



‘IK HEB MARIEKE ECHT HUISARTS ZIEN WORDEN’

TEKST: JAN DOBBE | FOTO'S: LENNAERT RUINEN

Vader Rien (65) en dochter Marieke Haighton-van Hemert (35) zijn beiden huisarts én opleider van (huis)artsen. Voor de broodnodige afleiding van de beslommeringen van het vak zoeken ze hun heil vooral in de sport.



Rien werkte van 1982 tot 2017 als huisarts. Tot 2012 had hij zijn eigen praktijk in Overvecht, de laatste vijf jaar werkte hij freelance in een praktijk in Maartensdijk. Sinds 1990 is Rien betrokken bij het opleiden van nieuwe huisartsen: 'In eerste instantie als huisartsopleider in de praktijk, later als docent. Sinds 2011 ben ik landelijk coördinator opleiders en opleidingspraktijken van de Huisartsopleiding Nederland. Dat doe ik nu nog twintig uur per week. Ik ben sinds een jaar met prepensioen en heb eindelijk het gevoel dat ik zo af en toe en dagje vrij kan pakken.'

Ballen in de lucht

Het was dochter Marieke die Rien vroeg of hij nog een paar jaar in de praktijk in Maartensdijk wilde komen werken. Zij werkte er al een jaar als vaste waarnemer en toen Rien stopte in Overvecht vroeg ze hem of hij zin had erbij te komen. En zo geschiedde.

Marieke werkt drie dagen per week als huisarts, daarnaast geeft ze een dag per week les aan SUMMA-studenten van de Universiteit Utrecht in het vak Klinisch denken en beslissen in de praktijk. Ze is getrouwd met Martijn, orthopedisch chirurg. Ze hebben twee dochters, Saar van twee jaar en Evi van vijf maanden. Martijn werkt vier dagen, gelukkig kan hij zich ook op zijn vrije dag bezighouden met de kinderen. Marieke: 'Maar eerlijk is eerlijk: we hebben onze beide ouders heel hard nodig om de winkel goed draaiende te houden. Op maandag past mijn vader op de meisjes, op dinsdag mijn schoonouders, woensdag en donderdag past mijn moeder op [Rien is gescheiden van Ineke, de moeder van Marieke, red.].

Cadeautjes

Op de middelbare school wist Rien al dat hij arts wilde worden. 'Aanvankelijk trok het ziekenhuis me: snijden, spannende nieuwe dingen doen ... Tot ik de huisartsenpraktijk ontdekte en zag hoeveel vrijheid je daar hebt om je eigen ding te doen, je eigen stijl van omgaan met mensen te ontwikkelen.' Marieke vult aan: 'Als huisarts besef je veel eerder dat je voor het welslagen van je werk afhankelijk bent van de relatie met je patiënt. Als je weet dat jij afhankelijk bent van de informatie die jij de patiënt weet te ontlokken, investeer je ook veel meer in die relatie. En let wel, als huisarts leer je elke dag weer over jezelf en het leven! Door al die honderden individuele gesprekken die je voert, krijg je elke keer een spiegel voorgehouden.'

In haar keuze voor het vak van huisarts is Marieke zeker geïnspireerd door haar vader. Als hij 's avonds laat thuiskwam, lag ze vaak al op bed: 'Dan kwam hij me welterusten zeggen en vroeg ik hem wat hij die dag allemaal gedaan had. Papa vertelde honderduit en daar zaten heel mooie verhalen bij. Dus ik hield hem zo lang mogelijk aan de praat. En op mijn verjaardag kreeg ik cadeautjes van onbekende mensen. Patiënten van mijn vader die hem zeer waardeerden. Dat je zoveel kunt betekenen voor mensen dat ze zelfs de verjaardagen van je kinderen onthouden, dat vond ik geweldig!'

Makelaar in geneeskundige oplossingen

Wat is er in 35 jaar veranderd in het vak? Rien: 'Bij de oudere garde was het meestal de man die de praktijk deed, het geld verdiende. De vrouw was een belangrijke schakel, vaak op de achtergrond, en degene die het gezin draaiende hield. Dan kon jij als arts er helemaal voor gaan.' De huidige generatie bestaat uit tweeverdieners, die vaak beiden aan carrière en gezin werken en zo toch aan een mooi salaris komen. Rien: 'Zij hoeven niet zozeer uren te maken, kunnen meer voor kwaliteit gaan. Natuurlijk deed de oudere garde dat ook, maar daar dwong het verdienmodel wat meer.' De huisarts oude stijl was paternalistisch, vindt Rien. Die vertelde je gewoon wat er aan de hand was en wat er moest gebeuren. 'Op basis waarvan hij dat vertelde, hield hij voor zich. De huisarts anno nu is meer een soort makelaar in geneeskundige oplossingen geworden. Hij deelt zijn kennis met de patiënt en helpt die op het goede spoor. Iets voor jezelf houden, is er echt niet bij.'

Bijzondere dingen

Marieke: 'Laatst vroeg ik me af bij welke contacten ik het idee had dat ik er echt toe deed als huisarts. Dan moest ik

Marieke: 'Geneeskunst is heel mooi, maar er werkelijk zijn met echte aandacht voor je patiënt is toch wel de essentie'



Marieke: 'Doordat je dichterbij elkaar staat, kun je ook eerder dingen zeggen.'

denken aan een jong gezin met een overleden kindje, die je nazorg en aandacht biedt, ook naderhand nog. Of een ouder gezin waar een scheiding speelt en waar je optreedt als een soort mediator. Gezinnen, jong en oud, voor wie je een soort baken bent. Geneeskunst is heel mooi, maar er werkelijk *zijn* met echte aandacht voor je patiënt is toch wel de essentie.'

Het mooie van het vak vindt ze dat je iedere dag bijzondere dingen meemaakt. Zo vielen patiënten haar na haar zwangerschapsverlof in de armen omdat ze er weer was. 'Een mooie bevestiging van de goede band die je hebt opgebouwd. Maar er zijn natuurlijk veel meer dingen. Ik haal veel uit stervensbegeleiding en begeleiding van ernstig zieken, maar deel ook graag in de vreugde van een nieuwe geboorte.' Rien: 'Soms is het ook hartverscheurend. Ik herinner me dat er uit een hiel prik bij een prachtige baby een nare uitslag kwam. Ik moest de roze wolk van die mensen doorprikken en hen vertellen dat dit kindje heel veel zorg nodig zou hebben. In een *split second* verkeerde dit gezin in een heel andere wereld. Daar ben je als huisarts onderdeel van.'

Snelkookpan

Rien en Marieke hebben vijf jaar in dezelfde praktijk gewerkt. Hoe was dat? Rien: 'We deelden veel met elkaar. Maar het

was soms ook lastig. Als senior zagen mensen mij vaak als "de arts". Terwijl ik natuurlijk vond dat wij gelijkwaardig waren en Marieke zeker net zo goed aangesproken moest worden. Als je als vader en dochter in dezelfde praktijk werkt, speelt dat soort zaken natuurlijk sterker. Ik wilde niet dat Marieke last van mijn aanwezigheid had. Ik heb er alles aan gedaan om dat in goede banen te leiden, heb mezelf regelmatig op de achtergrond gehouden.' Marieke vult aan: 'Het was voor mij een soort snelkookpan. Doordat je dichterbij elkaar staat, kun je ook eerder dingen zeggen. We werkten één dag in de week echt samen en gingen er dan samen in de auto naartoe. Dan konden we veel sparren. En op de andere dagen kreeg ik patiënten die mijn vader al had gezien en kon dan in hun dossier zien hoe hij rapporteerde en adviseerde. Zo zag ik van dichtbij hoe hij het deed.'

Rien: 'Ik heb Marieke daar echt huisarts zien worden. Als collega is dat al mooi om te zien, maar als vader helemaal. Het is net als met autorijden. Als je je rijbewijs haalt, kun je wel rijden, maar de echte fitness beheers je nog niet. Huisarts in je hele wezen word je pas na jaren praktijk.'

Schaatsen

Als tegenhanger van het drukke bestaan als huisarts ont-plooien vader en dochter een scala aan sportieve activiteiten.



Rien: 'Sporten is belangrijk voor mijn balans'

Marieke is een sporter *pur sang*. Voordat ze moeder werd, deed ze zelfs mee aan marathons en triatlons. 'Het is heerlijk om naast het werk even je hoofd uit te schakelen en je helemaal op het fysieke te richten! Maar met een jong gezin moet je je ambities bijstellen.' Schaatsen is ze blijven doen. Ze rijdt elke week met vrienden op de Vechtse Banen. Om acht uur 's morgens beginnen ze al. Rien (trots): 'Het is echt

op hoog niveau hoor. 's Zomers gaat ze zelfs op trainingskamp in Inzell.' Marieke: 'Ja, ik vind het een uitdaging om de techniek goed onder de knie te krijgen. Overigens doe ik niet aan wedstrijdschaatsen hoor. Dat ik lekker kan schaatsen, is al mooi genoeg.'

Wielrennen doet ze ook graag, samen met echtgenoot Martijn. 'We hebben een lichtgewicht aanhangwagentje gekocht, zodat we de kinderen mee kunnen nemen. En voor het skiën verdiepen we ons nu in telemarken, een voor ons nieuwe techniek waarmee we met het hele gezin de piste op kunnen. En hardlopen met de kinderwagens, gewoon op het fietspad, doe ik regelmatig.'

Spierspieren

Rien: 'Sporten is belangrijk voor mijn balans. Als student en als jonge dokter voetbalde ik veel. Schaatsen vond ik ook leuk, tegenwoordig doe ik het nog af en toe. Toen de kinderen klein waren, lag het sporten enigszins stil, maar toen ze alweer iets groter waren, kwam het allemaal weer op gang. Gingen we skiën met de kleintjes.' Hij doet nog steeds aan snowboarden, zij het niet meer zo intensief als voorheen. En hij wandelt en kampeert graag in de hoge bergen. 'Liefst heb ik elke dag spierpijn op vakantie. Dat geeft een tevreden gevoel.' Een paar jaar geleden ontdekte Rien golfen als sport en brengt hij veel uren op de golfbaan door. 'Net zoals Marieke met schaatsen wil ik dan in zo'n sport mijn eigen, maximale niveau halen. Daar ben ik wel fanatiek in. Maar golfen is net als het echte leven: je kunt nóg zo'n mooie bal slaan, maar hij kan toch net achter een boom stilvallen. Uiteindelijk gaat het vooral om ermee bezig te zijn, lol te hebben. Dat heb ik wel weer van Marieke geleerd: in het moment zijn, focussen op het nu.' ●