

ONTWRICHTING VAN HET 50E LEVENJAAR

De gastredactie van dit themanummer vroeg aiossen en mensen die betrokken zijn bij de huisartsopleidingen een column te schrijven over de ontwrichting van het 50e levensjaar van de huisartsopleiding. De gastredactie selecteerde uit de inzendingen 6 columns.

De coronagroep

Hieke Barends, aios Amsterdam UMC, locatie VUmc



‘O, dus jullie zijn die coronagroep?’ zei laatst een collega die net een half jaar eerder dan wij met de opleiding was gestart. Onze opleidingsgroep trapte inderdaad af in maart 2020. Waar we tijdens de introductiedagen begin maart het ‘Wuhanvirus’ nog weg-

lachten en voor een griepje versleten, werden we rap ingehaald door de realiteit. Aan het einde van de tweede opleidingsweek maakten de spreekuren gericht op ‘kleine kwalen’ plaats voor spoedconsulten en lege wachtkamers, en leerden we samen met onze opleiders over brievenbusconsulten, persoonlijke beschermingsmiddelen en het COVID-19-virus. Een pandemie was zelfs voor de meest ervaren collega’s onontgonnen terrein. Dit deed een beroep op de creativiteit en het improvisatievermogen, maar schiep ook verbroedering en teamgevoel. Zo had ik als aios al snel de taak wekelijks een beknopt nieuwsoverzicht te maken van de belangrijkste wetenschappelijke ontwikkelingen. Ik dook in de brij aan informatie, zocht alles uit over de PBM die we zo snel mogelijk moesten inkopen en struinde de Dappermarkt af op zoek naar doktersjassen (ze hadden daar nog een voorraad van wijlen het Slotervaartziekenhuis liggen). Er waren weinig consulten over doorsnee ‘kleine kwalen’, hoestklachten en keelpijn. Er waren wel veel consulten over handeczeem na veelvuldig gebruik van handalcohol, nachtelijke paniekaanvallen en KANS bij slechte thuiswerkplekken.

Grote voordelen van starten in coronatijd? Dat je snel onderdeel van het team wordt, veel leert over triage en digitale consultvoering en bovenal dat je leert anticiperen op plots veranderende omstandigheden. En onze coronagroep? Die is behoorlijk hecht en gezellig. We hebben laatst onze eerste ‘distance disco’ gehad. Ik kijk nu al uit naar de groepsreünie over 5 jaar, waarin we hopelijk zonder mondkapje of 1,5 meter afstand nog eens zullen terugblikken op deze bijzondere start van de opleiding. ■

Pipi Langkous houd ik in gedachte

Wouter Dijkshoorn, docent en opleider Amsterdam UMC, locatie AMC

‘We blijven tot minimaal 1 maart 2021 alleen online onderwijs verzorgen.’ Zo luidde de boodschap half november op de huisartsopleiding Amsterdam UMC locatie AMC. Ik voelde vooral opluchting en ik was ook een beetje blij. Het gaf me duidelijkheid als schrijver van het curriculum voor opleiders en bovendien kon ik me verder ontwikkelen in het verzorgen van online onderwijs. Ik genoot er eigenlijk wel van! Mijn directe collega noemt me graag Pipi Langkous: ‘Ik heb het nog nooit gedaan, dus ik denk dat ik het wel kan.’ Online onderwijs daagt me uit om een kletspraatje te stimuleren bij binnenkomst en tussendoor bij de virtuele koffieautomaat. Tegelijkertijd is het een uitdaging om tot inhoudelijke verdieping te komen door soepel te schakelen tussen online systemen. Ik zie het dan ook als een speeltuin voor volwassenen: elk onderwijsmoment neem ik me voor weer iets nieuws te proberen. Dat kan een tip zijn tijdens ons ‘Broodje onderwijs’, iets wat ik lees op internet of wat ik zelf bedenk tijdens een hardlooperdje voorafgaand aan het onderwijs. Fris eraan beginnen is voor mij een must: een rondje hardlopen om de Sloterplas in Amsterdam-West levert mij frisse lucht, enthousiasme en vaak nieuwe ideeën op. Moeten we deze nieuw aangeleerde vaardigheid behouden en verder ontwikkelen? Absoluut! Ondanks vermoeiende, lange dagen op Zoom heeft het mij efficiënte en leuke (onderwijs-)momenten opgeleverd. Een intervisie van 1,5 uur voor de opleider uit de kop van Noord-Holland, een toetsduur van 45 minuten met de aios en de vergadering persoonlijk starten vanuit de huiskamer zijn zeker momenten waarbij een ‘online meetup’ de voorkeur kan hebben. En wil ik weer 3 keer per week naar het AMC fietsen? Ook daar kijk ik erg naar uit! ■



Gewoon weer eens samen

Valerie Fijen, aios, Universiteit van Maastricht



Bedrukt kijk ik naar het beeldscherm. Buiten waait en regent het. Voor het gemak heb ik mijn pyjamabroek maar aan gelaten, geen haan die ernaar kraait. Op het scherm staren 12 gezichten terug. Hoezeer verlangen wij allemaal naar die ongedwongen momentjes bij het koffieapparaat. Daar komen de echte verhalen naar boven op de terugkomdagen. Daar kun je echt je hart luchten. Eens tieren over je opleider of over die eeuwigdurende dienst van afgelopen weekend.

Kon je maar weer – zonder er al te veel over te hoeven nadenken – die sombere patiënt een schouderklopje geven, de kersverse ouders feliciteren of je 99-jarige topfitte bejaarde een hand geven voor zijn verjaardag.

Reflecteren voor een beeldscherm, huidvlekjes per e-mail beoordelen of patiënten geruststellen over de telefoon: dat is toch niet wat ik had verwacht van de huisartsopleiding. Aan de andere kant, wie wil er nu niet een steentje bijdragen *wenn es passiert?* Midden in de actie zijn? Deel uitmaken van een groter team dat zoveel mogelijk patiënten helpt en ondersteunt?

Triage, acute opvang, infectiepreventie, praktijkmanagement: het komt allemaal in sneltreinvaart voorbij. Af en toe een zoomsessie, of die verschrikkelijke persoonlijke beschermingsmiddelen, die horen er dan maar bij. Maar gewoon weer eens samen, wat zou dat fijn zijn. Oogcontact. Schouder aan schouder. Laten we dat weer omarmen. ■

Digitaal onderwijs

Mariël Jacobs, docent huisartsopleiding Amsterdam UMC, locatie VUmc

‘Is Alex er nog niet?’ ‘Zijn beeld staat er wel...’

‘Waar komt dat fluitende geluid vandaan? Wie heeft zijn microfoon aanstaan?’

‘Wie heeft er nog iets in te brengen voor reflectie? Anna, ik zie jou wat sipjes kijken?’ ‘Nee, dat komt omdat mijn man zegt dat hij in deze kamer wil werken.’

‘Volgens mij is de verbinding slecht bij Koen. Hij staat nu al minutenlang stil.’

‘Hee, waar is Marjolein nu ineens gebleven? Net was ze er nog...’

Wie zou deze uitspraken hebben begrepen vóór het coronatijdperk? Ze hadden je voor gek verklaard.

De introductie van digitaal onderwijs is sneller gegaan dan we ooit voor mogelijk

hielden. De pandemie dwong de huisartsopleidingen om vanuit

huis onderwijs te verzorgen. Ook vergaderingen en zelfs teamuitjes bleken ineens online te kunnen. Nieuwe mogelijkheden, nieuwe vaardigheden, nieuwe frustraties, nieuwe problemen.

Er is ook veel gemis: we missen het ‘echte’ contact met de aios, met de collega’s. Hoe weet je hoe het echt met iemand gaat als je alleen een videobeeld ziet op je scherm? Ineens moet al onze communicatie verbaal. We realiseren ons als nooit tevoren hoeveel informatie je non-verbaal uitzendt en ontvangt. Lichaamstaal, gebaren, wat iemand uitstraalt: dat alles moeten we nu missen en ernaar gissen. Zo’n bijzonder 50e levensjaar van de huisartsopleidingen in Nederland had niemand kunnen bedenken. En toch redden we ons en houden we de opleidingen overeind. Terugkomdagen, expertonderwijs, vergaderingen, supervisie, alles gaat door op de nieuwe manier. We zullen vast de voordelen van de digitale werkwijze blijven benutten, ook na de pandemie. Maar wat snakken we allemaal naar weer eens een ‘gewone’ terugkomdag met tafels, stoelen, 1 scherm voor de hele groep en elkaar rechtstreeks in de ogen kijken. Ik kan er echt van dromen! ■



Geen verloren jaar

Matthijs Limpens, hoofd Huisartsopleiding Maastricht



Een cyberaanval op de universiteit van Maastricht. Dat was mijn start als hoofd van de Huisartsopleiding in januari 2020. In februari leek alles weer normaal. In maart kwam corona: 2020 was een jaar dat heel anders verliep dan ik had gedacht.

Vervelend? Ja. Maar het was niet alleen maar kommer en kwel. Veel is niet gelukt, veel ook wel. Zoals snel overgaan op online onderwijs. De docenten faciliteren. Veel bellen, zoomen, mailen, overleggen. Niet alleen met de planners, opleiders en mensen op de stageplaatsen, maar ook met de hoofden van alle huisartsopleidingen.

Huisartsen opleiden kan niet alleen maar online plaatsvinden. Het leren van consult-, communicatie- en medische vaardigheden moet fysiek gebeuren. Het zijn de kernactiviteiten van een huisarts. Zodra het mocht, zijn we dat dus direct weer gaan doen. Met kleine groepen en in aangepaste lokalen. Ook dat is gelukt. Nu we weer dicht zijn, kijk ik uit naar het moment dat we het deelonderwijs opnieuw kunnen opstarten.

Daarnaast is het gelukt om de aiossen een volwaardige opleiding te geven, ook al heeft deze lichter andere dingen geleerd dan andere lichten. Ze hebben voluit meegedaan in de coronabestrijding, in de huisartsenpraktijken en op stageplaatsen. Waren er op een stageplaats te weinig patiënten, dan vroegen aiossen zelf om herplaatsing naar de frontlinie, de ic's en de SEH's. Wij konden dat faciliteren. Dat vind ik waardevol.

Het is zonde om straks, na deze coronacrisis, gewoon weer over te gaan tot de orde van de dag. Dus verzamelen we leerpunten bij onderwijsontwikkelaars en docenten. Wat is waardevol? Wat moeten we niet verliezen? Deels kan het onderwijs prima online plaatsvinden, net als blended learning. Informatieoverdracht gaat goed via Zoom. Maar Zoom leent zich minder goed voor creativiteit, nadenken, filosoferen en discussiëren. Die scheiding gaan we straks maken. Een zakelijk overleg doe je thuis, een heidag of brainstormsessie fysiek met anderen op locatie.

Het was een bijzonder, maar zeker geen verloren jaar. Niet voor mij en niet voor de aiossen. ■

Subluxatie

Norbert Schilder, opleider en oud-voorzitter van de LHOV



Best een mooi woord eigenlijk, ontwrichting...

De huisartsopleiding is 50 jaar, maar zelf ben ik een paar jaar ouder. Nadat ik in januari 2020 afscheid had genomen als voorzitter van de LHOV verheugde ik me

op een jaartje niet besturen.

Lekker bezig met coachen van

mijn voetballende dochter en met muziek maken.

Ik was even vergeten dat ik nog een kleine functie had binnen onze huisartsencoöperatie. Dat was altijd maar 1 keer per jaar oefenen en daarna lekker borrelen. Voorzitter van het crisisteam: wat kan er misgaan?

Corona luxeerde de praktijk, de opleiding, de huisartsgeneeskunde. Het patiëntenaanbod decimeerde, er kwam meer tijd voor gesprekken met elkaar over de onzekere tijden. Palliatieve zorg in persoonlijke beschermingsmiddelen. Patiënten die denken dat de dokters heel druk zijn met corona, terwijl dat in onze regio wel meeviel. Toch was er veel te leren voor de aios: hoe gaat een praktijk om met veranderingen, met stress, met bange medewerkers?

De opleidersdagen via Teams of Zoom: ik heb de opleiders van de septembergroep nog niet live gezien. Maar zoomen mag van mij blijven. Niet voor alle contactmomenten, maar het scheelt veel (reis)tijd. Dat is dus een ontwrichting met goede gevolgen. We hebben als beroepsgroep 10 digitale jaren ingehaald. We liepen ver achter en nu nog maar een beetje.

Dus ontwrichting? Dat heeft een te negatieve connotatie voor wat er allemaal is gebeurd. Het was meer een subluxatie waarbij het gewricht in de kom is gebleven, met veel inspanning en creativiteit van iedereen. ■