



Evelyn Brakema is aios en onderzoeker Duurzame Zorg aan het LUMC in Leiden. Ze is cum laude gepromoveerd op het onderwerp longgezondheid en *global health*. Ze leidt vanuit het LUMC een innovatieproject om op landelijk niveau duurzaamheid in de huisartsenpraktijk te stimuleren. Daarnaast is ze oprichter en voorzitter van de Groene Zorg Alliantie.

Dit interview is de eerste in een reeks interviews over duurzame zorg. Het interview met Evelyn Brakema is ook te beluisteren als H&W-podcast.



De huisarts heeft een belangrijke rol in de klimaatcrisis

Frank van Wijck, Linn Dobrowolski, Susanne Claessen

Huisarts in opleiding Evelyn Brakema maakt zich zorgen over de klimaatcrisis en de effecten hiervan op de gezondheid. Maar in plaats van bij de pakken neer te zitten, stimuleert ze als medeoprichter en voorzitter van De Groene Zorg Alliantie juist dat huisartsen en andere zorgprofessionals een actieve bijdrage leveren aan de groene transitie. Huisartsen kunnen daarin veel meer doen dan ze wellicht beseffen.

Bij eerste beschouwing klinkt het als een patstelling: de zorg wil patiënten beter maken, maar tegelijkertijd maakt ze mensen ziek. Niet iedereen is zich er al van bewust, maar de zorg is verantwoordelijk voor 7% van de totale CO₂-uitstoot in ons land, en dat is meer dan de luchtvaart. Ook huisartsen dragen daaraan bij. In de eerste plaats door het voorschrijven van medicijnen, maar daarnaast door het energieverbruik van de huisartsenpraktijk en de autoritten van patiënten en medewerkers.

Kun je hier als huisarts wat aan veranderen? ‘Zeker’, stelt Brakema. ‘Je kunt het pand verduurzamen om het energieverbruik te beperken. Dat zal binnen afzienbare termijn ook verplicht worden, dus hier kun je maar beter vast mee beginnen. Je kunt ook slimmer gebruik maken van de mogelijkheid van teleconsulten.’ En medicatie? Huisartsen schrijven die voor, maar de productie vindt vaak in andere landen plaats. En op de milieueisen die deze landen daaraan stellen hebben ze geen invloed. ‘Toch kun je ook op dat gebied als individuele huisarts veel doen’, zegt Brakema. ‘Jaarlijks belandt 190 ton medicijnresten, grotendeels via de urine van patiënten, in het oppervlaktewater. NSAID’s veroorzaken hart- en nierschade bij onze vissen. De hoge concentratie hormonen van de anticonceptiepillen in het water zorgt ervoor dat er mannetjesvissen in Nederland zijn die eitjes produceren. Doelmatig voorschrijven en regelmatig evalueren of die medicijnen nog nodig zijn, is dus al een waardevolle stap in de goede richting. Net zoals de patiënt uitleggen dat het na het smeren van een zalf of crème beter is om eerst even de handen aan een papieren tissue af te vegen en ze dan pas af te wassen, om te voorkomen dat de resten in het oppervlaktewater terechtkomen. Bij inhalatiemedicatie kun je voor veel patiënten de dosis-aerosol – een sterk broeikasgas – vervan-

gen door de poederinhalator. En huisartsen kunnen heel veel aan preventie doen met een win-win voor klimaat en gezondheid: het bevorderen van een gezonde leefstijl zoals overwegend plantaardig eten en stoppen met roken. Wist je overigens dat je al 15 kilo vlees per jaar bespaart als je de gemiddelde dagelijkse Nederlandse portie vlees verlaagt naar de hoeveelheid zoals aanbevolen door de Gezondheidsraad (maximaal 500 gram vlees per week)? Als je dat niet alleen zelf doet maar je patiënten hierin meeneemt, dan is de impact exponentieel groter. We hebben een unieke positie als huisarts.’

Cultuurshock

Het is duidelijk dat Brakema, zelf aios, uiterst begaan is met het milieu en met de rol van de zorg daarin. De oorsprong van deze betrokkenheid ligt in een paar weken werk in een vluchtelingenkamp op Samos in 2017. ‘Dat was heel heftig’, vertelt ze. ‘Ik was me altijd al bewust van klimaat en milieu, het grote plaatje had ik theoretisch vanwege mijn Global Health promotie-onderzoek helder voor ogen. Maar hoewel ik op veel arme plekken in de wereld heb gewerkt, was Samos van een andere orde. De onmenselijke omstandigheden, maar dan gewoon in Europa. Echt een cultuurshock. Voor het eerst legde ik de verbinding tussen klimaat en vluchtelingen. Mensen vluchten ook vanwege bijvoorbeeld droogte, bosbranden, of overstromingen. Of vanwege de oogsten die daardoor mislukken. In 2020 waren er wereldwijd 20 miljoen zogeheten klimaatvluchtelingen. Als we niet snel drastisch veranderen, zijn dat er volgens voorspellingen over 30 jaar 200 miljoen. Daarnaast, wanneer de oogst jaar na jaar mislukt, zoals in Syrië, is dat de ideale voedingsbodem voor conflicten, wat tot politieke vluchtelingen leidt. Ik schrok daarvan en dacht: als ik daar iets aan wil doen, moet ik me op de wortels van het probleem focussen.’ Klimaatverandering heeft een enorme invloed op onze gezondheid, realiseerde Brakema zich. ‘De klimaatcrisis is ook een gezondheidscrisis’, zegt ze. ‘De WHO beschouwt het als *the single largest health threat facing humanity*. In augustus was er een hittegolf in Europa: 1700 mensen in Spanje en Portugal overleden daaraan vroegtijdig. In Frankrijk zaten 100 gemeenten zonder drinkwater. Het

Westnijlvirus is opgedoken in Nederland. We zien veel meer Lyme, want door de warmte kunnen de teken beter overleven. Malaria kan weer endemisch gaan worden in Nederland. Luchtvervuiling vergt in ons land nu al 12.000 vroegtijdige doden per jaar. De vloek van klimaatverandering is dat het zo abstract en indirect is. Je denkt toch: het is een ver-van-mijn-bed-show. Maar we hebben er al een hele tijd mee te maken.'

Groene Zorg Alliantie

Hoe serieus de situatie ook is, Brakema wil niet doemdenken, maar ziet juist heel veel mogelijkheden voor concrete actie. 'De zorg is daarin ook echt wel wakker geworden inmiddels,' zegt ze. 'Er is beslist een groene golf ontstaan. Steeds meer lokale commissies zijn over de hele breedte van de zorg opgericht om de zorg te vergroenen. In maart 2021 realiseerden we ons dat we die krachten wilden bundelen, zodat niet iedereen

'De klimaatcrisis is ook een gezondheidscrisis'

zelf het wiel opnieuw hoeft uit te vinden.'

Een online netwerkavond, met participatie van onder andere De Groene Huisarts en de LOVAH duurzaamheidscommissie, vormde de aanzet tot oprichting van de Groene Zorg Alliantie, waarvan Brakema voorzitter is. Ze vertelt: 'Inmiddels, anderhalf jaar later, zijn hierin meer dan 100 partijen in de volle breedte van de zorg verenigd, met als doel de vergroening van de zorg te versnellen door met elkaar te verbinden. Zo kunnen we een gezamenlijke krachtige stem uitbrengen, kennis delen en elkaar inspireren. We hebben landelijke commissies, bijvoorbeeld De Groene Huisarts. Maar ook *green teams* die specifiek in een instelling of afdeling actief zijn.'

Samen sterk

Hoe sterk het is om krachten te bundelen van alle partijen, bleek in het najaar van 2021. Bij de klimaatop kreeg het ministerie van VWS de vraag of Nederland zich wilde committeren aan een voorstel voor klimaatbestendige en klimaatvriendelijke zorg. 'VWS vreesde dat daar geen draagvlak voor was,' vertelt Brakema, 'dus hebben we als Groene Zorg Alliantie heel hard op de deur geklopt en laten zien hoeveel mensen hier al mee bezig zijn. Het gevolg is dat VWS dat commitment alsnog heeft getekend. Dat is een stok achter de deur om ervoor te zorgen dat het ministerie er ook vervolgstappen in zet.' Afgelopen september organiseerde de Groene Zorg Alliantie het Groene Zorg Festival om te vieren dat het anders kan. 'Een brede doelgroep van 150 groene zorgprofessionals konden te midden van kunst en muziek leren van elkaars successen en workshops volgen om inspiratie op te doen,' zegt Brakema. 'Het was razendsnel uitverkocht. Een dag met positieve energie.'

Uit de bubbel

Het werk van de Groene Zorg Alliantie – en specifiek de voorzittersrol van Brakema daarin – begint steeds meer op te vallen. Zo kwam ze onder andere in het achtuurjournaal en benoemde het Financieel Dagblad haar tot jong talent 2022. 'Daar ben ik stiekem heel erg trots op,' zegt ze. 'Het laat zien dat we buiten de bubbel van de zorg treden en het thema bekend wordt.'

Dit neemt niet weg dat er nog heel veel moet gebeuren. Verduurzaming van de huisartsopleiding is bijvoorbeeld een onderwerp waarvoor ze zich hard maakt, en met succes. Ze vertelt: 'Ik heb dit in mijn eigen geneeskundeopleiding gemist. Ik merk dat mensen wel iets willen doen, maar niet goed weten hoe. Dus samen met alle 8 opleidingen ontwikkelen we nu onderwijs over de urgentie van het probleem en ook handvatten voor wat we kunnen doen. Via Huisartsenopleiding Nederland kregen we een innovatiesubsidie om Planetary Health en duurzame zorg in de huisartsopleiding in te bedden. Het is een unieke samenwerking van de 8 huisartsopleidingen met andere partijen zoals het NHG en de LOVAH.'

De plicht tot vergroenen in ons werk wordt steeds breder uitgesproken. De KNMG benadrukt in hun nieuwe gedragscode: als arts ben je je bewust van de relatie tussen gezondheid, klimaat en milieu. Je zet je in voor een duurzame zorgsector en gezonde leefwereld.' De WONCA nam ecologische duurzaamheid recent aan als nieuwe kernwaarde voor huisartsen internationaal. Het Zorginstituut Nederland beschrijft de noodzaak van duurzame zorg als basis in het Kader Passende Zorg. En in september 2022 waarschuwde de Gezondheidsraad dat het essentieel is dat duurzaamheid meeweegt bij keuzes in de zorg. Een goede, praktische tip voor huisartsen die actief werk willen maken van het onderwerp duurzaamheid is: de duurzaamste zorg is de niet-geleverde zorg die niet geleverd hoeft te worden. 'Je kunt deze regel overal toepassen,' zegt ze. 'De zorg die niet geleverd hoeft te worden staat voor preventie: ondersteunen bij stoppen met roken, de auto vervullen voor de fiets en overwegend plantaardig eten. En de niet-geleverde zorg staat voor passende zorg. Patiënten alleen verwijzen voor diagnostiek of behandelingen als dit meerwaarde heeft. Denk wat dit betreft aan de Beter-niet doen-lijst van het NHG met 30 dingen die huisartsen volgens onderzoek geneigd zijn om te doen, maar die geen toegevoegde waarde hebben of zelfs schadelijk zijn: een X-knie bij vermoeden van artrose, verwijzing kinderarts bij kinderen met chronische functionele buikpijn, enzovoort. Maar denk bij passende zorg bijvoorbeeld ook aan advanced care planning-gesprekken. Ten slotte is het superbelangrijk om je uit te spreken als huisarts, ook buiten de spreekkamer, naar zorgverzekeraars, overheid, politiek, LHV, NHG. Onderschat daarbij niet hoezeer je als huisarts vertrouwd wordt. We staan in de top 5 van mensen die het meest geloofd worden op het gebied van klimaat. We hebben geen financiële belangen, we willen gewoon gezondheid voor onze patiënten. Als wij zeggen dat urgentere actie tegen klimaatverandering kritisch is voor onze gezondheid, wordt daarnaar geluisterd.' ■