

Ivan Wolffers

Dermatologen,
oogartsen en
plastisch chirurgen
zijn het slankst



Het goede voorbeeld

Iedere ouder weet dat kinderen meer opsteken van het voorbeeld dat je geeft dan van vermanende woorden. Ik wil mensen die op het spreekuur komen niet met kinderen vergelijken, maar weet wel dat de dokter die opmerkt dat je zou moeten afvallen, terwijl hij zelf bijna niet uit zijn stoel overeind komt door zijn overgewicht, weinig indruk maakt. Onderzoekers denken dat het wel meevalt en dat de patiënt ook van een dikke dokter accepteert dat het tijd wordt om iets te doen aan de extra pondjes. Daar staat dan weer tegenover dat artsen die zelf een ongezonde leefwijze hebben aanzienlijk minder geneigd zijn over gezond gedrag te beginnen.

Hoe doen artsen het overigens zelf? Roken ze, hoe dik zijn ze, doen ze genoeg aan sport, zorgen ze wel voor voldoende ontspanning, houden ze zich aan het advies om matig alcohol te drinken? Om een dikke arts te herkennen is weinig sophisticated onderzoek nodig, maar wie gaat ze tellen? Hen zelf questionnaires in laten vullen is ook geen garantie de waarheid boven tafel te krijgen. Nee, het is erg moeilijk om iets over gezond gedrag bij artsen te weten te komen. Toen journalisten van HP in 2008 een reportage probeerden te maken over rokende artsen wilde er slechts eentje meewerken, een 94-jarige die allang met zijn praktijk was gestopt.

De Amerikaanse website Medscape deed onderzoek onder 31.399 artsen in de Verenigde Staten om aan patiënten te kunnen laten zien hoe het met hun artsen gesteld is. Nu is natuurlijk de VS het land van hollebolle gijs en een bevinding als 'slechts 8 procent van de artsen bleek obees' doet bijna koddig aan voor Nederlandse lezers. En 34 procent vulde bij de zelf in te vullen vragenlijst in overgewicht te hebben. Waarom geloof ik zo'n antwoord

niet? De gouden regel bij het beoordelen van antwoorden over het drinken van alcoholische dranken is vermenigvuldigen met twee. Met hoeveel moet je de uitkomsten bij informatie over overgewicht vermenigvuldigen? Wat ik wel geloof, is dat de gegevens over welke artsen het vaakst overgewicht hebben enigszins klopt. Algemeen chirurgen voeren de lijst aan. Dermatologen, oogartsen en plastisch chirurgen zijn het slankst.

Verder eten Amerikaanse artsen gemiddeld slechts eens per week buiten de deur, drinken ze zelden te veel, zijn dermatologen thuis het gelukkigst en andere specialisten juist op hun werk, en trainen artsen enorm veel. Ze zijn eigenlijk net echte mensen. Als ze het zelf in mogen vullen, doen ze zich wat beter voor. Zo gaat het nu eenmaal met gezond gedrag. We bedriegen onszelf het vaakst.

En PSA-tests om prostaatkanker in een vroegtijdig stadium op te sporen? Daar werd in het onderzoek niet naar gekeken en daarom ben ik helemaal aangewezen op wat ik er zelf over weet. Artsen en in het bijzonder urologen denken daar heel verschillend over. Ondanks alle twijfel of het wel meer voordelen heeft dan nadelen, zijn er zeer besliste artsen die geloven in PSA-screening. Ze verwijzen daarbij enthousiast naar de Europese consensus. Er zijn ook meer dan genoeg artsen die erg gereserveerd zijn en ongelukkig met de vele fout-positieven en het leed dat dat meebrengt in de vorm van overbehandeling, namelijk de drie P's: problemen met plassen, poepen, potentie. Mijn eigen uroloog heeft zich er tegenover mij nooit over geuit, maar drie andere hebben mij in vertrouwen verteld dat ze zelf nooit de PSA-test zouden willen. Zo gaat het vaak: het een zeggen, het ander doen. ■