



'IK HEB TIJD VOOR DINGEN DIE IK BELANGRIJK VIND'

Hoe ervaren artsen tijd
in werk en privéleven?
We vroegen het bijna
drieduizend artsen van het
KNMG-artsenpanel. Iets
meer dan de helft van de
artsen reageerde en bijna
alle reageerders hadden
een 'gouden tip'.

TEKST: EVA NYST
BEELD: GETTY IMAGES

Koks en artsen ervaren de meeste werkdruk, zo wist het Centraal Bureau voor de Statistiek dit voorjaar te melden. De hoge werkdruk bij koks hangt samen met het werken in hoog tempo, bij artsen is het meer de hoeveelheid werk en de emotionele belasting ervan die het zwaar maken. Artsen hebben veel werk en weinig tijd, zo lijkt het. Voor dit eindejaarsnummer stelden we een enquête op met vragen over onder meer beschikbare tijd, tijdvreter als de mobiele telefoon, een vergelijking van tijd vijf jaar geleden en nu, en de relatie tussen tijdsdruk en arbeidsplezier. Opvallend: vergeleken met vijf jaar geleden heeft bijna twee

derde van de artsen nu evenveel of zelfs meer tijd voor patiënten. Uit de toelichting die artsen gaven, blijkt dit deels aan henzelf te liggen: de artsen zochten een baan waarin ze meer tijd hebben gekregen voor de patiënt.

Ruim de helft van de artsen geeft aan meestal voldoende tijd te hebben voor de dingen die ze belangrijk vinden. Een vijfde zegt: 'Ik kom altijd tijd tekort.' Tijdgebrek hakt er hard in. Driekwart van de artsen heeft fysieke, psychische of andere klachten door tijdgebrek. Alleen artsen die minder dan 1,5 dag per week werken wijken hiervan af. Van hen geeft 61 procent aan geen klachten te hebben die te relateren zijn aan tijdgebrek.

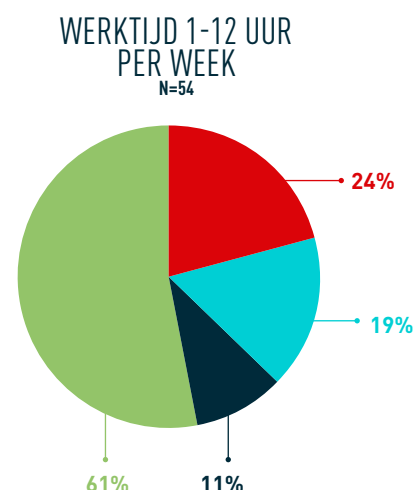
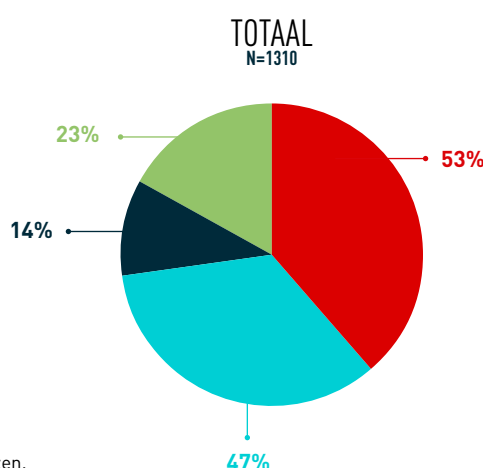
HEEFT U GENOEG TIJD OM DE DINGEN TE DOEN DIE U BELANGRIJK VINDT?

	TOTAAL	AIOS/ ANIOS/ BASISARTS	HUISARTS	MEDISCH SPECIALIST	SOCIAAL GENEESKUNDIGE	SPECIALIST OUDERENGEEES- KUNDE	ARTS VOOR VERSTANDELIJK- GEHANDICAPTEN	GEPENSIONEERD ARTS
JA	10%	17%	7%	6%	14%	11%	0%	54%
MEESTAL WEL	43%	51%	40%	42%	45%	56%	45%	32%
MEESTAL NIET	27%	23%	30%	29%	24%	20%	36%	8%
IK KOM ALTIJD TIJD TEKORT	20%	9%	23%	23%	17%	13%	18%	5%
N=	1311	57	463	417	217	109	11	37

MERKT U DAT U LICHAMELIJKE OF PSYCHISCHE KLACHTEN KRIJGT, ALS U TIJD TEKORT KOMT?

- JA: FYSIEKE KLACHTEN ZOALS PIJN IN NEK/SCHOUDE, HOOFDPIJN, VERMOEIDHEID
- JA: PSYCHISCHE KLACHTEN ZOALS CONCENTRATIE-PROBLEMEN, NIET KUNNEN RELATIVEREN
- JA, ANDERE KLACHTEN, NAMELIJK...
- NEE, GEEN KLACHTEN

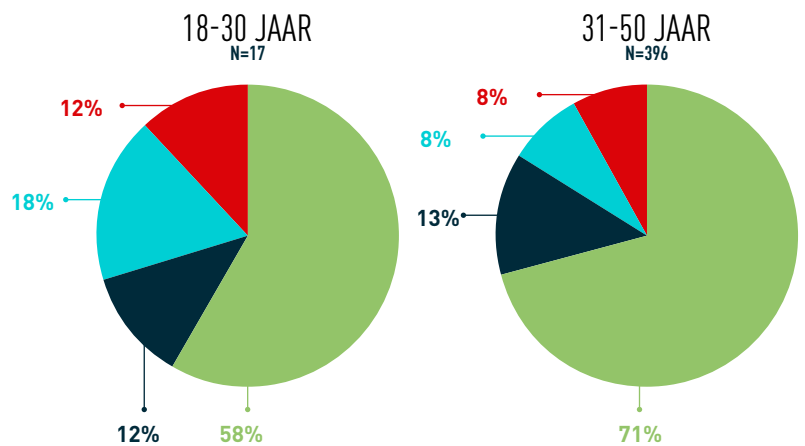
Respondenten konden meerdere antwoorden aankruizen.



BEKNIBBELEN

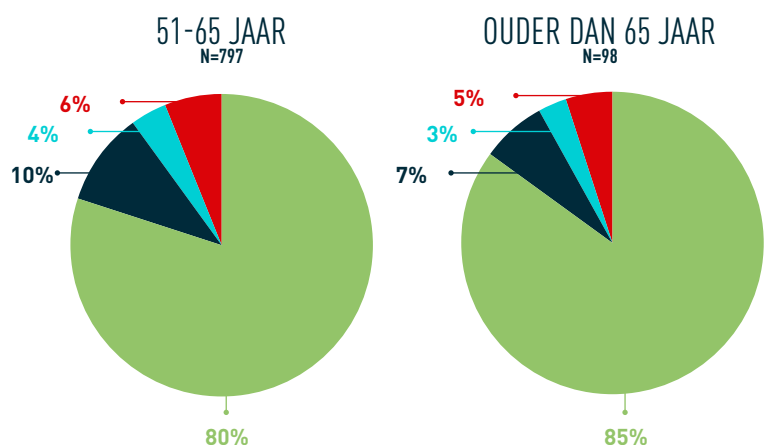
Artsen beknibbelen bij gebrek aan tijd massaal op het lezen van vakliteratuur (70%), en daarna moeten vrienden, sport en ontspanning (58%) en de administratie (45%) het ontgelden. In een kwart van de gevallen gaat de tijd voor het gezin eraan. Andere 'slachtoffers' van het gebrek aan tijd zijn: aandacht voor (schoon)ouders, de tuin, klussen, huishouden en hobby's. Maar ook het broodnodige 'niets doen' wordt veronachtzaamd. De respondenten hadden er mooie formuleringen voor: 'vervelen', 'la dolce far niente', 'gewoon rustig nadenken en laten bezinken', 'eens even nix doen', 'rust in het hoofd creëren', 'reflectie' en 'RUST'. Eén manier om die rust te vinden is het stil of uitzetten van de mobiele telefoon, maar 43 procent van de geënquêteerden geeft aan van die mogelijkheid geen gebruik te maken. En van de dokters die dat wel doen, is twee derde alsnog meer dan dertien uur per dag bereikbaar.

IS DE TIJDSDRUK VOOR U EEN REDEN OM UIT TE KIJKEN NAAR EEN ANDERE BETREKKING?



SPREEKUUR

De meeste respondenten doen spreekuren, bij de helft van hen duren die maximaal tien minuten, bij de anderen wel twintig of dertig minuten. Driekwart van de artsen geeft aan (meestal) voldoende tijd te hebben voor patiënten. We vroegen ook of artsen het idee hebben dat patiënten tevreden zijn met de tijd die aan hen wordt besteed. Ruim de helft van de artsen antwoordt met een volmondig 'ja', de andere helft met 'soms wel, soms niet'. Slechts 1 procent antwoordt met 'nee'.



ANDERE BAAN

6 procent van de artsen zegt om de hectiek het artsenvak helemaal te willen verlaten. Naarmate de leeftijd oploopt, neemt de switchlust af. En wat willen de switchers dan gaan doen? De ondervraagden liepen warm voor directie- en bestuurswerk. Dat eindigde op een gedeelde eerste plaats met ambachtswerk. Bedrijfsleven en de kunsten eindigen samen op de tweede plaats, op de voet gevolgd door de wetenschap, waar huisartsen net iets meer belangstelling voor hebben dan medisch specialisten. Bij de open vraag kwamen de stoutste dromen boven zoals: 'in de complementaire zorg', 'iets zelfstandigs vanuit huis', 'binnenhuisarchitect', 'vervroegd met pensioen', 'reizen organiseren', 'restauranteigenaar', 'politiek', 'ontwikkelingssamenwerking' en 'buurtzorg voor niet zieke ouderen'. Het vervroegde pensioen is iets waar een kwart van de dokters 'vaak' en nog eens een derde 'soms' naar verlangt omdat ze zo'n drukke baan hebben.



Als uitsmijter vroegen we naar de gouden tip om minder tijdsdruk te hebben. Behulpzaam – en vol zelfvertrouwen – als artsen zijn, wist bijna iedereen hier een antwoord op te geven. Uit de ruim 1250 antwoorden destilleerden we twee keer een top 10 in de hoop daarmee ook voor u de verlossende tip te publiceren. Opdat u in 2018 voldoende tijd tot uw beschikking hebt. ■

ZOEK HET BIJ JEZELF:

1. Trek je niks van anderen aan
2. Zoek rust: yoga, mindfulness, sport
3. Laat perfectionisme varen
4. Leer 'nee' zeggen
5. Buiten zijn: doe werkverkeer op de fiets
6. Plan je vrije tijd (en houd je eraan!)
7. Meer slapen of juist minder
8. Luister naar je partner
9. In ons vak bestaat geen rust
10. Staar tussen de consulten door 1 minuut naar buiten

ZOEK HET BIJ DE ANDER:

1. Schaf zorgverzekeraars af
2. Voed patiënten en personeel op
3. Thuisfront dat voor je zorgt
4. Verzorgingshuizen terug: veel tijd kwijt aan ouderen
5. Meer personeel in de ggz
6. Minder administratie
7. Kleinere praktijken
8. Weg met het middenmanagement
9. Weg met ANW-diensten
10. Weg met de marktwerking

