

*‘Ik hoef niets, maar ik mag
nog van alles’*



Naam: Nicoline de Ruiter-den Boer

Geboortjaar: (februari) 1952

Geboorteplaats: Haarlem



Wie ben je, wat doe je?

‘Ik ben Nicoline de Ruiter en ik werk al ruim vijftig jaar als doktersassistente in de regio rond Putten en Harderwijk. Ja, ook nu nog, met mijn 71 jaar. Dat was ook de aanleiding voor dit interview; ze vonden dat nogal bijzonder, hahaha.’

‘Ik woon al bijna veertig jaar in Putten, ben in juli vijftig jaar getrouwd met Wim en we hebben één dochter. Zelf ben ik geboren in Haarlem. In 1956 kwam ik met mijn ouders – ik was vier jaar oud – naar Vierhouten in de gemeente Nunspeet. Mijn ouders zaten op de binnenvaart - mijn vader komt uit Rotterdam, mijn moeder uit Haarlem. Hij zat zelf in een internaat en dat wilde hij zijn kinderen niet aandoen. Dus toen mijn zus naar school moest – zij is twee jaar ouder – verhuisden we naar Overschie, waar mijn vader op de werf ging werken.’

‘Uiteindelijk besloten ze een eigen bedrijf te beginnen op de Veluwe, met legkippen en mestkuikens. Pa was een aanpakker. Hoewel ik het op latere leeftijd niet altijd eens was met zijn keuzes, heb ik er wel bewondering voor dat hij altijd heeft doorgepakt. Zo kwamen we dus ook in Vierhouten; in een bijzonder christelijke en natuurrijke omgeving. Heel anders dan de regio Rotterdam, maar daar wisten ze wel weer een leven op te bouwen.’

Naar de ULO

‘Ik heb een oudere zus en twee jongere zusjes en een broertje na mij. Een gezin met vijf kinderen. Ik heb de huishoudschool gedaan.

Of eigenlijk... ik zat op de ULO in Apeldoorn, maar het kostte veel tijd om elke dag met de bus te reizen – het lijkt zo dichtbij, maar dat was een vreselijke verbinding. Mijn vader en moeder waren allebei niet zo gezond en ze hadden thuishulp nodig. Dus ik werd van de ULO gehaald en moest maar naar de huishoudschool. Dat vind ik nog altijd jammer. Mijn vader was wel wat conservatief; hij vond dat meisjes moesten trouwen en niet buitenshuis hoefden te werken. Nee, daar was geen praten aan...’

‘Ik kon op school prima meekomen en heb daarna de INAS gedaan. Dat was de vooropleiding voor verpleegkundigen. Je ging dan ergens intern. Dus ik solliciteerde voor die opleiding bij het Piusziekenhuis in de binnenstad van Harderwijk. Maar helaas; ik was net 17 en nog zes maanden te jong. Ik dacht: *ik wil doorleren, maar geen idee wat.* Dus toen ben ik in studiegidsen gaan bladeren en eenmaal bij de D van doktersassistente dacht ik: *dan doen we dat.*’

Instrumentarium leren

‘Het werd een opleiding via de Leidse Onderwijsinstellingen, LOI. Daar heb ik theorie en praktijk gedaan. Ik moest vijftien zaterdagen naar Leiden en leerde over het laboratorium en al het instrumentarium. In de tussentijd ben ik in een winkel gaan werken; ’s ochtends achter de kassa, ’s middags studeren. Bij kennissen kon ik een kamertje krijgen om rustig te leren, want thuis was daar geen plek voor. Het was min of meer tegen de zin in van mijn vader, maar ik wilde gewoon verder komen in het leven.’

Ik ga zélf over de belangrijke keuzes in mijn leven.

‘Ik heb dat diploma gehaald door dingen uit te stippelen en te regelen. Dat gaf mij ook zelfvertrouwen. Zo van: *ik ga zélf over de belangrijke keuzes in mijn leven*. Terugkijkend heb ik eigenlijk altijd gewerkt; alleen tijdens mijn zwangerschap heb ik drie maanden thuisgezeten. Ik vind werken leuk en ik ben blij dat ik nog altijd de gezondheid heb om door te gaan.’

‘Mijn moeder was 49 jaar toen ze overleed. Dat is een heftige tijd geweest, voor ons allemaal. Mijn vader alleen, met het gezin en het bedrijf. Na het overlijden van mijn moeder kreeg hij een relatie met een vriendin van haar, uit Australië. Uiteindelijk trouwden zij en hij heeft daar nog 35 jaar gewoond. Op hoge leeftijd is hij teruggekeerd naar Nederland en uiteindelijk overleden toen hij 93 was. Wat ik al zei; zijn gezondheid was nooit geweldig, maar hij hield van aanpakken. Toen hij tachtig was, ging hij nog een computercursus volgen. Dat zegt wel iets, lijkt mij.’

Alles op loopafstand

‘Tot aan mijn trouwen in 1973 heb ik in Vierhouten gewoond. Daarna zijn we naar Harderwijk verhuisd, waar we tien jaar bleven. Om vervolgens op een kavel in Putten een eigen huis te bouwen. Daar hebben we tot voor kort gewoond. In coronatijd is mijn man heel ziek geweest. De tuin werd te groot voor onderhoud; we zijn recent verhuisd naar een appartement in het centrum van Putten. Alles op loopafstand. Dat is heel prettig.’

‘Wat betreft mijn loopbaan; ik begon als assistent in Harderwijk bij een praktijk die werd overgenomen door dokter Borkent. Ik zat letterlijk in de bijkeuken, met de wasmachine als mijn bureau. Dat is in 1971 geweest – het jaar dat ik mijn diploma kreeg. Ik was daar na een tijdje wel uitgekeken en

ben toen verder gegaan als narcose assistent in het Piusziekenhuis. Daar mocht ik gazen vouwen en handschoenen poederen, maar tijdens operaties had ik weinig te doen. Dat was niets voor mij. Via Borkent hoorde ik dat een praktijk in Putten een assistente zocht; bij Nauta/Meijer. Zo ben ik daar begonnen en daar heb ik 21 jaar gewerkt.’

Voet bij stuk gehouden

‘We woonden in Harderwijk, maar omdat ik economisch gebonden was konden we in 1983 een kavel kopen in Putten. En dan te bedenken dat ik eigenlijk nooit had mogen trouwen met Wim, vond mijn vader. Wim was automonteur en mijn vader wilde dat ik de verkering uitmaakte. Want ik leerde voor assistente dus ik kon beter met een dokter gaan trouwen, vond hij. Een vriend zei tegen mij: *Nicoline, je moet gewoon je eigen zin doen*. Dus ik heb voet bij stuk gehouden, ook al waren er best verschillen. Van huis uit waren wij katholiek en mijn man hervormd (*lachend*). Maar als je écht van elkaar houdt, dan overleef je dat wel hoor...’.

‘Ik heb in die jaren daarna ook bij de huisartsenpost gewerkt; eerst in het Gooi, later in Harderwijk. Tussendoor ook nog bij de Rabobank, op de receptie. Ik was 39 toen onze dochter werd geboren. Je had toen nog geen echte opvang rondom school, dus toen heb ik wat minder uren gewerkt. Maar daarna ging ik volop door. Uiteindelijk ben ik bij Da Costa terecht gekomen, het nieuwe gezondheidscentrum in Putten. Daar heb ik de laatste jaren gewerkt als assistente. En nu dus regelmatig als oproepkracht.’

‘Ik heb in de loop der jaren allerlei trainingen en bijscholing gevolgd; zo ben ik uiteindelijk ook diabeteszorg en COPD-zorg gaan oppakken voor de praktijk. De laatste jaren heb ik geen certificaten gehaald, daardoor mag ik een heel aantal handelingen niet verrichten. Maar heel eerlijk: op mijn leeftijd heb ik ook niet meer zo’n trek om dat papiertje te halen. *Ze moeten het maar doen met mijn ruime ervaring*, zeg ik altijd.’

Topje van de ijsberg

‘Toen ik begon als doktersassistent had je nog geen spreekuur met afspraken, maar alleen inloop. Dus er kwam nog vrij veel administratie bij kijken. Mensen kwamen voor keelpijn, buikpijn; vooral fysieke problemen. Nu is dat heel anders. Van de 196 telefoontjes op een dag gaat het merendeel over psychosociale problemen. En dat is waarschijnlijk het topje van de ijsberg. Ja, waar is de tijd gebleven dat mensen alleen voor een verbandje naar de dokter kwamen?’

‘Dat ik al wat ouder ben, doet niets af aan mijn professionaliteit. Ik wil ook niet als een halve kracht worden gezien. Ook nu ik niet meer alle handelingen doe, draai ik nog wel volwaardig mee. Als ik merk dat dat anders wordt, dan stop ik er direct mee.’

‘55 jaar geleden liep ik stage bij dokter Lucardi aan de Laan in Nunspeet. Hij deed veel bevellingen en als er dan overdag bij iemand iets begon te rommelen, dan bleef ik in de praktijk slapen, in een logeerkamer. Zodat we samen op pad konden. Dat is een mensenleven geleden. Het grappige is; er werkt in Putten nu een assistente die heeft ooit stage bij mij gelopen. Zelf is ze nu 65. Dus kan je nagaan; zó lang ga ik al mee. Hahaha.’

Wat vind je fijn aan je werk?

‘Soms denk ik tijdens het werk: *wat moeten ze nou met mij, zo’n oude tante?* Maar ik merk gewoon dat het gewaardeerd wordt als ik er ben. Zolang ik dat voel, blijft het ook leuk voor mij. Ik hoef niet meer, maar ik mag ermee door. Dat is een hele fijne positie. Soms vragen die meiden: *Nicolien, hoe zou jij dit oplossen?* Dat vind ik mooi; dat ze gebruik maken van je ervaring. Ook al weet ik echt niet alles.’ ‘Ik zit nu veertig jaar aan de balie en ik ken veel mensen bij naam of van gezicht. Als ik inval bij Da Costa merk ik dat patiënten blij zijn dat ze een oud en vertrouwd gezicht zien. Ik maak graag een praatje en probeer echt even aandacht te hebben.

Daarin wil ik iets extra’s bieden. Ik hoop ook dat ik daarvan iets uitdraag naar collega’s. Niet dat ik zo geweldig ben, maar om te laten zien hoe je in die relatie met patiënten kunt investeren. Dat maakt ook op termijn veel verschil.’

‘Als je ouder bent, kun je je wat makkelijker verplaatsen. Dan ben je minder prikkelbaar. Ik was vroeger ook niet makkelijk, maar ik word wel steeds milder. Het is belangrijk in mijn vak dat je je niet te snel aangevallen voelt. Wat er ook gebeurt; rustig blijven, geen paniek, overzicht houden en de situatie proberen in te schatten; dat is toch levenservaring, denk ik.’

‘Veel vrienden, familieleden en burens werken niet meer. Zij zitten al in een andere fase. Als ik mensen vertel over mijn werk dan zijn ze vaak verrast. Zo van: *huh, dat is bijzonder! Op jouw leeftijd?* Het heeft toch iets leuks, laten we eerlijk zijn. Ja, ik ben er ook wel een beetje trots op.’

Wat kost onnodig veel energie?

‘Ik heb meegemaakt dat huisartsenpraktijken samen gingen werken en dat het niet helemaal uit de verf kwam. De chemie klopte niet. Later werd dat opgelost, maar zoiets levert in het begin veel negatieve energie op. Wat ik al zei; nu kan ik dat veel beter loslaten. Het hoeft ook niet allemaal van mij af te hangen. Maar ik blijf alert. Als er een nieuw protocol voorbijkomt, dan vraag ik altijd even: *hoe gaan wij hiermee om?*’

‘De druk op assistentes wordt groter. Patiënten zijn soms ronduit onaardig. Ze willen direct geholpen worden, hebben een kort lontje. Aan de balie en aan de telefoon let ik goed op mijn toon. Ja, het is ook in ons vak de toon die de muziek maakt. Ik denk graag mee, dat vinden mensen fijn. En correct en duidelijk zijn; heel belangrijk. Als er is beloofd dat de arts aan het eind van de middag terugbelt en het lukt niet, dan heb je die patiënt wel even iets uit te leggen. Dan krijg je ook meer begrip voor situaties.



Wat betekent Medicamus voor je?

‘Dan denk ik vooral even aan de huisartsenpost in Harderwijk. Af en toe val ik daar in en dat vind ik fantastisch. Goed, je hebt echt niet met alle artsen een klik of veel contact, maar iedereen loopt bij elkaar binnen en maakt een praatje, er is veel overleg en oog voor elkaar; dat vind ik bijzonder prettig. Het is best gemoedelijk eigenlijk. Ik vind het fijn dat er aandacht is voor mij; ik heb nog een avond meegedaan aan een training, ook om te wennen aan het nieuwe computersysteem. Je hoeft nergens achteraan te zitten; alles wordt goed geregeld. Ik werk voor Medicamus op oproepbasis; dat is prima voor deze fase in mijn leven. Ik hoef niets, maar ik mag nog van alles.’

Hoe houd je jezelf gezond?

‘Nou ja, ik fiets de laatste tijd weer regelmatig. En ik wandel veel, ook dankzij die app van neuropsycholoog Erik Scherder; *Ommetje*. Dat is een geweldig initiatief vanuit de Hersenstichting. Mijn man en ik gaan altijd samen. Laatst hadden we een aaneengesloten reeks van 116 dagen waarop we wandelden. Steeds stukjes van een paar kilometer – je doet er zo’n 20 minuten over. Precies genoeg om er even uit te zijn. Ja, we gaan ook als het regent of als het koud is. Dus als we eigenlijk geen zin hebben... *hup, vooruit met de geit*, zeggen we dan tegen elkaar. Vaak maken we het rondje nog wat langer en dan zijn we zo zes kilometer op weg.’

‘Mijn man is heel sportief; we zijn onlangs nog naar Egypte geweest waar hij kan duiken. Hij traint nu voor de Vierdaagse van Nijmegen. Ja, best knap na zo’n intensieve periode van ziekte. Ik heb ook een keer meegedaan, maar ik wist na één dag al: *dít-nóóit-méér*. We waren toen met een groep van wel 25 mensen. Allemaal vrienden en bekenden. Iemand haakte af vanwege blaren en toen heb ik gezegd: *ik ga voortaan wel mee, maar dan doe ik de verzorging.*’

Massagetafel geregeld

‘Dus ik loop zelf niet, maar ik heb een cursus bij het Rode Kruis gevolgd en ik ben nu groepsbegeleider. Ik heb zelfs een massagetafel geregeld en een apotheek sponsort mijn materiaal. Dus als rond half 4 de eerste wandelaars binnendruppelen van onze groep, dan kan ik aan het werk. Voeten behandelen, kuiten masseren. Ik ben weleens een hele nacht doorgegaan. Haha, tja... dat verzorgende zit er toch in. Iets willen doen, van betekenis willen zijn.’

‘Ik probeer uiteraard gezond te eten, maar ik overdrijf niet. Tijdens vakanties en uitjes kan ik dat ook prima even uitzetten. Ik ben gek op pannenkoeken, bijvoorbeeld. Ach, eten is ook genieten. Maar ik let wel op hoor. Als we samen wandelen dan verbrandt mijn man zo’n 400 calorieën en ik maar 250. Dat zie je in die app. Dat vind ik weleens oneerlijk. *Huh, hoe doet-ie dat*, denk ik dan. Maar goed, kijk om je heen; veel mensen hebben overgewicht, dat is best zorgelijk. Dus daarom wandelen we veel. Dat stimuleert en dat houden we er echt wel in.’

Wat weet bijna niemand over je?

‘Dit vind ik echt een lastige vraag. Ik ben een open boek. Ik geloof niet dat er iets is wat niemand van mij weet. Of het moet zijn dat ik thuis héél graag de radio aan heb. Eigenlijk altijd, bij alles wat ik doe. Er zijn mensen die zich daaraan kunnen storen. Die zouden bij een gesprek als dit direct de radio uitzetten. Ik niet. Ik heb ook weleens mensen horen klagen

over geluidsoverlast van hun burens. Dan hoorden ze alle voetstappen op de bovenetage, of zoiets. Ik denk dan: *zet gewoon de radio iets harder. Probleem opgelost.* Meestal luister ik naar Hollandse hits. Ik hoor ook veel mensen over podcasts, maar daar moet ik mij eerst nog een beetje in verdiepen. We waren laatst op vakantie en op het strand zei een vriendin: *o sorry, even wachten, want ik ga nu eerst naar Sven luisteren.* Ik zeg: *Sven?* Maar ze bedoelde die radiopodcast *Sven op 1* van Sven Kockelmann. Die sloeg ze nooit over.'

Laat zien, welke voorwerp heb je meegenomen?

'Nou, er staan hier in de woonkamer drie bronzen beeldjes. Die heb ik gekregen van vrienden uit Rotterdam. Mensen die we tijdens een zomervakantie leerden kennen en waar we contact mee zijn blijven houden. Eén beeldje kan ik wel even laten zien, dat is *de mantel der liefde*. Die vriendin werkte in een kunstgalerie en vond het beeldje heel erg bij mij passen, dus ik kreeg het cadeau.'

'Wij waren nog in de twintig en dat stel was vijftien jaar ouder dan wij, maar we hadden hele leuke gesprekken. Ik voelde mij eerlijk gezegd wel wat opgelaten door die dure presentjes. Zelf hadden we het in die jaren niet heel breed en ik dacht: *oei, verwachten ze nu ook iets duurs van ons terug?* Ik heb dat toen maar gewoon tegen ze gezegd en dat begrepen ze heel goed. Het staat nu op een plankje in onze woonkamer en ik mag er graag naar kijken. Ja, als symbool van liefde en vriendschap. Een mooi gebaar, toch?'

