere taal.'



Ontdek Anne. Vraag het aan via onderstaande QR-code.



Evert Snel

Importeur van Fazioli. Exclusief dealer van Bösendorfer Dealer van o.a. Yamaha, Schimmel, Seiler, Grotrian Steinweg Tevens groot aanbod occasion instrumenten Inkoop, verkoop, restauratie, stemmen, onderhoud, verhuur en concertservice.

Bezoek- en correspondentiadres: Nieuwendaal 66 3985 AE Werkhoven
Tel. 0343 551577 / 551741 www.evertsnel.nl info@evertsnel.nl



‘Duurzaamheid is het verdienvermogen van de toekomst’

De noodzaak en urgentie van een nieuwe, duurzame economie wordt steeds breder gevoeld. Er is geen weg terug voor bedrijven, alleen nog maar vooruit, zegt Pieter van den Herik, manager Business Development bij MVO Nederland.

Van den Herik ziet veel positieve ontwikkelingen. ‘Het incorporeren van duurzaamheid in het businessmodel wordt het meest winstgevend voor de toekomst. Niet alleen voor bedrijven, maar ook voor mens en milieu.’ De tijd van vrijblijvendheid is voorbij, qua duurzaamheid, benadrukt hij. Vanuit Europa wordt regelgeving uitgerold die voortkomt uit de Green Deal waar de Europese Commissie veel werk van heeft gemaakt. ‘Dat betekent dat sectoren, bedrijven en boeren dingen moeten gaan doen die niet meer passen bij hun huidige bedrijfsmodel. Dat doet op

vele fronten pijn, maar die regels zullen vooral ook een motor zijn voor een positieve vernieuwing van die sectoren.’ Als voorbeeld noemt Van den Herik de Corporate Sustainability Reporting Directive (CSRD), waardoor grote bedrijven vanaf 2025 moeten rapporteren over niet-financiële prestaties.

Circulaire economie

Van den Herik: ‘Bedrijven zullen in staat zijn om prestaties beter met elkaar te vergelijken en ook van elkaar te leren. Door deze toegenomen transparantie, kun je verbeteringen aanbrengen. Gelukkig zien we genoeg bedrijven die dat als een extra stimulans zien om duurzaamheid te borgen in de bedrijfsprocessen. Er zijn ook bedrijven die het als een afvinkexercitie zien, terwijl het een kans is om een toekomstbestendig bedrijfsmodel voor elkaar te krijgen.’

‘BEDRIJVEN ZULLEN IN STAAT ZIJN OM TE VERGELIJKEN EN VAN ELKAAR TE LEREN’

Veel van de gebieden waarover bedrijven moeten rapporteren sluiten aan op de Nieuwe Economie Index (NEx, zie kader). Een van de thema’s die achterblijft is de circulaire economie. Hier ligt een rol voor de overheid om hergebruik van grondstoffen en materialen te stimuleren, meent Van den Herik. Nu wordt er vooral gesubsidieerd, maar effectievere instrumenten zijn normeren – wetgeving dus – en beprijzen. Zo kan de overheid de belasting op gerecyclede of tweedehandsproducten verlagen.

Doendenkers

Een van de redenen voor bedrijven om zich aan te sluiten bij MVO Nederland is het opdoen van inspiratie en kennis en het netwerken. ‘Je hebt bedrijven die al verder zijn of dezelfde reis maken als jij, en mooie oplossingen hebben. Daarnaast is kennis een belangrijk element. Je kunt leren van andere bedrijven. En die manier, leren van gelijken, vinden ondernemers en bedrijven vaak het prettigst. En als laatste uiteraard netwerken. Het leren kennen van andere partijen. Juist ook bedrijven uit andere sectoren of bedrijven die actief zijn op heel andere duurzaamheidsthema’s. ‘Het biedt de mogelijkheid om ergens aan mee te doen. Om een project op

te starten met elkaar. We noemen dat zelf “doendenken”. In juni hebben we een event, De Dag voor Doendenkers. Dat bevat wat wij en die bedrijven zelf willen doen, in actie komen met elkaar. We zijn een beweging van ondernemers en ondernemende mensen die echt op weg willen naar die duurzame economie. Dat is een gezamenlijke missie die ons drijft.’ Van den Herik is optimistisch naar de toekomst toe: ‘Als iedere stakeholder de juiste dingen doet, gaat de nieuwe economie lukken.’

NIEUWE ECONOMIE INDEX (NEX)

MVO Nederland publiceert jaarlijks de Nieuwe Economie Index (NEx), een onderzoek naar de duurzaamheid van de Nederlandse economie. Momenteel is 17,5% van de Nederlandse economie duurzaam. Met groene energie gaat het goed, maar de circulaire economie stagneert juist. Meer informatie is te vinden op www.mvonderland.nl.

Topic Media Agency B.V. Herengracht 440 1017 BZ Amsterdam, www.topicmedia.nl | Info@topicmedia.nl | Mediaconsultant Sanada van Jaaren | Redactie Gijs de Zwarte, Hans Pieters en Jacques Koch | Artdirectie en vormgeving Lilian Dapaah | Druk DPG Media | Deze bijlage valt niet onder verantwoordelijkheid van de hoofdredactie van Trouw.

Smaakchef zorgt voor een hoogtepunt van de dag

Met het Smaakchef hospitality concept van Albron krijgen bewoners in de zorg elke dag een verse warme maaltijd. Deze wordt met liefde bereid door hun eigen Smaakchef. Het concept is bekroond met de Horecava Innovation award 2024.



‘Een mooie erkenning,’ noemt Johan Melein, commercieel directeur zorg bij Albron, de prijs en waardering. ‘Beleving is een belangrijk onderdeel van het Smaakchef-concept. Samen koken en samen bedenken wat je gaat maken. Je laat mensen meedoen en maakt een praatje. Het is een heel sociaal gebeuren. Eten verbindt, zorgt voor zingeving. Dat is heel belangrijk. Je hebt het gevoel dat je erbij hoort. Samen koken en eten zorgt dat je een dagritme hebt. Dat draagt bij aan minder eenzaamheid. Het is dus niet alleen gezond eten, maar ook de sociale component die heel belangrijk is.

Als mensen samen eten, dan vinden ze dat prettiger en eten ze beter.’

De A van aandacht

Melein: ‘Ik zeg wel eens: vitamine A is de belangrijkste vitamine. De A van aandacht. Als je iets aandacht geeft,

HET JURYPAPPORT NOEMT SMAAKCHEF 'EEN IJZERSTERK HOSPITALITY CONCEPT (...) VOOR DE ZORG'

dan proef je het terug in het eten, in de beleving. De persoonlijke “touch”, de Smaakchef die op locatie vers kookt en zorgt dat er een praatje is, leidt tot die extra vitamine A. Je kookt en eet elke keer weer iets anders. Het is fijn dat er afwisseling is, net als thuis. Dat proberen we te stimuleren. Als je inkoop vanuit een maaltijdproducent, smaakt de jus elke dag hetzelfde.’ Smaakchef ontzorgt zorgpersoneel door de bereiding van warme maaltijden uit handen te nemen. Een professional met verstand van lekker en gezond eten bereidt de maaltijd,

zodat zorgmedewerkers zich kunnen focussen op hun primaire taken. Het Smaakchef-concept is niet alleen voor de kleinschalige ouderenzorg ontwikkeld, maar bijvoorbeeld ook voor de gehandicaptenzorg. Het is een mix van gastvrijheid en gezond eten en drinken, waarbij rekening wordt gehouden met diëten, allergenen of maaltijden in aangepaste consistentie voor mensen met kauw- en slikproblemen. ‘Die specialistische kennis is bij ons beschikbaar, onze Smaakchefs worden daarop getraind, los van de gastvrijheid.’ ‘In eerste instantie denken mensen dat het duurder is als je iets uitbesteedt. Dat hoeft niet zo te zijn, als je integraal naar alle kosten kijkt,’ benadrukt Melein. Hij wijst op het tekort aan en verloop onder zorgpersoneel. ‘Door het uitbesteden van de warme maaltijd ontlast je de zorgmedewerkers. En de hospitality-cao is gunstiger dan de zorg-cao. Dat scheelt ook kosten.’

Albron



Smaakchef | Vers bereid & met liefde verzorgd (albron.nl)

MVO en duurzaam horen vanaf nu in het jaarverslag

Voortaan rapporteren over duurzaamheid zoals over financiën

De eerste lichte bedrijven is vanaf dit jaar verplicht om volgens het corporate sustainability reporting directive (CSRD) van de EU te rapporteren over de impact op mens en milieu. Maar dat betekent niet dat kleinere bedrijven de dans ontspringen. IT-specialist NTT DATA Business Solutions helpt deze organisaties bij het verzamelen en vastleggen van de benodigde data.



De CO₂-uitstoot van de vriezer bij de consument thuis? Die data moeten producenten straks meenemen in hun bedrijfsrapportage. Met ingang van boekjaar 2024 moet een jaarverslag niet alleen financiële gegevens bevatten, maar ook informatie over de impact van bedrijfsactiviteiten op mens en milieu. Dat is makkelijker gezegd dan gedaan. 'De verplichte CSRD-richtlijn van de EU omvat 82 rapportagevereisten, 500 meetpunten en meer dan 10.000 datapunten. Je krijgt vragen over uiteenlopende zaken als je eigen CO₂-uitstoot, waterkwaliteit, huisvesting van seizoenarbeiders, maar dus ook over de impact van het gebruik van je product nadat je het verkocht hebt,' zegt Marc van den Berk van NTT DATA Business Solutions. Zijn organisatie helpt bedrijven bij het verzamelen en vastleggen van deze niet-financiële bedrijfsdata.

Complexe rapportage

Naar schatting vallen zo'n 50.000 Europese bedrijven onder de nieuwe regels. Ook bedrijven die niet hoeven te rapporteren, worden geraakt door

de nieuwe wetgeving. Wat betreft het hoofdstuk emissie is de CSRD-rapportage onderverdeeld in drie 'scopes': de directe emissies van de eigen bedrijfsvoering (scope 1), indirecte emissies door energieverbruik (scope 2) en de emissies van de ketenpartners (scope 3). Het rapporteren van scope 3-emissies is complex, omdat dit vereist dat bedrijven data verzamelen over hun hele waardeketen. Óók gegevens die zich buiten hun eigen boekhouding bevinden, zoals data van leveranciers, transporteurs, afnemers en eindgebruikers. 'Scope 3-data haal je niet zomaar uit je softwaresysteem. Je moet je keten gaan bevragen. Om als frietproducent je CO₂-footprint te

'WE HELPEN OM INZICHTELIJK TE KRIJGEN WAT EN WAAROVER JE MOET RAPPORTEREN'

'WE MERKEN BIJ ONZE KLANTEN STEEDS MEER EEN INTRINSIEKE MOTIVATIE'

achterhalen over je hele keten, moet je ook onderzoeken hoe lang een friettent of consument jouw frieten bakt. En in het geval van een diepvriesproducent: hoe het product gebruikt wordt. Dat kan ver gaan. Gebruikt een huishouden groene of grijze stroom? En hoe wordt dat product ontmanteld als het kapot is?'

Groenere keten

De CSRD is weliswaar bewerkelijk, maar biedt enorm veel kansen, benadrukt hij. 'Het is een administratieve rompslomp. Maar het voordeel is dat de keten uiteindelijk groener wordt. We merken bij onze klanten steeds meer een intrinsieke motivatie. Wanneer je al je duurzaamheidsdata verzamelt en in een rapport stopt, krijg je een concreet overzicht. Daarmee kun je slimme, groene keuzes maken. Je krijgt heel veel knoppen om mee te spelen.' Met de CSRD maakt de economie in feite een inhaalslag, constateert Van den Berk. 'Er komt aandacht voor zaken die lang vrijblijvend waren in je bedrijfsvoering. De inzichten die je genereert met de data gaan ervoor zorgen dat je als bedrijf waardevoller wordt voor samenwerkingspartners en klanten. Zo houd je bestaansrecht in de toekomst.' NTT DATA Business Solutions helpt bedrijven bij de implementatie en het beheer van hun ERP-systemen van SAP. 'Net als iedereen die nu met de CSRD geconfronteerd wordt, hadden wij het antwoord op hoe je aan alle CSRD-

data komt, niet direct voorradig. Maar, we zijn wel heel goed in de digitale ondersteuning van bedrijfsprocessen en de rapportagesystemen die daarbij horen. En we denken dat daarin de sleutel ligt tot een goed verslag.' Om die reden startte de IT-specialist in 2022 met een aantal van zijn klanten een werkgroep. Elke drie maanden komt een aantal bedrijven uit de food en agro-industrie samen en pakt het een vraagstuk rondom de CSRD aan. 'Waar haal je alle versnipperde data vandaan? Hoe krijg je alles in een rapportage die de accountant goedkeurt? Hoe weet je zeker dat de data die je van leveranciers en afnemers krijgt ook klopt,' geeft Van den Berk als voorbeelden. 'We zien bij onze klanten dat de benodigde data voor CSRD-rapportage vaak nog niet goed genoeg in die systemen zit of wordt vastgelegd. Of zelfs nog helemaal niet. We helpen ze om inzichtelijk te krijgen wat en waarover ze moeten rapporteren. Dat doen we voor bedrijven die onder de nieuwe rapportageverplichting vallen. Maar we helpen ook kleinere bedrijven die voor scope 3 data moeten aanleveren aan partners.'

CSRD als kans

Niet CSRD-plichtig zijn en toch data moeten overleggen, lijkt een last, maar biedt juist kansen om je bedrijfsvoering en keten onder de loep te nemen, vindt Van den Berk. 'Wil je in de toekomst aantrekkelijk blijven als partner, dan zul je groener en socialer moeten zijn en dat ook kunnen aantonen. Er komt een moment dat klanten en organisaties bijvoorbeeld zeggen "ik wil alleen nog maar werken met bedrijven met minimale uitstoot". In de gesprekken met klanten blijkt telkens dat hun ERP-systeem de ideale data en processtructuur biedt om het duurzaamheidsverslag op te baseren. De ERP-systemen van nu zijn cloudbased. Er zit één krachtige database onder. Wij noemen dat een "single source of truth". Daardoor werkt elke afdeling, van inkoop en warehouse tot productie, met dezelfde, actuele dataset. Er kan niet zomaar met de cijfers geknoeid worden. Omdat je verslag moet doen over niet-financiële gegevens van diverse afdelingen is een dergelijk centraal systeem ideaal. Je hebt immers alles op één plek. Als de processen in het systeem eenmaal goed zijn ingericht, helpt dit om de komende jaren je CSRD-rapportage relatief snel gereed te krijgen, zonder extra zoekwerk.'



Bekijk hier hoe NTT DATA Business Solutions de CSRD beetpakt voor bedrijven.



Lekker in je vel door goed voor de dag te komen

Goed voor de dag komen willen we allemaal, ook op ons werk. Dat begint met voldoende zelfvertrouwen; de beste indruk maak je immers als je goed in je vel zit en blij bent met jezelf. Gelukkig kun je zelf dingen doen om dat zelfvertrouwen te versterken.

Het leven draait niet om schoonheid, en toch weten we het allemaal: er goed uitzien en een goed verzorgd uiterlijk is wel degelijk belangrijk. Het brengt zowel privé als zakelijk voordelen met zich mee: je hebt niet alleen meer keuze op de datingmarkt, maar ook een beter carrièreperspectief. Uit onderzoek blijkt namelijk dat uiterlijk een belangrijke voorspeller is van succes op werkgebied. Zozeer zelfs dat het

Sociaal Cultureel Planbureau (SCP) concludeert dat een mooi uiterlijk net zo belangrijk is voor succes als een diploma. Ons uiterlijk levert dus best wat druk op. Op social media, zoals Instagram toont iedereen de beste versie van zichzelf. En sinds de coronapandemie brengen we meer tijd door in videogesprekken, zodat er nog meer nadruk op ons uiterlijk komt te liggen. We worden steeds kritischer.

Digitale ontmoetingen

Om je zelfverzekerder te voelen op het werk is het dus belangrijk dat je blij bent met je spiegelbeeld. Dat spiegelbeeld maakt ons helaas nogal onzeker. Uit verschillende onderzoeken blijkt dat tussen de 20 en de 40 procent van de vrouwen en zo'n 10 tot 30 procent van de mannen er ontevreden over is. De meesten zijn bovendien in de veronderstelling dat de omgeving hun kritiek deelt. Vind je jezelf onaantrekkelijk, dan verwacht je dat anderen dat ook zullen zien; denk je dat anderen je niet mooi vinden, dan zul je jezelf ook niet zo snel als mooi beoordelen.

Innerlijke criticus

Ontevredenheid met het uiterlijk houdt direct verband met ons gevoel van eigenwaarde. Onze innerlijke criticus knaagt aan ons zelfvertrouwen, maakt dat we onzekerder overkomen. Gelukkig kun je je zelfvertrouwen vergroten, door extra aandacht te besteden aan je uiterlijk. Dat doe je niet alleen voor anderen. Integendeel, je geeft jezelf indirect de boodschap: Ik ben het waard. En ja, dát straalt je ook uit naar je omgeving. Een beautybehandeling, een nieuw kapsel of mooie kleding geven je kracht. Een cosmetische ingreep kan je helpen om zelfverzekerder te zijn, bijvoorbeeld als je last hebt van hangende oogleden of zware wallen. Maar bij cosmetische ingrepen past ook een bijsluiter. Onzekerheid over je uiterlijk kan doorslaan in perfectionisme, gevoed door de perfecte, gefotoshopte celebritylooks van Instagram.

Goed in je vel zitten bereik je vooral door gezond te leven, genoeg te bewegen en voldoende rust te nemen. Als je beweegt maak je het gelukshormoon endorfine aan, dat stresslevels omlaag brengt, energie geeft. Een fit lijf zorgt bovendien voor een goede en zelfverzekerde lichaamshouding. En vier je positieve ervaringen met betrekking tot je werk. Zelfs als het een keertje niet gaat niet zoals je hoopt, zijn er vast dingen die wél goed gaan.

ONZE INNERLIJKE CRITICUS MAAKT DAT WE ONZEKERDER OVERKOMEN

AAN HET WOORD

MICHEL SCHURINGA,
PLASTISCH CHIRURG
BOERHAAVE MEDISCH
CENTRUM

Hoe vind je, als je plastische chirurgie overweegt, de juiste behandelaar?

'Ga niet over één nacht ijs. En ga niet enkel shoppen op de laagste prijs. Je weet dan niet goed waarop bezuinigd wordt. Vergeet niet: het gaat wél om jouw lichaam. Zoek een ervaren plastisch chirurg. Iemand met ervaring zal voor jouw wensen verschillende oplossingen weten, kennen en kunnen toepassen. Dat moet duidelijk naar voren komen in een eerste gesprek. Tijdens zo'n adviesgesprek is het prettig als je een klik voelt met de behandelaar. Ook belangrijk: de omgeving waar de plastisch chirurg werkt. Is er overnachtingscapaciteit voor als je een ingrijpende behandeling hebt gehad? Kun je er 24 uur per dag en zeven dagen per week terecht, mocht er iets zijn.'

Doen zich nog problemen voor bij of na behandelingen?

'Er is de afgelopen jaren enorm veel wetenschappelijk onderzoek gedaan naar plastische en esthetische behandelingen. Er zijn uiteraard altijd risico's verbonden aan een ingreep maar door te kiezen voor een goede kliniek en behandelaar (en goede nazorg) worden deze zo klein mogelijk.'

Waar kijkt u naar uit?

'Er zijn heel veel mensen bezig met innovaties, dat houdt het vak spannend. Wat de nazorg betreft: met laserbehandelingen is nog veel meer mogelijk, zowel aan de buiten- als aan de binnenkant. Een maximaal resultaat halen met minimale littekens, dat is het grote streven.'

ADVERTORIAL

Cosmetische ingreep? Dit is het eerlijke verhaal

Een stuk beter in je vel zitten, meer zelfvertrouwen: met een cosmetische ingreep kun je dat doel bereiken.

Cosmetische chirurgie wordt steeds meer geaccepteerd. Toch hoort Mireille van Hal nog vaak de twijfels op haar spreekuur. Van Hal is plastisch chirurg bij Boerhaave Medisch Centrum, dé grootste kliniek voor plastische chirurgie in Nederland, en snapt wel waar de schroom vandaan komt. Soms sluimert de gedachte dat je simpelweg tevreden zou moeten zijn met je lijf. En er kan ook, zegt ze, angst zijn voor wat anderen ervan zullen zeggen als je een cosmetische ingreep laat uitvoeren. Van Hal: 'Maar het is jouw lichaam. Alleen jij weet welk gevoel je krijgt als je voor de spiegel staat. Als jij denkt dat je na een ingreep lekkerder in je vel zit, zou ik

zeggen: 'Go for it.' Zelfverzekerder ben je het mooist.'

Veel is mogelijk

'Het meest creatieve vak in de geneeskunde,' noemt Van Hal haar beroep. Veel is mogelijk. Of het nou gaat om een simpele verwijdering van een moedervlek, een ooglidcorrectie of bijvoorbeeld een armlift. Dat laatste is zo'n typisch probleem – uitrekkend en hangend vel – waar intensief sporten of crèmes niets aan veranderen. Tegelijkertijd, erkent Van Hal, zijn plastisch chirurgen natuurlijk geen wonderdokters. Bij Boerhaave wordt altijd samen met de patiënt gekeken wat verstandig en wat haalbaar is: 'We vinden het belangrijk om vooraf een zo goed mogelijk beeld te schetsen van het te verwachten resultaat. Ook als een wens niet haalbaar is, zal ik dat eerlijk bespreken.'



'WIJ ZIJN 365 DAGEN BE-REIKBAAR EN BETROKKEN'

Onzekerheid achterlaten

De eerlijkheid en transparantie blijkt, naast de behandeling door ervaren en gespecialiseerde plastisch chirurgen, hoog te worden gewaardeerd. Op Zorgkaart Nederland scoort Boerhaave Medisch Centrum een 9.2 en werd de

afgelopen twee jaar uitgeroepen tot een van de best gewaardeerde klinieken van Nederland. Van Hal durft, zegt ze, niet te beweren dat ze ervoor kan zorgen dat patiënten na een ingreep gelukkig zijn met hun lichaam. Ze weet wel dat er vaak een heel verhaal achter het probleem zit waar een patiënt mee worstelt: 'Na een ingreep kunnen veel patiënten die onzekerheid of een deel daarvan loslaten. Dat geeft veel vrijheid.'



Meer informatie?
Scan de QR-code.

Nog steeds wordt de juiste behandeling te vaak, te laat ingezet

Persoonlijkheidsproblematiek heeft verstrekende gevolgen in een mensenleven. Professor Joost Hutsebaut zet met de daarin gespecialiseerde Viersprong GGZ belangrijke stappen vooruit. In het bijzonder ook op het gebied van jeugdbehandeling.



Cijfers

Tien tot vijftien procent van de mensen in elke samenleving heeft in meer of mindere mate persoonlijkheidsstoornis. Joost Hutsebaut, klinisch psycholoog en hoogleraar, bijzondere leerstoel 'Preventie en vroege interventie van persoonlijkheidspathologie', legt uit: 'Bij persoonlijkheidsstoornissen spelen meestal zowel aanleg als omgevingsfactoren een rol. Mensen met de stoornis hebben vaak op vroege leeftijd traumatische ervaringen meegemaakt. En natuurlijk speelt de gezinssituatie daarbij vaak een rol. Denk aan onveiligheid en onvoorspelbaarheid in het gezin, verwaarlozing, misbruik. Je kunt zonder meer stellen; hoe heftiger de situatie, hoe groter de stoornis.'

Gevolgen

De gevolgen voor het leven zijn groot. Het zelfbeeld van mensen met de stoornis is doorgaans laag en het kost ze veel moeite anderen te vertrouwen. Een normaal leven realiseren wordt aldus al gauw erg moeilijk. 'We willen allemaal een aantal van de gebruikelijke zaken des levens voor elkaar krijgen', zegt Hutsebaut. 'Een identiteit ontwikkelen hoort daarbij, een richting vinden, en een als zinvol ervaren bestaan opbouwen ook. Dat doen we voor een groot deel in relatie tot anderen en je ziet dat dat voor deze mensen grote problemen oplevert. Borderline is een van de meer bekende persoonlijkheidsstoornissen. Daarbij zien we vaak verlatingsangst, het ondertussen algemeen bekende aantrekken en afstoten in relaties hoort erbij. Men heeft identiteitsproblemen, sterk negatieve gevoelens van eigenwaarde, stemmingswisselingen, ervaart ongepaste intense boosheid. En het ligt voor de hand dat dat weer grote gevolgen kan hebben voor het functioneren op allerlei levensgebieden.'

BEN JE ER EERDER BIJ DAN KUN JE VEEL PROBLEMEN OP LATERE LEEFTIJD VOORKOMEN

Gezondheidsproblemen

En dat alles kan ook nog eens gepaard gaan met drank- en drugsgebruik, zelfverwonding, suïcidale neigingen en chronische stress. Wat kan leiden tot gezondheidsproblemen zoals obesitas, hartklachten of kanker. De gemiddeld levensverwachting van mensen met zware borderline is dan ook slechts 57 jaar voor een man en 61 jaar voor een vrouw. Hutsebaut: 'Kinderen zakken af, spijbelen, kunnen op straat belanden of zelf in de criminaliteit en de gevangenis. Dat laatste zie je meer bij jongens gebeuren overigens. Bij meisjes zie je dat eetstoornissen en zelfverwonding vaker voorkomen. Veertig procent van de mensen met de aandoening zal nooit werken en heeft eigenlijk ook geen enkel perspectief op een baan. Het gaat al met al dus om zeer ernstige psychische aandoeningen en de kosten daarvan zijn hoog, zowel op individueel als maatschappelijk niveau. Mensen sterven dus gemiddeld eerder. En de samenleving staat voor de kosten van sociale uitkeringen en behandeling. Het is natuurlijk moeilijk precies te berekenen maar als het alleen al om behandelkosten gaat is 14.000 euro per kind per jaar geen uitzonderlijke schatting.'

Transitieperiode

Gelukkig gaat het niet om volkomen onoplosbare problematiek. Belangrijk onderdeel van de behandeling is mensen bewust maken van hun gedrag en ze te leren anders met emoties om te gaan. Er valt, zo zegt Hutsebaut,

echter nog heel veel te verbeteren in het vakgebied. En zijn relatief jonge leerstoel en onderzoek aan de Universiteit van Tilburg, ingesteld door de Viersprong, is er vooral op gericht dat proces te bevorderen. 'We zitten als het ware in een transitieperiode', zegt hij. 'Uit recent wetenschappelijk onderzoek weten we dat we al in de vroege puberteit een hele reeks negatieve uitkomsten kunnen zien aankomen. Ondertussen komen we maar langzaam uit een fase waarin zorgverleners erg terughoudend waren om de diagnose vroeg te stellen. De veronderstelling was en is toch nog te vaak dat veel van de klachten bij de jonge leeftijd zouden horen. En zorgverleners willen jongeren ook niet met het stigma belasten. Met als gevolg dat de juiste behandeling nog steeds te vaak te laat wordt ingezet. Cijfers uit het buitenland laten ondertussen zien dat de reguliere behandelingen te weinig effect hebben. En daar ligt dus onze grote uitdaging. Want ben je er eerder bij dan kun je veel problemen op latere leeftijd voorkomen.'

Vroegtijdige interventie

Hutsebaut is op grond van zijn bevindingen dus een groot voorstander van vroegtijdige gepaste interventie. En daarbij wordt een breed scala aan methoden ingezet. 'We werken met gedetailleerde vragenlijsten, spreken met ouders en leerkrachten, vragen naar voorbeelden, gevoelens, frequentie. We gaan diep. Dat alles natuurlijk om tijdig en met voldoende zekerheid vast te kunnen stellen of en in welke mate de diagnose persoonlijkheidsstoornis van toepassing is. Het vraagt allemaal wel een omslag in het denken van behandelaars, huisartsen, gemeenten, GGD's, scholen en wie er verder maar met 'moeilijke jongeren' te maken krijgt. Vooral ook voor scholen is een belangrijke rol weggelegd en we

zijn dus continu bezig methoden te verbeteren waarmee leerkrachten en andere jeugdprofessionals eerder kunnen inschatten wat normaal gedrag is en wat niet. Het slechte nieuws is dat persoonlijkheidsstoornissen bestaan. Het goede nieuws is dat het behandelbaar is en dat we ons er met z'n allen steeds meer van bewust raken dat hoe eerder hoe beter, de gulden regel is wat dit betreft.'

DIT IS DE VIERSPRONG:

De Viersprong is een gecertificeerde TOPGGZ-organisatie. Het keurmerk TOPGGZ staat voor de hoogste waardering voor behandeling, onderzoek en opleiding in de geestelijke gezondheidszorg. De onafhankelijke Stichting Topklinische GGZ reikt dit keurmerk uit aan afdelingen met een hoogspecialistisch en kwalitatief goed aanbod voor cliënten met ernstige, complexe en/of zeldzame aandoeningen. Behalve de hoofdlocatie in Halsteren heeft de Viersprong vestigingen in Bergen op Zoom, Breda, Den Bosch, Goes, Rotterdam en Amsterdam. Zeshonderdvijftig professionals zijn er werkzaam. En jaarlijks behandelt de Viersprong zo'n 5000 cliënten, waarvan iets meer dan de helft jeugdigen.



Meer informatie?
Scan de QRcode.

Klaar voor de toekomst met gelukkige werknemers

Gelukkige werknemers zijn minder vaak ziek, energiever en gemotiveerder. Een tevreden medewerker blijft niet alleen langer gezond, maar is bovendien productiever en levert zowel maatschappij als werkgever meer op. Niet zo gek dus, dat steeds meer organisaties focussen op duurzame inzetbaarheid.

Duurzame inzetbaarheid is erop gericht mensen tot hun pensioenleeftijd gezond, gelukkig en bekwaam aan het werk te houden. Het creëren van goede en gezonde arbeidsomstandigheden is hiervoor van levensbelang. Maar ook een positieve leercultuur waarin men zich kan blijven ontwikkelen en aandacht voor de persoonlijke omstandigheden, wensen en behoeften van werknemers vergroten de duurzame inzetbaarheid van je organisatie.

Gezamenlijke belangen

Bij duurzame inzetbaarheid komen de belangen van werkgever en werknemer samen. Het doel is een vruchtbare situatie te creëren voor beide partijen, door meer aandacht te hebben voor de belangen van de werknemer. Het belang van de werknemer is namelijk uiteindelijk ook het belang van de werkgever. Dat wil zeggen, gezonde en gelukkige werknemers hebben een positief effect op de hele organisatie: wie zich goed voelt op het werk is



JEZELF WILLEN ONTWIKKELEN IS EEN MENSELIJKE BEHOEFTE

productiever en verspreidt bovendien een positieve energie. Zo stimuleren mensen ook onderling elkaars productiviteit. Als werkgever heb je er dus alle belang bij je personeel gezond en gelukkig te houden.

Werksfeer

Duurzame inzetbaarheid wordt beïnvloed door allerlei factoren. Op sommige van die factoren heb je als werkgever geen invloed. Denk hierbij aan iemands thuissituatie. Toch kun je als werkgever meer doen dan je misschien denkt. Een werknemer brengt immers een groot deel van zijn tijd door op het werk, en er zijn heel veel verschillende manieren om de duurzame inzetbaarheid van jouw personeel te vergroten.

Een van de belangrijkste factoren bij duurzame inzetbaarheid is de werksfeer. Kan iedereen zichzelf zijn op het werk? Wordt ieders bijdrage evengoed gewaardeerd? Minstens zo belangrijk is gezondheid. Als werkgever kun je gezonde keuzes stimuleren, bijvoorbeeld met gratis groente en fruit als tussendoortje. Ook het aanbieden van een dagelijkse sporttraining met het kantoor of een gratis sportschoolabonnement kan de inzetbaarheid van je werknemers vergroten.

Investeren in ontwikkeling

Een werkomgeving die werknemers voldoende kansen biedt zichzelf te ontwikkelen heeft een positief effect op duurzame inzetbaarheid. Jezelf willen ontwikkelen is een menselijke behoefte. Wil de werknemer beter worden in diens taak of juist nieuwe dingen leren? Wees dan niet bang om te investeren in cursussen en trainingen. Bekwaamheid motiveert, geeft energie en maakt zo productiever.

Werk-privébalans

Een te hoge werkdruk leidt dikwijls tot lichamelijke en psychische klachten bij de werknemer en is dus nadelig voor duurzame inzetbaarheid. Door contact te houden met je werknemers blijf je als werkgever op de hoogte van de werkdruk die zij ervaren. Indien nodig pak je de werkdruk aan door je flexibel op te stellen en mee te denken. Is er een verhoogde druk in de privé sfeer, creëer dan samen een situatie waarin de werknemer toch kan blijven werken. Denk aan meer thuiswerken, minder belastend werk of een tijdelijke verlofregeling. Sommige maatregelen lijken misschien kostbaar, maar vergroten in werkelijkheid de kans dat je werknemer snel weer op volle kracht verder kan.

AAN HET WOORD

LEO WIJNSMA
DIRECTEUR TIGRA

Ga preventief aan de slag met duurzame inzetbaarheid en vitaliteit van je werknemers

'De investering loont; iedere euro verdient zich minimaal drie keer terug omdat het werkvermogen van werknemers verbetert. Vitale werknemers hebben meer plezier in hun werk en zijn productiever. Naast vitaliteit hebben fysieke en mentale klachten invloed op het werkvermogen. Werknemers met fysieke klachten hebben door het werken in een belastende houding gemiddeld 5,8% minder werkvermogen. Voor werknemers die zich mentaal niet fit voelen is het werkvermogen zelfs 13,1% minder. Als iemand uitvalt, kost dit minimaal 350 euro per verzuimdag. Vitale werknemers verzuimen minder vaak. Zo verzuimen werknemers met een gezond BMI gemiddeld drie dagen per jaar, voor werknemers met een BMI van meer dan 30 ligt het aantal verzuimdagen al snel vijf keer hoger. En rokers verzuimen gemiddeld bijna drie dagen meer dan niet-rokers. Kortom, breng de risico's en knelpunten in kaart en ga preventief aan de slag!'

Kom meteen in actie bij verzuim

'Dit is essentieel voor een snel herstel van de werknemer en spoedige terugkeer naar de werkvloer. Maatwerk en een persoonlijke aanpak zijn hierbij erg belangrijk, zodat stapsgewijs toegewerkt kan worden naar duurzaam herstel. Niet alleen voor de werknemer zelf prettig, ook voor de collega's die tijdens het verzuim meer taken op zich moeten nemen en meer werkdruk ervaren, wat weer ten koste gaat van hun eigen vitaliteit en werkvermogen.'

ADVERTORIAL

Honderdduizenden mensen in Nederland lijden aan Obstructief Slaapapneu (OSA).

OSAsense in Haaksbergen heeft een innovatieve methode paraat.

'Misschien goed te zeggen dat Obstructief Slaapapneu (OSA), als je het over volksgezondheid hebt, een belangrijke rol speelt,' zegt Tom Hueting, operationeel directeur bij OSAsense. In Nederland lijden er honderdduizenden mensen aan. Onbehandeld OSA vergroot het risico op hart- en vaatziekten, zoals een hartinfarct of beroerte. Daarnaast kan het een onderhoudende factor zijn voor hoge bloeddruk en hartritmestoornissen. Een ware sluipmoordenaar, kortom. 'Slaapapneu beïnvloedt ook de slaapkwaliteit', zegt Hueting. 'Aanhoudend slaaptekort kan leiden tot slaperigheid overdag, futloosheid en cognitieve stoornissen.

Redenen genoeg om laagdrempelig te screenen op OSA. Nachtelijke ademstops en vermoeid ontwaken kunnen indicatoren zijn.'

Goed te behandelen

Hueting geeft aan dat er veel winst te behalen valt bij vroege opsporing van OSA. Schadelijke gezondheidseffecten van OSA zijn vaak te voorkomen door tijdige behandeling. 'Neem de groep patiënten met boezemfibrilleren, een hartritmestoornis. Bij ruim de helft (50 tot 80%) van deze patiënten blijkt sprake van onderliggend OSA. Na behandeling van de ritmestoornis keert deze vaak weer terug wanneer OSA niet mee wordt behandeld', zegt hij. 'Deze patiënten worden nu gescreend met vragenlijsten die beperkt effectief zijn. Hierdoor worden



ze vaak doorverwezen voor uitgebreid slaaponderzoek, dat bewerkelijk en duur is. Onderzoek toont echter aan dat 25 tot 35% van de jaarlijks ongeveer 100.000 doorverwezen patiënten toch geen OSA heeft.'

Lage kosten

Bij de OSAsense-methode is geen specialistisch onderzoek nodig. Een speciaal 'polshorloge' met een vingersensor volstaat. Hueting: 'Patiënten kunnen met deze methode in hun eigen bed slapen. Bovendien is er geen wachtlijst voor het onderzoek. Dat bespaart tijd en geeft

snel duidelijkheid voor de patiënt. Met de OSAsense-meting kan in ongeveer 1 op de 3 patiënten kostbaar vervolgonderzoek worden voorkomen. Dat resulteert in een gemiddelde besparing van 240 euro per patiënt.'

Gedreven

Ondertussen hebben meer dan 40.000 patiënten geslapen met de OSAsense-methode. Hueting is positief over de toekomst: 'We willen dit overal in Nederland van de grond krijgen. We hebben er vertrouwen in, omdat OSAsense duidelijke meerwaarde biedt voor zowel zorgverleners als patiënten.'



Meer informatie?
Scan de QR-code.

Fluitend aan het werk met TIGRA

Het mag met recht een voorbeeld van adequaat ondernemerschap en voortschrijdend inzicht genoemd worden. Verzuim is in Nederland een groot probleem. En TIGRA, opgericht in 1995, biedt daar innovatieve, overtuigende en zelfs toekomst voorspellende oplossingen voor. Duurzame inzetbaarheid zijn de toverwoorden.

'Gemiddeld genomen kost een verzuimdag 350 euro', zegt directeur en oprichter Gerko Riedstra. 'En dat is vrij sec bekeken; personeelsvervangingskosten, begeleiding van de arbodienst en reïntegratiekosten neem ik bijvoorbeeld niet mee. Dus je kunt je voorstellen hoe dat in de papieren kan lopen als je een bedrijf van enig formaat hebt.' En Riedstra is een van de mensen met de kennis en het overzicht op dit gebied. TIGRA heeft als missie alle werknemers in Nederland fluitend het pensioen te laten halen. De onderneming, binnenkort dertig jaar oud, is met vijftientig vestigingen door het land de grootste onafhankelijke dienstverlener op dit gebied. Riedstra vervolgt: 'Het verzuim in Nederland ligt nu op ongeveer vijf procent en zou met een goed verzuimbeleid naar ongeveer vier procent kunnen. Zelfs naar ongeveer twee procent als je investeert in preventie en duurzame inzetbaarheid. Toen wij in de jaren negentig begonnen was het verzuim soms wel vijftien tot twintig procent. Door de inzet van arbodiensten die in 1994 verplicht werden en organisaties zoals de onze is het verzuim in de jaren negentig fors teruggebracht naar de huidige vijf procent. Door wetgeving werd de verantwoordelijkheid voor verzuim bij zowel werkgever als werknemer gelegd. Werkhervatting werd als thema steeds belangrijker. Voor die tijd kwamen verzuimende werknemers nog in de Ziektewet terecht.'

Totaalaanpak

Nederland vergriest en de arbeidsmarkt is krap. De behoefte aan productieve, vitale en daarmee 'duurzaam inzetbare' werknemers neemt daardoor toe. Vanuit



NEDERLAND VERGRIEST EN DE ARBEIDSMARKT IS KRAP. DE BEHOEFTE AAN VITALE EN 'DUURZAAM INZETBARE' WERKNEMERS NEEMT DAARDOOR TOE

werknemers, werkgevers, maar ook de maatschappij als geheel, zien we een verschuiving naar wat wel als holistische benadering kan worden omschreven. 'Hoe je het ook precies wil noemen, je kan het samenvatten als totaalaanpak', zegt Riedstra. 'Breder en dieper kijken naar het welzijn van de werknemers en wat daarvoor nodig is, ook preventief, en naar de effecten ervan voor de onderneming. Je ziet ook dat er steeds meer aandacht is gegaan naar mentaal welzijn. Als we kijken naar verzuim, wordt een aanzienlijk deel veroorzaakt door niet beïnvloedbaar verzuim, waaronder griep en andere ziektebeelden, ongeveer hetzelfde aandeel door fysieke klachten en een steeds groter wordend deel door mentale klachten. En wij zijn daar in onze benadering nauw op aangesloten.'

Gezonder Nederland

Mede dankzij TIGRA is er een niet te stuiten beweging naar preventie ontstaan. TIGRA werkt daarvoor onder de noemer Gezonder Nederland samen met een cluster van ondersteunende organisaties die zich onder meer bezighouden met zaken als stoppen met roken, gezonde voeding en overgewicht,

mentale fitheid en teambuilding. 'Daarmee kunnen we het hele spectrum van werkgerelateerd welzijn beheersen', zegt mededirecteur Leo Wijnsma. 'En de belangrijke stap die we daarnaast hebben genomen bevindt zich op het terrein van de toekomst. We hebben een duidelijke focus op wat je kan omschrijven als het voorspellen en daarmee voorkomen van verzuim. Scherp zicht op waar en bij wie verzuim zich hoogstwaarschijnlijk zal voordoen.' Een en ander is gebaseerd op werkplekonderzoek, medisch onderzoek, natuurlijk gesprekken met de werknemers, vragenlijsten en bovenal de data en kennis die TIGRA door de jaren heen heeft verzameld. Wijnsma: 'Daarmee kom je ook tot helder zicht op de kosten waar je als onderneming tegenaan loopt als je niets doet.'

Return on investment

Dat vraagt om een overtuigende case en de heren van TIGRA hebben die in ruime mate paraat. Bijvoorbeeld: een bekend openbaar vervoerbedrijf met hoge verzuimcijfers onder haar personeel. TIGRA legt bloot dat overgewicht daarbij een grote rol speelt en schakelt de voedingspecialisten van Gezonder Nederland-partner Cure4Life in. Dit leidt bij de deelnemende werknemers over een periode van zes maanden tot tussen de zes en twintig kilo gewichtsverlies per persoon. 'Kosten per individueel gezondheids-traject; rond duizend euro', zegt Wijnsma. 'Return on investment, vier keer dat bedrag, aan voorkomen verzuimdagen. En dit zijn zeer

gebruikelijke cijfers. Bij een onderneming van laten we zeggen honderd mensen kan de besparing door preventie op jaarbasis al gauw in de tonnen lopen.'

Voorbehoud

Toch, zo zeggen beide directeuren, staan werkgevers niet altijd meteen klaar om preventief met hun werknemers aan de slag te gaan als het op duurzame inzetbaarheid aankomt. 'Als je een ondernemer vraagt wat zijn belangrijkste bedrijfskapitaal is, krijg je vaak 'onze mensen' te horen', zegt Riedstra. 'Maar wat je ook nog steeds merkt is dat er een zeker voorbehoud leeft. Investeren in machines of het wagenpark is vaak wat meer top of mind. Kom je na onderzoek met de harde cijfers waaruit blijkt dat elke geïnvesteerde euro tussen de drie tot tien euro oplevert, verandert dat uiteindelijk wel. En dat is ook waar onze kracht zit. Je komt uiteindelijk toch terecht bij een oud Hollands begrip als voorkomen is beter dan genezen. Zeker als dat genezen vele malen kostbaarder blijkt. En daar kun je dan met overtuiging, de kost gaat voor de baat uit, aan koppelen.'



**Meer informatie?
Scan de QR-code.**

Een kind is meer dan alleen zijn ziekte

Make-A-Wish laat de liefste wens van ernstig zieke kinderen uitkomen. De organisatie bestaat 35 jaar en organiseert met het Institute for Positive Health het symposium 'Is er een medicijn voor veerkracht?'.

Uitermate actueel, daar steeds duidelijker wordt hoe heilzaam positieve emoties bij ziekte kunnen zijn. Het behoeft natuurlijk weinig betoog maar toch, een ernstige ziekte heeft een veelal ontwrichtende uitwerking op het kind, het gezin en de groep direct daaromheen. Marguerite Gorter-Stam, chirurg bij kinderen, specialist (kinder) palliatieve zorg, nauw betrokken bij Make-A-Wish Nederland en de organisatie van het symposium, is een van dé artsen met uitgebreide kennis op dat gebied. 'Je ziet onder meer stress, onzekerheid, angst, isolatie en anticiperende rouw', zegt zij. 'Het is een vloed van negatieve emoties, vaak in het hele gezin. En het leven kan dan alleen nog om de ziekte gaan draaien. Je komt in een lange periode die volledig in het teken staat van ziekenhuizen, behandelingen en een onzekere toekomst. En daarmee verdwijnt het normale bestaan; het 'gewone' gezin. Er kan een negatieve spiraal ontstaan waarbij alles wat al zwaar en moeilijk is alleen maar wordt versterkt. Wat Make-A-Wish daar tegenover stelt is natuurlijk in alle opzichten geweldig.'

Meer dan 'n dagje uit

Make-A-Wish, ondertussen in vijftig landen actief, is in 1980 opgericht in Arizona waar een zevenjarig jongetje met leukemie in een ziekenhuis moest



Flynn (7), ernstige hartafwijking. 'Mijn liefste wens is gele ridder Flynn worden.'

worden opgenomen. De organisatie vervult de liefste wensen van ernstig zieke kinderen. Dat loopt van op pad met de brandweer tot een dag koningin zijn, tot als piloot mogen vliegen. 'Het is natuurlijk iets dat vrijwel iedereen van harte ondersteunt', zegt Algemeen directeur Hanneke Verburg. 'Maar we hebben in Nederland wel het een en ander aan de beeldvorming te sleutelen. Bij een deel van het grote publiek leeft namelijk de gedachte dat het om 'een dagje uit' gaat. Dat is

'HET MAKE-A-WISH TRAJECT GEEFT EEN KIND REGIE TERUG. DAT VOORAL, BLIJKT OOK VAN DOORSLAGGEVEND BELANG.'

absoluut niet het geval. Allereerst zijn sommige wensen op zichzelf al van grote productionele waarde. Ik denk nu zomaar even aan een jongetje dat in een echt laboratorium slijm wilde maken. Of aan een kindertrouwerij op Slot Zeist, waarvan alles tot op het laatste moment geheim moest blijven. We leveren echt maatwerk. Het kind kan heerlijk gaan nadenken en fantaseren over wat allemaal leuk zou kunnen zijn. En daarna komen er vrijwilligers thuis langs om het kind beter te leren kennen, de droom uit te bouwen en concreet te maken. Deze zogeheten wenshalers gaan samen met het kind als het ware op ontdekkingsreis naar een unieke beleving. Maar waar het mij ook om gaat is dat het voor alle betrokkenen, met name het gezin en de omgeving, veel meer is dan dat mooie moment alleen. We spreken hier dan ook van een zogeheten Wish Journey. Die loopt van het eerste bedenken en vormgeven van de wens, tot en met de fotoboeken en cadeautjes en andere herinneringen daarna. Het zit van onder tot boven vol met wensvervulling. En dat heeft een reden.'

Positief effect

De Wish Journey heeft een intensieve en langdurige beleving voor het kind en de betrokkenen tot doel. Daarmee wordt het positieve effect ervan vergroot. Marguerite Gorter-Stam haalt een recent artikel aan uit de wetenschappelijk toonaangevende Journal of Child Health Care. Veelzeggende titel: 'Inzicht in de impact van wensvervullende interventies op de gezondheid en het welzijn van kinderen met een levensbedreigende gezondheidstoestand, en hun families.' 'Daaruit kan je zonder voorbehoud de conclusie trekken dat zo'n Wish Journey meer betekent dan de al prachtige Sinterklaas-komt-achtige twinkeling in hun ogen', zegt zij. 'Het heeft namelijk een aanzienlijk positief effect op het verloop van het ziekteproces. We

hebben natuurlijk ook intern onderzocht wat nou eigenlijk de impact is van wensvervulling. Gewoon om eens te kijken of wat we al jaren denken en wat er nu aan onderzoek gepubliceerd wordt, ook bij ons is terug te zien. En de resultaten zijn overweldigend. Door bijna honderd procent van de kinderen wordt meer blijdschap ervaren, meer vertrouwen, grotere zekerheid en een verbeterd zelfbeeld. Niet alleen omdat er iets spannends en leuks staat te gebeuren, maar juist ook nadat de Wish Journey al lang weer afgerond is. Als je zo ernstig ziek bent word je al snel geleefd, het gebeurt allemaal maar met je. Het Make-A-Wish traject geeft je iets van de regie terug. Dat vooral blijkt ook van doorslaggevend belang.'

Zowel mentaal als fysiek

Zo'n vijftienhonderd kinderen komen jaarlijks in aanmerking voor het beleven van de liefste wens, zegt Hanneke Verburg. En Make-A-Wish ziet daar nu slechts zeshonderd aanmeldingen van. Het symposium op 16 april heeft tot doel dat te veranderen en de genoemde nieuwe inzichten te verbreiden. Een van de sprekers is Machteld Huber; arts, onderzoeker en grondlegger van het Positieve Gezondheid gedachtegoed. Marguerite Gorter-Stam: 'Zij heeft het Institute for Positive Health opgericht waar wordt uitgegaan van wat voor ons allemaal steeds belangrijker wordt. Misschien samen te vatten als, mensen zijn niet alleen hun aandoening. Kijk als behandelaar naar de mensen zelf, hun veerkracht en wat hun leven betekenisvol maakt. En draag bij aan het vermogen van zieke mensen om met al hun uitdagingen om te gaan, zowel mentaal als fysiek.'

Make-A-Wish
NEDERLAND



Meer info of een kind aanmelden? Scan de QR-code



Hanneke Foto: Danique van Kesteren



Marguerite Foto: Jeroen Ruigrok