

# Wat elke co moet weten

Een goede voorbereiding voorkomt brandende blaren

**Je eerste coschap is je vuurdoop op de ziekenhuisvloer. Er doen verschrikkelijke verhalen over de ronde, maar als je je goed voorbereidt, neemt het schrikbeeld toch minder ernstige vormen aan.** Rens Teeuwen en Maya Baidjoe

**H**oopvol maar ook bevreesd. Zo voelt een geneeskundestudent zich die op het punt staat aan zijn coschappen te beginnen. Vanaf de eerste dag dat je op de faculteit rondloopt, hoor je verhalen over bloedchagrijnige specialisten, onmogelijke patiënten en vreselijke blunders die je de rest van je leven blijven achtervolgen. En daarnaast zijn er natuurlijk nog de columns in studentenbladen, het boek van Anne Hermans *De co-assistent* en tv-series als *Scrubs*, *Grey's Anatomy* en *House*, die allemaal één ding duidelijk maken: je coschappen zijn je vuurdoop en pijnlijke leermomenten zullen branden als blaren op je billen. In de praktijk ligt het allemaal een slag genuanceerder, maar toch zal iedereen wel eens twifelen of hij wel klaar is voor zijn coschappen. Wat moet je dan kunnen als groentje? Ben je na de bachelorfase eigenlijk wel goed voorbereid en wat doen faculteiten om jou te helpen een goede start te maken? Het studentenplatform ging te rade bij studieadviseurs en curriculumcoördinatoren van alle medische faculteiten.

Ook vroegen we een aantal co-assistenten over welke vaardigheden een co in ieder geval moet beschikken als hij voor het eerst in een witte jas rondloopt: wat zijn onontbeerlijke co-skills?

## Zorgstage

Elke faculteit kent wel een zorgstage in het eerste of tweede jaar als

voorbereiding op het contact met patiënten. Verder heb je regelmatig patiëntencontact zowel direct, door middel van een-op-een gesprekken, als indirect door patiëntcolleges. En overall zijn werkgroepen, waarbij je feeling krijgt met het maken van anamneses en differentiaaldiagnoses. Maar wat is de toegevoegde waarde hiervan voor de coschappen?

'Aan de zorgstage heb je zeker wat', zegt Johan de Vlieger, co-assistent in Leiden. 'Je leert omgaan met hulpbehoevende en kwetsbare patiënten. Daarnaast kregen wij vanaf jaar 2 werkgroepen over diagnostiek en lichamelijk onderzoek. Hierbij oefen je vooral in het toepassen van lichamelijk onderzoek en anamneses. Deze vaardigheden zul je daadwerkelijk gebruiken in je coschappen.'

## Leesbare aantekeningen

De manier waarop die klinische vaardigheden, zoals lichamelijk onderzoek, worden bijgebracht, verschilt per universiteit. Zo leert een student in Groningen pas in het vierde jaar hoe je op de juiste manier een stethoscoop in je oren moet stoppen, terwijl ze in onder andere Rotterdam, Leiden en aan de VU al in de eerste jaren van de bachelorfase weten dat dat in tv-series altijd fout gaat. Sanja Horvat die haar coschappen in Groningen bijna heeft afgerond, zegt hierover dat de praktische voorbereiding in de bachelor nog te wensen overlaat. Wel vindt ze dat de docenten veel aandacht besteden aan de anamneses en differentiaaldiagnose. 'Als je hierbij goed oplet en leesbare aantekeningen maakt, kun je daar in je coschappen nog veel aan hebben. Zorg ook dat je je anatomie goed kent', benadrukt ze. Dat is goed voor het begrip van vele pathologische mechanismen.

Wat het aanleren van vaardigheden betreft, zijn er slechts





beeld: Getty Images

subtiele verschillen tussen de faculteiten. De totale tijd en aandacht die hieraan wordt besteed, is overal praktisch gelijk. Over wat beter is – in je eerste jaar leren hoe je arterieel gas prikt of later – valt te discussiëren. De conclusie is wel dat er op elke faculteit veel aandacht is voor jouw voorbereiding op de coschappen. De mensen in de praktijk oordelen dan ook in het algemeen positief over beginnende coassistenten. Over de exacte vaardigheden waar je over moet beschikken, zeggen de faculteiten niet veel. Wel geeft een faculteit aan dat het voor klinici moeilijk is in te schatten wat ze van een individuele coassistent kunnen verwachten. Dit komt voor een deel omdat er een

secretaresse. Die laatsten kunnen je vaak bijzonder goed helpen, en je hebt ze meer nodig dan je denkt. Probeer je voor elk coschap in te lezen. Het helpt enorm als je de anamneses en DD's van de meest voorkomende aandoeningen kent. Coassistent Johan de Vlieger vertelt dat ook een actieve houding een absolute must is en de faculteiten beamen dit. De Vlieger: 'Een arts waardeert het als een coassistent wat toevoegt aan de afdeling.' 'Het horrorscenario van een arts is een co die als een zoutzak in een hoekje zit en aan het handje moet worden meegenomen', vult Sanja Horvat uit Groningen aan. Hiertegenover stelt ze dat je je ook niet te druk moet maken over 'wat ze van je vinden'. Je komt doorgaans het beste uit de verf als je je ontspannen opstelt. Ook voor jezelf is een stage een stuk fijner als je niet constant op eieren loopt. Durf een fout te maken; dat hoort ook in de lijn van het 'actief opstellen'.

## Op je eerste dag moet je veel handen schudden: doe dit met aandacht

groot verschil in niveau bestaat tussen coassistenten. Stel nu dat jij morgen aan je coschappen begint. Wat moet je dan doen om een goede indruk te maken?

### Handen schudden

Op je eerste dag moet je veel handen schudden; dat is een must. Doe dit wel met enige aandacht. Focus niet op die actie zelf, maar luister echt naar de naam en probeer die te onthouden. En doe dit niet alleen bij de specialisten en arts-assistenten, maar ook bij de doktersassistenten en

### Theoriehappen

De tijden van vier jaar theoriehappen in de collegebanken en daarna twee jaar zwemmen tijdens je coschappen zijn definitief voorbij. Met de invoering van het bama-systeem is de geneeskundestudie van het eerste tot het zesde jaar een combinatie van praktijk en theorie. Onbeslagen ten ijs en volledig groen voor het eerst een overdrachtskamer inlopen is er daardoor niet meer bij. De faculteiten doen hun best om je zo goed mogelijk voor te bereiden en zelf kun je ook veel doen. Ken de differentiaaldiagnoses, de anatomie en stel je actief op, dan is de helft van de strijd al gewonnen. Waarschijnlijk valt nooit helemaal te voorkomen dat een chagrijnige arts zich afreageert, maar met de hier beschreven co-skills, kom je goed beslagen ten ijs.

 Studentenplatform