

Gezonde samenleving begint met fitte dokters, denkt Radboud UMC

Marieke ten Katen
Amsterdam

Een hoge werkdruk, lange dagen, onregelmatige tijden, emotioneel zware werkzaamheden. De zorg is niet bepaald een sector die bekendstaat om zijn gezonde werkomstandigheden. Het is dan ook niet voor niets dat zorgverleners relatief vaak ziek zijn. Het ziekteverzuim in de sector lag vorig jaar met 5,1% ruim een procentpunt boven het gemiddelde in Nederland, blijkt uit cijfers van het Centraal Bureau voor de Statistiek.

Hoewel de zorgsector hiermee dus verre van een goed voorbeeld is voor de rest van Nederland, is er voor hen wel een belangrijke rol weggelegd in het gezonder maken van Nederland. De overheid verwacht dat artsen en verpleegkundigen patiënten aanspreken

op hun ongezonde leefstijl en tips geven over hoe zij het ontstaan van ziekten kunnen voorkomen. Maar kan dat eigenlijk wel, als zij niet altijd goed voor zichzelf zorgen?

Nee, denken Leon van Halder, bestuursvoorzitter van het Radboud UMC in Nijmegen, en Kees van Laarhoven, hoofd van de afdeling Heelkunde in het universitaire ziekenhuis. 'Je kunt pas overtuigend patiënten hierop aanspreken als je het zelf ook doet', zegt Van Laarhoven. 'Als je de samenleving echt gezonder wilt maken, is de zorgverlener een onmisbare schakel.'

In het Radboud UMC is het afgelopen jaar, op initiatief van Van Laarhoven, het programma Healthy Professionals gestart om meer aandacht te krijgen voor het belang van een gezonde leefstijl. Werknemers van het ziekenhuis voeren ge-

sprekken met een coach, doen een gezondheidscheck en volgen cursussen over geluk, mindfulness en gezond eten.

Vorig jaar startte het ziekenhuis al een pilot met tien leidinggevenden. Dit jaar doen driehonderd werknemers mee en dat aantal moet elk jaar gaan groeien. Doel is dat het personeel zich minder vaak ziek meldt en patiënten ertoe aanzet gezonder te gaan leven. Van Halder: 'Wij denken dat de kwaliteit van zorg echt gaat verbeteren en de patiënttevredenheid toeneemt.'

De afgelopen jaren is er steeds meer aandacht voor preventie in de gezondheidszorg, ook in politiek Den Haag. Zo werkt staatssecretaris van Volksgezondheid Paul Blokhuis aan een Nationaal Preventieakkoord. Daarin wil de overheid met onder andere artsen en het bedrijfsleven afspraken ma-

ken over het terugdringen van overgewicht, roken en overmatig alcoholgebruik.

Eerdere inspanningen van de overheid op dit gebied leverden weinig op, becijferde het Nederlands Tijdschrift voor Geneeskunde vorige week. Tussen 2014 en 2016 maakt het kabinet ook al afspraken over preventie, maar Nederlanders zijn nauwelijks gezonder gaan leven. Het aantal zware drinkers is weliswaar iets afgenomen, maar het aantal rokers bleef gelijk en het aantal mensen met overgewicht nam zelfs licht toe.

Van Halder ziet voor hem als ziekenhuisbestuurder dan ook een 'maatschappelijke taak' weggelegd. 'Het is niet alleen onze verantwoordelijkheid om zorg te verlenen, maar ook om de zorg in de toekomst betaalbaar te houden. Daarom zijn we dit project ge-

start. De zorg moet echt gaan veranderen om betaalbaar te blijven. Van alleen maar patiënten willen behandelen naar het voorkomen van ziekten. Als ziekenhuis moeten we daar het voortouw in nemen.'

De eerste effecten van de pilot zijn volgens Van Halder en Van Laarhoven al zichtbaar op de werkvloer. 'Medisch specialisten vertellen nu trots dat ze een uur langer slapen per nacht', zegt Van Laarhoven. 'Terwijl het vroeger werd ervaren als een zwaktebod als je moe was.'

Betekent de nieuwe benadering ook dat een arts of verpleegkundige met overgewicht nu niet meer bij het Radboud UMC hoeft te solliciteren? Van Halder: 'Nee, maar we zullen uiteindelijk alle nieuwe en bestaande medewerkers uitnodigen om aan het programma mee te doen.'

Medisch specialisten vertellen sinds het programma trots dat zij een uur langer slapen per nacht