



*Daar gáán we weer,
weer iets nieuws!*

Volledige naam: **Loes Croles-Zantkuijl**

Geboortejaar: 1984

Geboorteplaats: Tilburg

1. Wie ben je, wat doe je?

'Ik ben Loes en ik werk als waarnemer bij huisartsenpraktijk De Boomhoek in Putten. Sinds kort ben ik ook coördinator van de Waarnemersgroep in deze regio – de Wagro. Ik ben getrouwd en moeder van drie kinderen; twee jongens van tien en negen jaar en een dochter van zeven. Drie jaar geleden is ons gezin vanuit de regio Rotterdam naar de Veluwe verhuisd. We wonen nu heerlijk in het bosrijke Ermelo en zijn inmiddels helemaal gesetteld.'

'De Veluwe vind ik een fijne regio. Ik heb ook als huisarts veel goede gesprekken en mensen helpen hier elkaar nog echt. Dat sociale netwerk is heel stevig. Je ziet bijvoorbeeld veel kinderen die mantelzorg verlenen of burens die gewoon nog even boodschappen doen voor elkaar. Toen wij hier net woonden, verbaasde ik mij daar zelfs een beetje over. Wauw, het bestaat nog! Ook als je bedenkt wat er allemaal wordt georganiseerd in Ermelo, dat is bovengemiddeld hoor. Die sociale samenhang vind ik misschien nog wel het meest opvallende aan de Veluwe.'

'Ik ben opgegroeid in Tilburg en heb in Nijmegen Geneeskunde gestudeerd. Ik weet nog dat ik in Utrecht een open dag bezocht en daar mocht je prikken op oefenpoppen. Ik wist meteen: Dit is iets voor mij. Ja, ik ben een doener. Uiteindelijk koos ik wel voor de opleiding in Nijmegen, want dat vond ik een leuke studentenstad in een groene omgeving. Ik heb bijna mijn hele studietijd in hetzelfde anti-kraakpand gewoond, want de sloop werd steeds uitgesteld. Het was een geweldige tijd met drie andere studenten die mijn beste vriendinnen zijn geworden.'

'Overigens wilde ik Geneeskunde studeren om uiteindelijk neurochirurg te worden. Maar na één co-schap was ik volledig genezen van dat idee. Nee, het was niet zozeer het snijden. Dat vond ik juist mooi. Maar je maakt dan zulke lange werkdagen. Echt van 7 tot 19. En het is heel specialistisch werk. De meeste uren sta je in de OK en heb je niet zoveel contact met mensen. Minder dan ik dacht. Ik heb nog een half jaar chirurgie gedaan, maar daar liep ik tegen hetzelfde aan. Vervolgens deed ik interne geneeskunde, maar ook dat vond ik niet breed genoeg. Zo kwam ik via een omweg bij huisartsgeneeskunde uit en daar viel alles samen. Opeens klopte het helemaal.'

'Ik ben trouwens wel een dokter gebleven die ook het technische aspect heel interessant vind. Ik doe graag medisch-technische ingreepjes. En recent heb ik de kaderopleiding Bewegingsapparaat afgerond. Dan word je nog weer handiger in onderzoek en behandeling van knieën, schouders, polsen en andere gewrichten. Ik vind het ook mooi om injecties te mogen zetten. Bijvoorbeeld ontstekingsremmers voor gewrichten. Ik heb bovendien nog drie jaar lesgegeven aan de Erasmus Universiteit. Ik was daar docent Vaardigheden en gaf les aan jonge huisartsen; eveneens over het bewegingsapparaat. Dat heb ik met veel plezier gedaan, maar gezien de verhuizing naar Ermelo werd die reistijd te lang. Nu wil ik mij onder meer ontwikkelen als kaderarts.'

2. Wat vind je fijn aan je werk?

'Ik kom ook bij mensen thuis en zie dan hoe het gezin in elkaar zit. Op een gegeven moment snap je beter hoe het allemaal met elkaar samenhangt. Als één iemand uit balans raakt, zie je de gevolgen voor de omgeving. Ja, het systeem, de familie. Dat vind ik bijzonder boeiend. Als huisarts zie je ze allemaal; van baby tot hoogbejaarde. Dat maakt ons vak heel breed en juist dat geeft mij veel voldoening. Liever dit, dan slechts een klein stukje.'

'Praktijkhouders zijn veel bezig met de organisatie. Denk aan personeelsbeleid en langetermijnvisie. Een waarnemer kijkt meer naar de dagpraktijk en pakt daar een deel van op. Je bent vooral met patiëntenzorg bezig. Er is wel onderscheid te maken tussen waarnemers. Er is een groep, waar ik ook toe behoor, die kiest voor vaste waarneming. Dan heb je meer continuïteit van zorg, op één plek. De andere groep kiest juist voor afwisseling; het invullen van zwangerschapsverloven en ziektedagen, bijvoorbeeld. Het is maar net hoeveel vrijheid je wilt. Vanwege de krapte op de arbeidsmarkt kan je daar – meer dan ooit - zelf een keuze in maken.'

‘Veel jonge artsen beginnen als waarnemer en stromen later door naar een eigen praktijk. Dat geldt ook voor mij. Ik ben voornemens om op een gegeven moment in Putten bij de praktijk in te stappen. De voornaamste reden is continuïteit van zorg; als je op één plek kunt werken, leer je mensen beter kennen en ga je families volgen. Voor mij is dat belangrijk; je krijgt meer diepgang in je werk als je kunt investeren in een relatie met patiënten.’

3. Wat vraagt onnodig veel energie?

‘Het is niet voor niets dat we onlangs nog hebben gede-monstreerd. Met name de formulierenlast is groot. Dan is er vanuit de zorgverzekeraar weer iets bedacht rondom incontinentiemateriaal of verbandmateriaal; een extra formulier of een andere apotheek waar je moet aankloppen. Het geeft onnodige vertraging voor patiënten. As het 1 januari is geweest, dan komen de eerste ingewikkelde formulieren alweer voorbij. Dan denk ik: Daar gáán we weer, weer iets nieuws!’

‘Daarnaast spelen de problemen in de keten; je kunt zorg steeds moeilijker kwijt. In onze regio geldt dat met name voor ggz en Jeugdzorg. In andere delen van het land zie je ook nog strubbelingen rondom ziekenhuizen, maar dat is hier niet. Gelukkig niet. Als de keten verstopt raakt, dan merken de huisartsen dat als eerste. Dat was ook de directe aanleiding voor die demonstraties: we merken dat we steeds moeilijker voor onze patiënten kunnen zorgen.’

‘Als ik minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport zou zijn, dan zou ik direct extra geld investeren in ggz en de Jeugdzorg. Zodat we niet langer hoeven vasthouden aan het DSM-boekje – met alle hokjes en etiketjes. Dat je gewoon weer aan een patiënt kunt vragen: Wat heb jij nou nodig om de boel weer op de rit te krijgen? Als iemand nu psychische klachten heeft, dan is de nood vaak hoog. Met veel schaamte leggen ze hun probleem bij je op tafel en vervolgens moet je ze uitleggen dat ze pas over een half jaar of driekwart jaar aan de beurt zijn. Zoiets gaat mij echt aan het hart. Ja, dan voel ik de onmacht.’

4. Wat betekent Medicamus voor je?

‘Na mijn studie in Nijmegen heb ik eerst in Groningen en daarna in de regio Rotterdam gewerkt. Ik weet dus ook hoe het elders is geregeld en geloof mij; de Veluwe heeft het goed voor elkaar. Dat is mede dankzij Medicamus. Neem de spoedpost. Mensen kennen elkaar, er zijn korte lijntjes, je loopt snel even bij elkaar binnen. Dat heb je op andere plekken veel minder. Als je in grote verbanden werkt, dan is het allemaal wat formeler. Er is hier nog echt aandacht voor elkaar en zo vanzelfsprekendheid is dat dus niet.’

‘In Nederland hebben we last van schaalvergroting. We moeten steeds verder rijden voor een goede behandeling. Ik vind dat afschuwelijk. Je zou zelfs op de fiets naar de spoedeisende hulp en de huisartsenpost moeten kunnen. Vind ik dan hè. Gewoon dichtbij huis. In Rotterdam heb ik vaak meegemaakt dat mensen niet naar de dokter gingen omdat ze krap bij kas zaten en geen geld hadden voor vervoer. Op de Veluwe kunnen we terugvallen op burens en familie, maar dat is lang niet meer overal. Helaas.’

‘Als coördinator van de Wagro heb ik nu meer contact met Medicamus. Ik ben in de regio het aanspreekpunt voor vragen en klachten. Als er iets speelt rondom waarnemers, dan kan iedereen mij bellen of mailen. Ik ben nog maar net begonnen, dus mijn bekendheid moet nog wat groeien. Maar ik wil die drempel zo laag mogelijk houden. Ook voor ogenschijnlijk kleine dingen ben ik bereikbaar.’

‘In mijn rol als coördinator voorzie ik de Landelijke Huisartsenvereniging – de LHV - van feedback uit ons werkgebied. Voor Medicamus is het ook belangrijk om te horen waar waarnemers tegenaan lopen. Regelmatig leg ik zaken voor aan de directeur van de huisartsenpost. Er zijn bijvoorbeeld gesprekken over de dienstenstructuur bij de spoedpost. Dan is het extra belangrijk dat waarnemers meedenken, want zij verzorgen de meeste diensten. Waarnemers kunnen sinds enige tijd ook lid worden van de huisartsencoöperatie. Als bijzonder lid hebben zij geen stemrecht binnen Medicamus, maar kunnen ze wel meepraten. Dat geeft nog meer onderlinge verbondenheid, merk ik.’

Je zou zelfs op de fiets naar de spoedeisende hulp en de huisartsenpost moeten kunnen. Vind ik dan hè. Gewoon dichtbij huis.

5. Hoe houd je jezelf gezond?

'Ha, tja, ik presenteer je nu een schaalje met chocola bij de koffie, maar dat zegt niets over onze eetgewoonte. We eten juist graag gezond – met veel fruit en groenten. Waar ik trouwens echt veel energie in stop is voldoende beweging. Ik zwem veel. Zowel in Ermelo als in Putten, waar ik momenteel een cursus borstcrawl volg. Mijn kinderen kregen dat tijdens zwemles en ik dacht: Dat wil ik ook kunnen! Je kan daar eindelijk mee bezig zijn; je slag verfijnen en lekker op puzzelen. Daarnaast fiets ik graag in de bossen en daarvoor moet je natuurlijk in Ermelo zijn – dat is op en top genieten.'

'Ik let bovendien goed op de balans tussen werk en privé, zodat er voldoende tijd is voor thuis en de kinderen. Dat is ook de reden waarom ik waarnemer bleef. Tot nog toe paste die vrijheid beter bij mijn situatie. Maar goed, nu de kinderen groter worden, verandert dat. Ik ben 38 en ik merk dat ik in een andere fase terecht kom. Dat geeft dus meer ruimte.'

6. Wat weet bijna niemand over jou?

'Sinds ik in Ermelo woon, doe ik een dappere poging om groene vingers te krijgen. Dat lukt nog niet helemaal, maar ik vind het wel heel leuk. Je moet nu niet te veel naar mijn moestuin kijken, want dat kan dus beter. Het is zandgrond en ik wilde niet bemesten, maar dat werkt dus niet. Die aardbeien gaan trouwens goed, die houden wel van arme grond. Maar de worteltjes hebben er niet zo'n zin in. We willen een lekkere biodiverse tuin, met veel bijen en vlinders. Daarom geef ik alleen compost als voeding.'

'Meer zelfvoorzienend leven lijkt mij best leuk, maar ik heb niet de illusie dat dat lukt met een drukke baan en kinderen. Dan moet je fulltime thuis zijn. Een beetje erbij is prima; ook om de kinderen iets te leren. Kijk, hier komt het eten vandaan, zo gaat het, zo kan het... Maar ik ben iemand met duizend plannen. Dan moet je niet zelfvoorzienend willen zijn. Dan verpietert er ook weleens wat, omdat je hebt bedacht dat je liever even gaat fietsen of zwemmen...'

7. Laat zien, wat heb je meegenomen?

'Het is mijn dokterstas en dat vind ik zo'n mooi principe. Ik heb niet een heel ziekenhuis met apparatuur nodig om mijn werk te doen. Met deze tas vol attributen, je handen en je hoofd kom je een heel eind. Als het lukt, ga ik op de fiets. Dus ik heb ook een rekje achterop laten zetten. Die combinatie geeft mij gewoon een heel prettig gevoel.'

'Ik heb weleens gedacht: Waarom wilde ik zo graag arts worden? Uiteindelijk komt het er voor mij op neer dat ik mensen heel fascinerend vind. Hoe ze in elkaar zitten, hoe ze zich gedragen – ook ten opzichte van elkaar. Daar blijf ik mij over verbazen. Maar ook de werking van ons lichaam. Je kan er zes jaar op studeren, maar nog altijd begrijp je maar een beetje hoe het werkt. Het zit machtig mooi in elkaar en gelukkig wordt er nog steeds veel ontdekt.'

'En wat ik al zei: ik ben een doener. Daarom past die combinatie met het bewegingsapparaat ook zo bij mij. Ik denk dat ik goed kan luisteren en mijn vak versta, maar dat ik het ook prettig vind om mijn handen te gebruiken. Bezig zijn en niet alleen in dat hoofd zitten. Wat ik daarnaast nog wil ontwikkelen is die stap richting praktijkhouder zijn. Wat vraagt dat van mij? Hoe ga ik om met die verantwoordelijkheid? Hoe houd ik alle teamspelers goed in beeld? Het is ook prettig dat ik nu in Putten al een beetje de kunst kan afkijken. Als waarnemer heb je een andere rol en dat geeft mij net die tijd om te groeien.'

