

CARDIOLOGEN FIETSEN MONTER VOOR HET GOEDE DOEL

‘NA TWEE DAGEN FIETSEN ZIJN AL JE HERSENSPINSELS VERDWENEN’

TEKST: JAN DOBBE | FOTO'S: NEELTJE KLEIJN

Een aantal cardiologen fietst elk jaar naar de Europese stad waar het congres van de European Society of Cardiology (ESC) plaatsvindt. Vorig jaar was dat Barcelona, dit jaar München. Initiatiefnemer Pieter Doevendans, cardioloog aan het UMCU: ‘Zwaar? Ach, iedereen met een beetje conditie kan dit.’

In augustus 2017 fietsten negen cardiologen in acht dagen 1.600 kilometer van Maastricht naar Barcelona, waar ze het congres van de ESC bezochten. Ze lieten zich sponsoren en de opbrengst ging naar onderzoek naar de erfelijke hartspierziekte PLN. Dit jaar fietsen ze naar München, ook voor PLN.

Pieter Doevendans is een fanatiek wielrenner: ‘Fietsen is een verslavende en tijdrovende sport. Maar omdat mijn vrouw Yolande er net zo gek op is als ik, levert het thuis geen problemen op. We doen het gewoon samen, dat maakt het leven een stuk eenvoudiger.’

Bidden of fietsen

De liefde voor het fietsen ontstond tijdens zijn specialisatie in Maastricht, begin jaren negentig. ‘Daar ga je of naar de kerk of je gaat fietsen. Het werd het laatste.’ Een collega maakte hem enthousiast. ‘Ze zei: “Kom Doevendans, we gaan fietsen!” Tegenover het ziekenhuis in het centrum was een fietswinkel, daar kocht ik mijn eerste racefiets.’ Maastricht en omgeving bleek een perfecte plek om te fietsen. ‘Daar heb ik het echt geleerd! Heuvels, klimmen, prachtige omgeving, alsof je in de Alpen zit ... Ik was toen een jaar of dertig, daarvóór had ik nooit aan wielrennen gedaan. Haha, ik wist niet eens wat een verzet was, hoe het werkte met die tandwielen. Dat was ploeteren in het begin, die heuvels op. Maar na een jaar had ik het in de benen en ging het steeds lekkerder.’



**Pieter Doevendans met zijn fiets voor het UMCU:
‘Fietsen maakt je hoofd leeg. Het is meditatief.’**

Meditatief

Wat is het mooie aan wielrennen? 'Je maakt je hoofd leeg, het is meditatief. Tijdens zo'n lange tocht zijn na twee dagen al je hersenspinsels verdwenen. De combinatie van afzien en genieten, gecombineerd met de onderlinge kameraadschap maakt het heel mooi. Het is een veel socialere sport dan veel mensen denken, en als je geen heel rare dingen doet, kun je het tot op hoge leeftijd blijven doen.' Het echtpaar Doevendans-Appelman is heel veel met het fietsen bezig: 'We plannen onze vakanties altijd als fietsvakanties. Zo blijf je in vorm. We doen ook wel mee aan zware bergtochten zoals de "Maratona dles Dolomites". Dat is een rit van "slechts" 138 kilometer,

Pieter Doevendans studeerde geneeskunde in Leiden, en deed zijn specialisatie cardiologie in Maastricht/San Diego. In 2002 stapte hij over naar Utrecht als onderzoekshoogleraar en werd in 2005 afdelingshoofd. 'We hebben er een goed academisch bedrijf van gemaakt. Ik lever dit jaar mijn honderdste promovendus af, niet gek. Hoogleraar zijn is hartstikke leuk, het is een sociale functie, en je krijgt de ruimte en mogelijkheden om te doen wat jij en je team belangrijk vinden. Ik zie nog veel patiënten op de poli, maar aan interventies kom ik niet meer toe.'

Pieter Doevendans is mededirecteur van het *Netherlands Heart Institute*.

maar wel over zeven indrukwekkende cols. Daarvoor trainen we de weken ervoor, door afzonderlijk een aantal beklimmingen te doen. Dan rusten we een dag of vier om dan de vijfde dag ertegenaan te gaan. Zwaar? Ach, iedereen met een beetje conditie kan het. Je kunt veel meer dan je denkt.'

Groot succes

Het initiatief om te gaan fietsen voor de financiering van cardiologisch onderzoek ontstond elf jaar geleden. Pieter: 'Collega Marcel Daniëls, toen nog voorzitter van de Nederlandse Vereniging voor Cardiologie, stelde voor om samen naar de ESC in München te fietsen – gesponsord. We gingen, met een groep van twaalf mensen. Het was zwaar met onze ongetrainde benen, maar het werd een groot succes. Het volgende jaar reden we al wat beter getraind naar Barcelona met twintig cardiologen, en weer een jaar later werd het Stockholm met wel dertig man.' Daarmee was een kritisch aantal mensen bereikt. Het klein begonnen initiatief werd een beetje te groot: 'Meer ongelukken, meer problemen. Toen besloten we het wat in te perken, maximaal zestien man.' Zo reden ze in 2017 met negen personen naar Barcelona, inmiddels een min of meer vaste kern.

'De combinatie van afzien en genieten, gecombineerd met onderlinge kameraadschap maakt het heel mooi'



Deze cardiologen bereiden zich op dit moment voor op de tocht naar München in augustus. V.l.n.r. Ingrid Bank, Geert Leenders, Yolande Appelman, Wouter van Everdingen, Nienke Wind, Pieter Doevendans en Bas van Klarenbosch. Cardiologen die nog mee willen doen, zijn van harte welkom ...



Echtgenote en interventiecardioloog Yolande Appelman (VUmc) is ook altijd van de partij: 'We fietsen al zo'n jaar of twaalf samen. Die gedeelde passie heeft onze relatie zeker versterkt. Als training rijden we elk weekend een lange tocht, en door de week wat kortere tochten.' Yolande doet in juni ook mee met de monstertocht van Trondheim naar Oslo. Een lichte twijfel blijft: 'Een keer was het zo zwaar dat ik bij de finish uitriep: "Dit doe ik nooit meer!" Maar een paar jaar later deden we het toch weer en het was super. Mensen vragen vaak waarom we al die uren op de fiets moeten zitten. Maar als je daar in de midzomernacht rijdt, is het zo mooi! Dat maakt alles weer goed.'

PLN

De wielrencardiologen reden al voor diverse goede doelen, zoals onderzoek naar hart- en vaatziekten bij vrouwen en onderzoek naar aangeboren hartafwijkingen. De laatste jaren rijden ze voor onderzoek naar de erfelijke hartziekte PLN. Pieter: 'Dit is een zeldzame hartspierziekte die vooral in Nederland voorkomt. De ziekte is nu nog onbehandelbaar. Mensen die eraan lijden, lopen het risico op zeer ernstig hartfalen, ritmestoornissen en plotseling overlijden. Het enige dat helpt, is transplantatie, maar door een tekort aan donorharten gebeurt dat maar veertig keer per jaar. We werken in dit onderzoek heel goed samen met Amerikaanse onderzoekers.'

Hoewel de cardiologen samen veel geld ophalen, gemiddeld zo'n veertigduizend euro per keer, is geld niet het enige doel. Ze vragen op deze manier ook aandacht voor de diverse vormen van hart- en vaatziekten. Pieter: 'Neem PLN, die ziekte krijg je door het noodlot, niet doordat je ongezond leeft. Het is een hardnekkig vooroordeel dat hartpatiënten hun ziekte aan zichzelf te wijten hebben. Door uitgebreid aandacht te vragen voor een ziekte als PLN werpen we een ander licht op hart- en vaatziekten.'



Huwelijksaanzoek

Onderweg is het een groot feest. De cardiologen spreken van tevoren af waar ze stops maken voor koffie of lunch. Pieter: 'Vorig jaar, op weg naar Barcelona, belandden we de eerste dag in de Ardennen al in een ongelooflijke regenbui. Nat tot op het bot. De volgauto was in het volgende dorp en constateerde dat geen restaurant of café open was. Toen hebben ze zelf een "restaurant" gebouwd in een bushokje. Bij een bakker broodjes gehaald en ergens bij particulieren koffie gehaald in een thermoskan. Dat was heel mooi.'

In juni staat er weer een uitdaging op stapel: 'Dan fietsen we met een groep van veertien fanatiekelingen in één dag van Trondheim naar Oslo. Een droomrit voor de echte liefhebber, door een schitterend landschap. Net buiten Trondheim staat een bordje: "Oslo 540 kilometer". Dan denk je: dat kan helemaal niet in een dag. Maar als je samen rijdt, lukt het gewoon. Vaak ben je na zo'n 250 kilometer al helemaal leeg en dan moet je toch door. En dan merk je na verloop van tijd dat er weer ergens nieuwe energie vandaan komt – vermoedelijk endorfinen. Dat gaat zo een paar keer tijdens de tocht.' Rond een uur of drie 's nachts komen ze dan in Oslo aan – na 20 uur fietsen.

In 2010 reden ze de tocht ook: 'Toen heb ik Yolande bij de finish ten huwelijk gevraagd. Ik had een banner op laten hangen "Wil je met me trouwen?", een grote fles champagne neergezet en de *Carmina Burana* op laten zetten. Maar ze was zo moe dat ze het niet doorhad ... Toen hebben we haar gevraagd nog een keer door de finish te rijden, haha, en toen kon ze natuurlijk alleen nog maar ja zeggen.'



© Pieter Doevendans

De negen cardiologen in 2017 bij de Sagrada Familia in Barcelona. V.l.n.r. Ingrid Bank, Geert Leenders, Yolande Appelman, Nienke Wind, Wouter van Everdingen, Annemieke Wind, Bas van Klarenbosch, Einar Hart en Pieter Doevendans. Op de inzetjes ziet u de cardiologen in actie in Noord-Frankrijk.

Cardioloog in opleiding Einar Hart fietste in 2017 voor het eerst mee naar Barcelona. 'Het was geweldig. De eerste dag 180 kilometer in de stromende regen gereden, maar daarna alleen maar zon. Naarmate je zuidelijker komt, wordt het weer steeds beter en rij je uiteindelijk na een dag of acht langs de Spaanse kust. Heerlijk! En het is mooi om voor het goede doel te rijden. We kregen veel bekijks via onze Facebookpagina en zelfs van de televisie, wat veel positieve reacties opleverde. Dat motiveert zeker!'

München

In augustus fietsen de cardiologen weer naar het Europese Cardiologie Congres – dit keer in München. Pieter: 'Met het oog daarop trainen we nu elk weekend. Als er nog cardiologen zijn die mee willen fietsen: er zijn nog een stuk of acht plaatsen in de groep voor goed getrainde liefhebbers. Vier dagen fietsen, 800 kilometer, gemiddeld zo'n 28 kilometer per uur, geen al te steile beklimmingen. Dat is prima te doen. Zeker met die jonge gasten die meedoen, die rijden de hele dag op kop. Heerlijk!' ●

Voor meer informatie en sponsoring kijk op www.facebook.com/CardiologieUMCU en www.monstertocht.nl.