

Arts heeft eenzaam beroep

Mariska Koster schreef openhartig over de zware emotionele belasting van haar werk als longarts. Vanwege die last koos ze uiteindelijk zelfs voor een ander vak (MC 47/2013: 2450). Bij overweldigend veel lezers maakte haar ontboezeming een reactie los.



Balintgroep

Er zijn mogelijkheden om aangrijpende ervaringen te delen met collega's. Veel huisartsen zijn lid van een Balintgroep: een intervisiegroep waar ze pijnlijke, moeilijke, verdrietige situaties in de arts-patiëntrelatie kunnen bespreken. Gelukkig is intervisie nu ook een onderdeel van de coassistentenopleiding. Hierdoor krijgen ze al vroeg ervaring met het bespreken van heftige, schokkende praktijksituaties in een veilige omgeving.

Joost Meijer, huisarts-supervisor, Zwolle

Artsen voor artsen

Je pleidooi voor psychologische opvang is gerechtvaardigd, alleen denk ik dat collega's de beste verstaanders zijn van deze zwaarte. Ik doe een oproep aan de op te richten Federatie van Medisch Specialist (Frank

de Grave?) om een Artsen voor Artsen-netwerk op te zetten. Als 'Moeders voor Moeders' dit kunnen, waarom zouden wij dit dan niet voor elkaar kunnen bieden?

AnnePauline Cohen, psychiater, Utrecht

Emotionele ontwikkeling

Ik ben vorig jaar gepromoveerd op een onderzoek naar de emotionele ontwikkeling van studenten geneeskunde waarin allerlei dingen naar voren kwamen die ook Mariska Koster noemt: de emotionele socialisatie, voorbeeldgedrag, het gebrek aan openheid over emoties bij artsen en het ontbreken van professionele training en ondersteuning in het omgaan met emoties. Opvallend was ook het grote verschil met andere beroepsgroepen, met name verpleegkundigen. In de gehele opleiding moeten

we veel meer aandacht besteden aan het (leren) omgaan met emoties en de rol die emoties spelen in het contact met patiënten, klinische besluitvorming, interprofessionele samenwerking en het persoonlijk welzijn van hulpverleners.

Esther Helmich, specialist ouderengeneeskunde en onderzoeker medisch onderwijs, Amsterdam

Ontsporingen

Ik denk dat een aantal echte of vermeende ontsporingen van dokters, die in de media breed worden uitgemeten, ook met deze problematiek van doen hebben.

Hans Amelink, neurochirurg, Zeist

Waardevol

Dit is het meest waardevolle artikel in Medisch Contact in 2013. Ik hoop dat beroepsgroep en politiek de handschoen oppakken.

René de Vries, internist, Bennekom

In tranen

Ik barstte in tranen uit toen ik dit stuk las. Ik werk in een hospice. Als ergens een plek is om ruimte te maken voor zorg voor elkaar, dan is het daar – en dat gebeurt ook. Maar ik voel ook de verwachting van onfeilbaarheid in het zicht van de dood: want die moet rustig, waardig, liefst zonder pijn komen. Gesprekken over een (acuut) verzoek om euthanasie worden op het scherp van de snede gevoerd. Door de arts. Het werken in

Reageren op Medisch Contact?

Reacties (max. 300 woorden) kunt u plaatsen onder het betreffende bericht of artikel op onze website. Overige brieven kunnen naar onze digitale brievenbus: medischcontact.nl/brievenbus. Op deze pagina's staat een selectie van de reacties, geredigeerd en indien nodig ingekort.

een bij elkaar betrokken team kan het gevoel van eenzaamheid dat mij soms bekruipt niet altijd wegnemen. Als dokter lijkt je te waken over de gezondheid van dat team maar sta je er zelf eigenlijk een beetje buiten.

Marjon Oolbekkink, specialist ouderengeneeskunde, Rotterdam

Coaches

Het is goed om ook bij tijd en wijle stil te staan bij de mens achter de dokter, de eigen emotionele gezondheid. Reflecteren daarop kan heel goed samen met een professional die vragen durft te stellen die de arts zichzelf niet (meer) stelt. Hiertoe zijn de coaches van het Carrièrecentrum voor Artsen (carrierecentrumvoorartsen.nl) bij uitstek geschikt.

Gerda Zeeman, gynaecoloog en coach, Hattem

Luisterend oor

Als onderwijscoördinator weet ik dat de begeleiding van coassistenten tekortschiet. Dit artikel en alle reacties bevestigen dat. Daarom willen wij hieraan iets doen, waarbij met name voor oudere dokters met veel ervaring en kennis een belangrijke plaats is weggelegd. Hun luisterend oor is heel belangrijk.

Flip de Leeuw, gynaecoloog en voormalig onderwijscoördinator, Leiderdorp

Worsteling

Ik sta pas aan het begin (bijna klaar met mijn derde coschap) maar ik herken de worsteling van Mariska Koster. Ik wil niets liever dan patiënten bijstaan in hun moeilijkste en donkerste periodes. Maar

hoe blijf je zelf staan? Als dokter, als mens. Het zou al veel schelen als er ruimte is om te delen wat je voelt. Ook als je even overloopt van tranen.

Marije Weidema, coassistent, Nijmegen

Uitgezorgd

Patiënten zijn gebaat bij artsen met gevoel, maar met te veel gevoel hou je het vak moeilijk vol. Het is een zwaar beroep met helaas steeds minder waardering. Traumaopvang kan het best door collega's. In de artsenopleiding wordt er gelukkig meer aandacht besteed aan openheid. Maar in de praktijk ervaar je pas hoe het echt is. Elke arts kan op een gegeven moment uitgezorgd zijn. Wie zorgt er dan voor de dokter? Zoek de bedrijfsarts op in het ziekenhuis, ook al werk je in een maatschap. Mijn dochter wil medicijnen gaan studeren. Ik stimuleer haar volop. Het is een mooie keus, maar we kennen ook de keerzijde.

Aldo Sangster, bedrijfsarts, Nijveen

Rauwe confrontatie

Als beginnende arts-assistent herken ik de rauwe confrontatie met emoties. Onlangs nog kwam een jonge vrouw met longembolieën op de SEH. Op de scan was de gemetastaseerde ziekte te zien. Je ziet de beelden, je leest de verslagen én je leert de patiënt kennen die bij die CT-beelden hoort. Een mens, slechts een paar jaar ouder dan ik, die ineens geconfronteerd wordt met de dood. Mijn supervisor vroeg mij wel hoe ik hiermee omga, maar zelf deelt hij zijn

ervaringen niet. Gelukkig zijn er artsen die hun worsteling met zulke emoties durven te delen. Ik ben blijkbaar toch niet de enige die slecht nieuws en de dood aan het einde van de dag niet zomaar aan de kapstok kan hangen.

Lia ten Hove, arts-assistent, Eindhoven

Afstand

Wijlen hoogleraar psychiatrie Rümke zei: 'De medische relatie houdt in: maximale betrokkenheid met behoud van afstand. Het is altijd het proces van de patiënt waar het om gaat. Te veel afstand is niet goed, te weinig ook niet.'

J. Verkuyl, huisarts niet-praktiserend, Teteringen

Carrièreswitch

Ook ik heb het vak verlaten. Ik was huisarts, maar ben overstapt naar de psychotherapieopleiding omdat ik te veel werd gedwongen onder druk te werken. Er was te weinig tijd om bij een probleem stil te staan en te onderzoeken wat het met mezelf deed.

Deze behoefte aan emotionele steun is persoonsafhankelijk en ook levensfaseafhankelijk. De jonge honden die gedreven en met veel inzet hun metier leren, moeten we niet te veel belasten met verplicht reflecteren.

We zouden alle artsen die hun specialisatie een aantal jaren uitoefenen, moeten onderwerpen aan een kritisch onderzoek naar de emotionele belastbaarheid en eventuele behoefte aan ondersteuning hierbij.

Juist voor de 'gevestigde'

specialisten lijkt mij dit zinvol. Bovendien groeit de behoefte aan reflectie naarmate je ouder wordt – ook doordat je dan in je eigen leven meer wordt geconfronteerd met ziekte, tegenslag en dood. Mijn carrièreswitch ging gepaard met een inkomensoffer. Maar de rust en tevredenheid die het mij heeft gebracht, zijn onbetaalbaar.

Caroline Wijgengangs, huisarts n.p. psychotherapeut i.o., Gorinchem

Verbinding herstellen

Al tijdens mijn coschapen merkte ik dat er weinig specialisaties zijn waar tijd en ruimte is voor beschouwing, adempauze, reflectie, zelfregulatie, echt contact maken. Ik koos daarom voor psychiatrie. Inmiddels ben ik ook in dat vak alleen maar aan het rennen. Kan ik me 's avonds vaak niet meer herinneren hoe mijn eerste patiënt van die dag er uitzag... Ik los het op door parttime te werken en veel tijd te maken voor hobby's. En voor bijscholen in een betrekkelijk nieuwe therapievorm (EFT) die gebaseerd is op de hechtingstheorie en gericht op het herstellen van de verbinding tussen mensen. Dat gebeurt nadat er eerst verbinding is gemaakt met je eigen gevoel, pijn. Deze methode helpt mij het werk zo goed mogelijk te doen.

Ellen Landeweer, psychiater, Amersfoort

web

Op de website vindt u eventuele voetnoten.