INTEGENDEEL

BRIEF AAN ROZELINDE

JORIS PAESVELT

Met dank aan Chris
voor de praktische hulp.

© Joris Paesvelt 2019
ISBN 978-9-402-19435-7
D/2019/Joris Paesvelt, uitgever.
NUR 860 Gezondheid algemeen

Zij is mijn kleindochter. Ik ben haar peter.
Zij, verstandig en enthousiast. Ik, kritisch en hoopvol.
Zij vat de studie geneeskunde aan.
Ik ben een uitgebolde huisarts.

Ik zei haar dat onze gezondheidszorg ziek is.
Toch wil ze arts worden.
Ik schreef haar deze brief.
Niet om haar te ontmoedigen.

Integendeel.
Om haar in te leiden in onbekend gebied.
Om haar jonge ogen te openen.
En misschien die van vele anderen.

Nazomer 2018

Dag Rozelinde,

Een beetje geschrokken? Misschien toch wat verwonderd. Een brief van je peter, je grootvader. Dat gebeurt niet elke dag. Het is ook de allereerste. Waarom een brief? We wonen op twee boogscheuten van elkaar.

Gisteren viel je moeder bij ons binnen. Ze glunderde. Was gehaast. Zoals gewoonlijk. 'Rozelinde wordt arts' zei ze. Let wel, ze zei niet dat je geneeskunde gaat studeren. Ze zei: 'Rozelinde wordt arts'. Net tijdig beslist, na lang afwegen: arts of ingenieur. Dat je zal slagen, daar twijfelt niemand aan. Je moeder niet, jijzelf niet en ik nog minder. Je bent een bofkont: verstand, geheugen, werklust, mensenkennis, leergierigheid, inlevingsvermogen. Je hebt het allemaal.

Je wordt dus arts, lieve kleindochter. Fantastisch.

**

Meer dan vijftig jaar geleden werd ik arts. Ik vertel je graag iets over de wereld van geneeskunde en gezondheidszorg en vooral over wat je niet zal leren en best toch weet. Wat is *iets*? Zeker niets over ziekten en behandelingen. Dat zal je studeren. Weinig over ethische problemen; die vergen veel voorafgaande basiskennis, wat wijze neuzen al te vaak vergeten. Geen dure woorden. Die zeggen meestal weinig. Geen raadgevingen in deze brief. Dat laat ik over aan imams, rabbijnen en kardinalen. Die mannen, ja altijd mannen, weten beter en best wat je moet doen en laten, wat je mag of moet aantrekken, wat je mag eten en drinken, zelfs of je al of niet mag zingen, dansen en vrijen. Dwingende raadgevingen voor een beter

leven nu en later. Aan raadgevingen heb je een bloedhekel. Zoals je moeder. Zoals ik.

Geen preek in deze brief. Geen doktersromannetje in krantenkioskstijl. Zeker geen zoetsappig en braaf verlopend verhaaltje van *meneer doktoor*. Deze brief is geen handig verpakt testament. Geen biecht, geen opgepoetst levensverhaal. Ik ga je, lieve kleindochter, enkele alom bekende uitspraken opdissen waarover je nauwelijks een spatje kritiek hoort. Wel wat lauwe opmerkingen door een medische faculteit. Soms stevige tegenwind door een handvol hoogleraars. Bijna altijd staan die uitspraken in de geesten gegrift als onwrikbare waarheden, vanzelfsprekend en onwankelbaar. Ze dulden geen vraagtekens. *Sport is gezond. Dieren zijn onze vrienden. Geneeskunde wordt onbetaalbaar. Alternatief is complementair.*

Wie verkondigde voor het eerst deze eeuwige waarheden? Zijn ze geboren aan de toog van een bruine kroeg? Vloeiden ze uit de pen van een miskend genie? Misschien dienden weerspreuken als voorbeeld? Iedereen weet over het weer iets te vertellen, ondergaat het en weet er bitter weinig over. Iedereen weet over geneeskunde iets te vertellen, ondergaat ze en weet er bitter weinig over. De mooi rijmende weerspreuken flodderen weg als fotowolkjes in de wind. Maar beweringen uit de wereld van geneeskunde en gezondheidszorg bloeien welig als paardenbloemen in een malse wei. *Het beroepsgeheim is heilig. Baat niet, schaadt niet. De huisarts is de spil in de geneeskunde. Spoeddiensten moeten worden afgebouwd.* Vanwaar het succes van die vertelsels? Lopen de meeste mensen liever gezellig samen op een fout spoor dan eenzaam op een kritisch pad?

Kunnen we de medische beweringen samenpersen in een verzamelwoord zoals *weerspreuken*? Een woord als *gezondheidsspreuken*? Ik vind het niet in de dikke Van Dale. Dan maar een afgesleten woord: *mythes*. Een Amerikaanse president zei dat mythes zo volhardend zijn en zo overtuigend klinken dat ze meer dan de leugen de vijand van de waarheid zijn. Bij de aanvang van je studie geneeskunde schrijf ik je niet over medische misverstanden aan gebrekkige kennis te wijten. Ik schrijf je over medische mythes die misleiden, soms doelbewust. Ik was heel naïef

toen ik startte als arts. Moet jij ook als naïeveling starten of ga je alle uitlatingen over geneeskunde en gezondheidszorg meteen zeer kritisch bekijken? De medische wereld zit boordevol onwaarheden, manke voorstellingen en schijnheilige uitspraken. Je dat goed uitleggen vind ik een waardige taak voor een goede grootvader. Verwacht geen nieuwe ideeën: al wat ik je schrijf is door anderen reeds geschreven. Ik ga je de les niet lezen en zeker niet tegenhouden om arts te worden. Integendeel. Integendeel.

Liefste Linde, zoals je vader je noemt, ik ga die medische mythes stevig aanpakken. Maar hoe? Wel, zoals jij het leven aanpakt: veel vragen stellen, steeds opnieuw vragen stellen. Je was amper een duim hoog maar je tong deed het verdorie al heel goed. 'Waarom is de zon zo fel en de maan zo bleek? Waarom is de maan soms klein en soms groot? Waarom gaan zwarte kindjes met dikke buik toch dood van honger? De kindjes komen uit de buik van de mama; maar hoe komen ze erin?' Waarom dit? Hoe dat? Hoeveel? Waarom? Wel, lieve vraagstaart, nu is het mijn beurt om je even in verlegenheid te brengen. Kies je nu om arts te worden omdat, volgens een mythe, artsen het mooiste beroep ter wereld uitoefenen?

Het mooiste beroep ter wereld. Zou dit niet uit de koker van een schaamteloze grappenmaker gerold zijn? In de geneeskunde draait alles hoofdzakelijk om pijn en ellende, beperking en aftakeling. De strijd tegen ziekte win je soms, tegen storende afwijkingen zelden, tegen de dood nooit. De dood overwinnen is geen doel voor een arts, leed lenigen wel. De dood maakt geen deel uit van het leven, sterven wel. Leed verzachten speelt een hoofdrol in een artsenleven. Dagelijks hoor je klagen en kreunen en kermen. Dit blijft zo, loopbaanlang. Het kruipt in je kleren. Toch wil je arts worden. Om mensen te helpen? Meestal smeken mensen om hulp. Heel zelden weigeren ze die. Dat geloof je nu nog niet. Dat het frustreert zal je ondervinden. Er zijn patiënten die je duidelijk hielp en die je later met rotte eieren bekogelen, figuurlijk. Toch doet het pijn. Dat zwijgen zelfs geen zilver is en spreken goud zou kunnen betekenen, ja dat zal je wel eens moeten verbijten. Soms wegen druk en last en sleur en stress van het werk loodzwaar door. Waarom zouden zoveel artsen na enkele jaren praktijk zo hard en zo onverschillig worden? Waarom zou voor het mooiste beroep ter wereld een actie 'Arts in Nood' opgericht zijn? Misschien omdat misbruik van drugs en drank

veel voorkomt? Ja, maar vooral omdat in geen enkel ander beroep depressies, uitgeblust gevoel en zelfdoding zo hoog scoren. Wil ik je ontmoedigen? Geen sprake van. Integendeel. Maar ik wil je een beeld schetsen, geen sprookje vertellen.

Echt waar, ik hou je niet tegen om arts te worden. Ik studeerde ook voor arts. Uit roeping? Uit menslievendheid, apostolaat of missie? Daarover laat ik anderen zeveren. Toen ik een fiere laatstejaarsstudent was, vroeg een jonge vrouw mij 'waarom ik *geneesheer* wilde worden'. Ja, waarom? De vraag, niet te geloven, verraste mij. Wat heb ik toen geantwoord? Ik weet het niet meer. Of die vrouw het nog weet? Vraag het haar, ze is je grootmoeder. 'Oma' zeg jij.

Waarom zou de arts het mooiste beroep uitoefenen? Wil je creatief werken, word dan pottenbakker. Wil je onwetendheid bestrijden, word dan onderwijzer of derdewereldwerker. Wil je verantwoordelijkheid dragen, word dan luchtverkeersleider. Wil je onafhankelijk werken, word dan filosoof. Wil je echt nuttig zijn, word dan verpleegkundige. Wil je de volksgezondheid opkrikken, word dan ruitenmaker of rioolbouwer. Geen grap. Ruit en riool helpen de volksgezondheid meer vooruit dan tonnen medicijnen. Al eens een sloppenwijk gezien?

Bestaat er wel een allermooiste beroep, Roosje? Ik hou je zeker niet tegen om arts te worden. Integendeel. We hebben artsen nodig; er zijn er te weinig. Bovendien word je als arts meteen beloond: je wordt de centrale figuur in onze gezondheidszorg en die is nu uitgerekend de beste op onze planeet. Dat beweren vele artsen en politieke leiders, ook sociologen en ziekenfondsbazen. *We hebben de beste gezondheidszorg ter wereld*. Wanneer komt eindelijk die Nobelprijs? 'Onze gezondheidszorg is betaalbaar, laagdrempelig en vlot toegankelijk' zegt men. Net zoals een broodje uit de muur: betaalbaar, laagdrempelig en vlot toegankelijk. Staat dit gelijk aan topkwaliteit? Ik neem aan dat onze gezondheidszorg beter scoort dan die in Mali of die in Roemenië. Meerdere maatstaven voor basisgezondheid tonen het aan. Zeker, we hebben heel knappe artsen en wereldberoemde medische vorsers. Ons veiligheidssysteem bij bloedtransfusies werkt zeer goed. Aanpak en resultaten van orgaantransplantaties mogen gezien worden. We kunnen bogen op

een redelijke graad van hygiëne en van vaccinatie. Ook op een bevredigende controle over geneesmiddelen. Velen benijden ons de wettelijke mogelijkheden bij het levenseinde. Goede punten, maar ook slechte. Alles samen zoveel beter dan in Canada of Nieuw-Zeeland, beter dan in Zweden of Zwitserland? Wie durft dat te beweren? Op welke basis? De Nobelprijs voor de beste gezondheidszorg zal zeker niet naar ons land komen. Voorzag Alfred Nobel beloningen voor landen of mythes?

Onze gezondheidszorg is ziek, denk ik. Geloof je zo maar alles wat ik vertel? Ik kan het wel staven met een pak artikels uit artsenkranten. Toch geen sensatieblaadjes of volkse *boekskens*. Dikwijls bestudeert men *vergelijkend* de zorgkwaliteit in de West-Europese landen. Zo kunnen we bij *de beste gezondheidszorg ter wereld* toch enkele vragen stellen. Ligt in ons land de sterfte door ongevallen in het verkeer niet vrij hoog? Ligt de fitheidsgraad van onze jonge mensen niet bedroevend laag? Is de gezondheidszorg in onze gevangenissen niet schrijnend ondermaats? Verloopt de erkenning van nieuwe geneesmiddelen hier niet tergend traag? Zorgt de versnipperde en lakse controle op onze voedingsmiddelen niet voor meerdere schandalen? Worden middelen tegen depressie niet veel te vlug voorgeschreven? Komt de hulp voor psychisch zieken en mindervaliden niet lamlendig laat? Gaat men, altijd in vergelijking met West-Europese landen, niet te snel over tot keizersneden, gewrichtsprothesen en baarmoederverwijderingen? Moet één verpleegkundige in onze ziekenhuizen niet voor veel meer zieken zorgen dan een collega in de buurlanden? Ligt het aantal leerrijke en zelfs noodzakelijke lijkschouwingen niet veel te laag? Gebeurt in vele woon-zorgtehuizen de emotionele zorg voor de bejaarden niet al te sporadisch? Drie zelfdodingen per dag in ons land, kan je daar trots op zijn? Waarom protesteren de vak- en stakingsbonden zo ontzettend weinig tegen werkonveiligheid als je weet dat de *stille moordenaar* elke maand vijf of zes dodelijke werkongevallen opeist? Waarom blijven in onze hoogste gerechtshoven de psychiatrische adviezen dikwijls voor hilariteit zorgen? Waarom is het Fonds voor Medische Ongevallen, een overheidsdienst voor schadevergoedingen, zo'n geweldige flop?

Heb ik azijn gedronken? Ik heb daarnet een heerlijk kopje ongezonde koffie gedronken met veel suiker en veel slagroom en

snippers chocola. Ik geniet van een prachtige nazomerdag in mijn tuin, ja die tuin waar je leerde kruipen en lopen, waar je leerde dat rozen ook prikken en waar je toevallig Koen voor het eerst ontmoette, maar blijkbaar niet voor het laatst. Nee, geen azijn gedronken. Trouwens, al wat ik je zeg of schrijf is al gezegd of geschreven. Ik fantaseer niets. Je kan het ook moeiteloos van het net plukken. De hoeveelheden fijnstof in de lucht en nitraten in de oppervlaktewateren blijven flink boven de voorgeschreven normen. Het aantal rokers vermindert nauwelijks. De giftige stoffen in ons milieu blijven op post. Wordt er bij het opruimen van het kankerverwekkend asbest niet zwaar gesjoemeld? De inplanting van hartstimulatoren neemt onbegrijpelijk meer toe dan elders. Zijn dit allemaal uitvergrote uitzonderingen? Voor de hoeraroepers staat het vast: we hebben de beste gezondheidszorg ter wereld. Waarom gaat onze gemiddelde levensduur er nauwelijks op vooruit? Soms zelfs een stapje achteruit. Een plaats in de middenmoot is nog geen plaats aan de top. Weet je, Rozelinde, dat we liefst acht jaar minder lang leven dan de Monegasken? Gemiddeld. We kennen de gemiddelde levensduur in meer dan tweehonderd landen; ons land staat op plaats 25, na Italië en Spanje, na Hongkong en Zuid-Korea. Ook jij verwachtte beter, vermoed ik. Is de gemiddelde levensduur een goede graadmeter voor de algemene gezondheidstoestand? Grotendeels toch. Als je me maar schoorvoetend gelooft, kan ik je wel een besluit van het Planbureau voorleggen: 'Welzijn en algemene mentale gezondheidstoestand in ons land dalen, de aantallen langdurig werkongeschikte en depressieve mensen stijgen.' Roosje, ik hou je niet tegen om arts te worden. Integendeel. Er moeten meer artsen komen die de werkelijke toestand van onze gezondheidszorg willen inzien.

**

De feiten correct voorstellen en correct beoordelen, dat is een probleem in ons land. Een voorbeeld. Velen beweren zonder enige nuance: 'Fietsen lost de verkeersknoop op en fietsen is gezond.' Bij mooi weer fietsen door de velden of langs een rivier, dat is leuk en lekker. Zelfs in een autoluwe stad die overal aan fietsers is aangepast. Fietsen is gezond. Ik meen het. Mijn vader zei het al: 'Met de fiets naar school, jongen, dat is gezond'. Milieuzorg en verkeersdrukte moesten nog ontdekt worden, zeventig jaar geleden.

Ik kwam steeds veilig aan op de school of thuis, soms onder stof of modderspatten, af en toe doorweekt, verkleumd of bezweet. Veel is veranderd sedert mijn schooltijd. De vaderlijke beslissing is door de overheid in nadrukkelijke aanbevelingen omgezet: 'Met de fiets naar school, werk en winkel. Fietsen is gezond, gezellig en goedkoop.' Kijk, autofiles en vuile lucht, meteen opgelost! Wie durft dat aan te vechten? Regen en wind, koude en hitte spelen blijkbaar geen rol meer. Er wacht de fietsers een aangepast onthaal, opwarmend of verfrissend, suggereert men. Steeds meer fietsers op de baan. Goed zo. De uitlaatgassen van wagens en tientonners vervuilen nauwelijks de lucht die fietsers inademen, merkt een krant op. Ze vermeldt wel, op het eind van hetzelfde artikel dat de roetdeeltjes in de verkeerslucht kanker kunnen verwekken in de longen van de fietsers. En fijnstof? Dat speelt vooral een rol bij protest tegen de aanleg van nieuwe ringwegen, veel minder als het over de gezondheid van fietsers gaat. Verrassend, niet? De veiligheid is verzekerd door suggestieve fietsrijstroken of door fietspaden die diplomatisch verdampen waar het gevaarlijk wordt. Ook de persoonlijke vrijheid wordt geëerbiedigd: goeie of slechte fietshelm, naar keuze. Helm dragen of niet dragen, naar keuze. Fluohesje dragen of niet, naar keuze. Meer fietsen is de boodschap. Punt.

De resultaten van dit fietsbeleid mogen gezien worden: na Nederland en Denemarken zijn we het derde fietsland van Europa. 'We zijn op de goeie weg', zegt men. Slinken de autofiles niet zienderogen? Verbetert de lichamelijke fitheid niet zienderogen? Zie jij dat ook? Of zie jij verkeersopstoppingen en zwaarlijvigheid toenemen? Bovendien duiken er tegenvallertjes op: het aantal fietsdoden in het verkeer daalt nauwelijks maar het aantal zwaargewonde fietsers stijgt fors. Dat heb je met al die verschillende soorten onveilige fietsgedrochten en al die verschillende en opgefokte snelheden. Mag je voor *het goede doel* een tegenvallertje niet wegmoffelen of vergoelijken? Het aantal fietsers steeg heel sterk; logisch dat het risico voor ongevallen hoog blijft. Heel logisch, maar het aantal voertuigen steeg ook aanzienlijk en het aantal voertuigongevallen daalt. Niet alle argumenten snijden hout. Wat chirurgen vertellen over spontane valpartijen, over schokdempende en niet schokdempende helmmodellen, over zwaar verwonde fietsers, dat zijn duidelijk foute en te negeren signalen: ze werken *de fietscultuur* tegen. Dat mag geen aandacht krijgen.