



Verpleegkundige Eline Renkema ondersteunt huisarts Sabine Vas Nunes (r). Foto Veerle Haan voor VK

Ten Eerste

🕒 5 min.

'Doorbijter' voor patiënten die het overzicht kwijt zijn

Gezondheidszorg Reportage Hulp voor huisarts en patiënt

Voor mensen met ingewikkelde problemen kan de huisarts een laatste strohalm zijn, maar die kan niet altijd helpen. In een Zoetermeerse praktijk kunnen zulke patiënten naar een 'doorbijter'. 'Chronische stress veroorzaakt lichamelijke klachten die ik niet kan oplossen.'

CHARLOTTE HUISMAN

Een gescheiden vijftiger met diabetes die is afgekeurd en naar vaste woonruimte zoekt, of een werkloze twintiger met weinig sociale contacten die hele dagen depressief in bed ligt; sommige patiënten van huisarts Sabine Vas Nunes hebben zoveel problemen dat ze soms niet meer weet hoe ze hen kan helpen, zegt ze. Hoe vaak ze ook in de spreekkamer komen van haar praktijk in Zoetermeer.

Juist zulke patiënten kunnen in hun wanhoop de huisarts als laatste strohalm zien. 'Dan blijven ze regelmatig op het spreekuur komen', vertelt Vas Nunes. 'Een patiënt vraagt dan bijvoorbeeld of ik woonruimte kan regelen voor haar en haar kinderen, maar dat kan ik niet. Een ander vraagt telkens om nieuwe slaappillen om zijn slapeloosheid te lijf te gaan. Die wil niet van mij horen dat ze verslavend zijn.'

Chronische stress, bijvoorbeeld door problemen met geld of wonen, zegt ze, 'veroorzaakt lichamelijke klachten die ik niet kan oplossen.'

Aan zulke patiënten vraagt de huisarts tegenwoordig of ze willen praten met haar 'doorbijter'. Dat is de als verpleegkundige opgeleide Eline Renkema, sinds september verbonden aan de huisartsenpraktijk. Zij probeert met haar open blik mensen die er zelf niet meer uitkomen in hun leven op weg te helpen.

'In een uitgebreid eerste gesprek ga ik vooral goed luisteren', legt Renkema uit. 'We spreken over de woonsituatie, over mogelijke schulden en lichamelijke en psychische klachten, maar ook over hun sociale netwerk en of ze hun leven als zinvol ervaren. Ik vraag ook: wat zou je graag willen en wat lukt er niet?'

Dan hoort ze vaak dat ze wel van alles hebben geprobeerd, maar het na een aantal teleurstellingen hebben opgegeven. 'Ze zijn bijvoorbeeld meermalen doorverwezen in de zorg, zonder resultaat.'

Zes doorbijters

Sinds vorig jaar zijn er zes doorbijters aan de slag, behalve in Zoetermeer ook in Delft, Dordrecht en Tilburg. Nu is de proefperiode achter de rug en moeten het er acht per gemeente worden, die de komende drie jaar zo'n tweeduizend mensen gaan helpen.

Het initiatief komt van GelijkGezond, een non-profitorganisatie met een grote ambitie: de aanzienlijke gezondheidsverschillen tussen arm en rijk verkleinen. 'In de jaren dat ik bij een zorgverzekeraar werkte, viel mij op hoe groot die verschillen zijn, in levensverwachting en gezonde levensjaren', zegt initiatiefnemer Joris van Eijck van GelijkGezond. 'Daaraan willen wij wat doen.'

Het moet, benadrukt Van Eijck, 'niet weer het zoveelste tijdelijke project zijn met een ongewisse financiering'. Daarbij moeten doorbijters de gezondheidszorg ontlasten. Mede daarom hebben de zorgverzekeraars en de gemeenten toegezegd te betalen als met de aanpak zorggeld wordt bespaard. Dat is het geval wanneer de ondersteunde burgers minder zorg gaan gebruiken. Maar eerst schiet GelijkGezond de kosten voor, met geld dat is opgehaald bij sociale investeerders.

Veel patiënten van de Zoetermeerse huisartsenpraktijk wonen in Meerzicht, een wijk waar de bewoners van de flats en de woonerfbuurtten gemiddeld minder oud worden en minder gezond zijn. 'Veel mensen zijn hier met een urgentieverklaring beland', zegt Vas Nunes. 'Er zijn weinig ontmoetingsplekken, veel mensen kennen hun burens niet. Mensen zorgen niet automatisch voor elkaar, wat je in sommige andere minder welvarende wijken wel ziet. Dat heeft invloed op de gezondheid.'

Toch reageerde de huisarts aanvankelijk wat sceptisch toen ze werd gepolst om met een doorbijter te gaan samenwerken. Het idee om de problemen van een vastgelopen burger in samenhang te zien, is ook zeker niet nieuw. Maar inmiddels, vertelt Vas Nunes in haar spreekkamer, is ze overtuigd van de meerwaarde ervan voor een kleine groep. 'De acht patiënten die ik tot nog toe heb doorverwezen, zijn er heel blij mee dat iemand zich verdiept in het hele plaatje.'

Sommigen waren al opgelucht toen zij de tijd kregen om hun hele verhaal te doen, merkte doorbijter Renkema. 'Vervolgens bespreken we wat nodig is om hun stress te verminderen. Ze moeten zelf stappen zetten, maar ik denk mee. Ze kunnen mij bellen en appen.'

Doolhof

Als iemand een woning nodig heeft, kan Renkema geen wonderen verrichten. 'Maar als het leidt tot minder stress, ga ik mee naar een gesprek met een instantie.' En soms ervaart ze dat het systeem een doolhof kan zijn, waarin het moeilijk is je weg te vinden. Patiënten moeten lang in de wacht staan als ze telefonisch hulp proberen te krijgen. 'Tegen de tijd dat de beller dan iemand aan de lijn krijgt, is hij al het geloof kwijtgeraakt dat hij geholpen gaat worden.'

De grote vraag is hoe je de gezondheidswinst kunt meten van wat de doorbijters bereiken. 'We leggen vast wat de zorgkosten zouden zijn als er niet was ingegrepen', legt initiatiefnemer Van Eijck uit. 'Daarnaast meten we de grip die mensen weer ervaren op hun leven.'

In Zoetermeer zien ze in elk geval nu al vooruitgang. 'Sommige mensen krijgen te weinig steun in hun eigen omgeving', zegt Vas Nunes. 'Door tijd en aandacht van de doorbijter komen ze in beweging.'

Zoals de genoemde gescheiden vijftiger met diabetes. 'Nu neemt hij wel zijn voorgeschreven medicijnen, die hij eerder door de stress vaak vergat. Hij is ook gezonder gaan eten. Als het zo doorgaat, hoeft hij straks niet meer naar de internist.'

Vas Nunes merkt al dat de naar Renkema doorverwezen patiënten minder vaak op haar spreekuur komen. 'Ze zijn uit hun medische cirkel gehaald en kijken weer vooruit.'

Renkema vertelt over een statushouder met chronische pijnklachten en stress die onlangs tegen haar zei: 'Ik was met mijn opleiding gestopt als jij er niet was geweest.'

De twintiger met psychische problemen die de hele dag in bed lag, vertelde aan Renkema dat ze weer lichtpuntjes wil zien in haar leven. 'Onlangs heeft ze de eerste stap gezet om vrijwilligerswerk te gaan doen. Dat leek haar zinniger dan nog een therapieessie.'