

**Astrid Bosma**

promovendus Amsterdam UMC,  
locatie VUmc

**Frederieke Schaafsma**

bedrijfsarts, senior onderzoeker,  
Amsterdam UMC, locatie VUmc

**Cécile Boot**

hoogleraar, Amsterdam UMC,  
locatie VUmc

**Han Anema**

hoogleraar, Amsterdam UMC,  
locatie VUmc, bedrijfsarts/  
verzekeringsarts

INZET VAN DE OMGEVING IS CRUCIAAL

## Steun de chronisch zieke werknemer

Voor veel mensen is werk belangrijk. Financieel, maar ook voor het zelfbeeld, de sociale contacten, het kunnen bijdragen aan de maatschappij. Maar wat als je een chronische ziekte hebt? Hoe kun je dan werken? De auteurs onderzochten wat daarvoor nodig is.

‘**H**et bracht mij alleen maar ellende eigenlijk. En lol had ik er niet meer in, het was puur overleven.’ Zo beschreef een chronisch zieke werkende man uit ons onderzoek zijn vroegere werksituatie.<sup>1</sup> Wat was er dan veranderd? Waardoor is het voor hem nu wel mogelijk om op een fijne manier te werken? Welke steun vanuit de omgeving is daarvoor nodig? Deze vragen vormden de kern van het onderzoek ‘Eigen regie en zelfredzaamheid voor werkenden met een chronische ziekte’, uitgevoerd door de afdeling Sociale Geneeskunde van het Amsterdam UMC, locatie VUmc.<sup>2</sup> Hieronder de belangrijkste bevindingen.

### Niet simpel

Voor mensen met een chronische ziekte is blijven werken een uitdaging, waar verschillende partijen een rol in spelen: de werkende zelf, de werkomgeving, de bedrijfsarts, de sociale omgeving en de curatieve sector. Zelfredzaamheid helpt om die uitdaging aan te gaan. Wat daar bijvoorbeeld aan kan bijdragen is open zijn op het werk over je ziekte en vertellen aan je omgeving wat je nodig hebt aan steun of aanpassingen.<sup>3</sup> Openheid over een ziekte leidt over het algemeen tot meer begrip, terwijl aanpassingen in het

werk, zoals thuis werken of bijvoorbeeld een aangepaste stoel, het werken met symptomen en beperkingen mogelijk maken. Ook het continu zoeken naar een goede balans, naar de juiste keuzes, is van groot belang.

In de praktijk zijn bovenstaande zaken niet zo simpel als ze lijken. Het bespreken van een gezondheidsprobleem op het werk is niet altijd zonder risico. Ook uit ons onderzoek blijkt weer dat werkenden vaak voorzichtig afwegen wat, wanneer en aan wie ze hierover vertellen.<sup>3</sup> Daarbij zijn persoonlijke overtuigingen (zoals ‘ik verlies vast mijn baan als ik het vertel’) en factoren op de werkvloer (zoals de relatie met leidinggevend) van invloed op deze afweging. Ook blijkt dat de gewenste aanpassingen niet altijd mogelijk zijn of in de praktijk niet goed uitpakken. Zo is het

Openheid over een ziekte leidt over het algemeen tot meer begrip



voor een ziekenhuisafdeling bijvoorbeeld lastig als een verpleegkundige geen nachtdiensten meer kan draaien. Dit zou dan betekenen dat collega's extra nachtdiensten op zich moeten nemen. Ook het maken van keuzes rondom werk en privé (zoals ‘waar steek ik energie in?') kan zorgen voor lastige dilemma's.

### Ondersteuning nodig

Ons onderzoek laat zien dat de inzet van alleen de werkende vaak niet genoeg is om aan het werk te kunnen blijven. Werkenden hebben tijdige en passende ondersteuning vanuit hun werkomgeving nodig. Dat bepaalt mede hun zelfredzaamheid. Een inclusieve en ondersteunende werkomgeving zorgt ervoor dat werkenden makkelijker open zijn over hun ziekte en eerder om hulp durven vragen. Daardoor kunnen problemen vroeger gesignaleerd en aangepakt worden. Een duidelijke visie vanuit de werkomgeving op werken met een chronische ziekte, en



een duidelijk beleid binnen de organisatie gericht op preventie van werkgerelateerde problemen zijn daarbij essentieel.<sup>4</sup>

Ook bedrijfsartsen kunnen, als experts op het gebied van werken en gezondheid, een belangrijke rol spelen bij het ondersteunen van werkenden met een chronische ziekte en het voorkomen van werkgerelateerde problemen. Bijvoorbeeld door met de werknemer diens werksituatie te bespreken en daarover te adviseren, of door een ondersteunende rol te spelen als vertrouwenspersoon, zeker bij diegenen voor wie openheid op het werk geen optie is. Maar ook door het adviseren van de werkomgeving zelf over het belang van preventie en duurzame inzetbaarheid van werkenden.

Toch zien we dat deze expertise te weinig wordt benut. Bedrijfsartsen komen in veel gevallen pas laat in beeld. Zo trekken werkenden met een chronische ziekte regelmatig te laat aan de bel, vaak als er al problemen zijn ontstaan. 'Ik kan het wel

alleen' en 'ik heb geen hulp nodig' liggen hier vaak aan ten grondslag.<sup>4</sup> Maar ook is de bedrijfsarts niet altijd voldoende zichtbaar, of is zijn rol als adviseur op preventief vlak niet altijd duidelijk, noch voor werkenden of werkomgeving, noch voor behandelaars. Dit komt ook doordat bedrijfsartsen nu het grootste deel van hun tijd bezig zijn met het begeleiden bij verzuim. Dat is jammer, want ook bedrijfsartsen zelf zouden graag meer hun preventieve rol pakken. 'Het is gewoon een maatschappelijke plicht die wij hebben om ook de mensen die wat mankeren binnenboord te houden', zo benadrukte een bedrijfsarts in ons onderzoek.

#### **Niet alleen bedrijfsartsen**

Door de vergrijzing en de verhoging van de pensioenleeftijd zal het aantal werkenden met een chronische ziekte de komende jaren verder stijgen. Maar behoud van werk is niet alleen een taak van bedrijfsartsen. Ook voor huisartsen, medisch specialisten en paramedici is hier een belangrijke rol weggelegd. Nu zien we dat 'werk' heel vaak geen onderwerp van gesprek is binnen de spreekkamer. Terwijl werkenden met een chronische ziekte in ons onderzoek duidelijk de behoefte aandacht schenkt aan de vraag hoe om te gaan met de ziekte op het werk en meedenkt over behoud van dat werk. Zo kunnen behandelaars de impact van de ziekte op het functioneren bespreken en uitleggen op welke signalen er bijvoorbeeld gelet moet worden. Vooral bij chronische aandoeningen is het belangrijk dat er regelmatig opnieuw met de werkende bekeken wordt of de balans nog goed is. Niet alleen de impact van het ziektebeloop kan veranderen door de tijd heen, ook de werkende zelf zal in de loop der tijd mogelijk anders tegen de uitdagingen van het werken aankijken. Continue ondersteuning en vroegtijdige signalering zijn daarbij gewenst. Behalve de werkomgeving hebben alle zorgprofessionals de maatschappelijke verantwoordelijkheid, maar ook de zorgplicht om werkenden met een chronische ziekte op een gezonde en fijne manier aan

## 'We moeten de mensen die wat mankeren binnenboord houden'

het werk te houden. Goede samenwerking en communicatie tussen de verschillende zorgprofessionals is daarbij essentieel. Zo kan een medisch specialist een patiënt doorverwijzen naar de bedrijfsarts, en kunnen bedrijfsartsen medisch advies vragen aan de behandelend arts. Op die manier beschikt de bedrijfsarts over optimale informatie om werkende en werkgever goed te adviseren. Zo worden tegenstrijdige adviezen voorkomen en is de ondersteuning optimaal.

Concluderend kunnen we zeggen dat preventieve maatregelen om uitval te voorkomen van het grootste belang is voor werkenden met een chronische ziekte. Meerdere betrokkenen hebben hierbij een belangrijke rol. Een ondersteunende werkomgeving die het mogelijk maakt om open te zijn over de ziekte en stimuleert om op tijd aan de bel te trekken en hulp te zoeken. Een bedrijfsarts die zijn preventieve rol pakt en zichtbaar is als adviseur voor zowel werkenden, werkomgeving als behandelaars. En een grotere focus op behoud van werk binnen de curatieve sector en optimale samenwerking tussen zorgprofessionals binnen en buiten het ziekenhuis. ■

#### **contact**

a.bosma@amsterdamumc.nl  
cc: redactie@medischcontact.nl

#### **web**

De voetnoten vindt u onder dit artikel op medischcontact.nl.