

vervuld.^{1,2} Het is namelijk een belangrijke taak van de huisarts om de voortgang van het traject te bewaken en 'stuurloze periodes' (periodes waarin in feite niets gebeurt) te voorkomen. Deze periodes worden veelvuldig gesignaleerd in de hulpverleningsgeschiedenis van overspannen patiënten.² Een striktere zorgcoördinatie zou ook moeten voorkomen dat slechts 20% van degenen die om psychische redenen in de WAO belanden, gespecialiseerde hulp heeft gezocht in het daaraan voorafgaande jaar, zoals nu het geval is.⁷

Omdat er over het begrip overspanning wetenschappelijk nog zo weinig overeenstemming bestaat, ontbreken ook algemeen geaccepteerde, empirische richtlijnen voor behandeling. Dat dit als een gemis wordt ervaren, blijkt onder andere uit een commentaar van Meijman en Terluin in dit tijdschrift.¹⁶ De recent gepubliceerde richtlijn voor het handelen van de bedrijfsarts bij werknemers met psychische klachten biedt ook voor huisartsen veel aanknopingspunten.⁸

Nu GGZ dit jaar het landelijk thema van het kwaliteitsbeleid van de huisartsen is, zou nascholing over en protocollering van de begeleiding van overspannen patiënten hoog op de agenda moeten staan.

Literatuur

- 1 Schmidt A. De Psychologie van Overspanning. Theorie en Praktijk. Amsterdam: Boom, 2000.
- 2 Schroer K. Ziekteverzuim wegens overspanning. Maastricht: Universitaire Pers Maastricht, 1993.

- 3 Terluin B. Overspanning onderbouwd. Een studie naar de diagnose surmenage in de huisartspraktijk. Zeist: Kerckebosch, 1994.
- 4 Schmidt A. Overspannen, depressief, burnout of chronisch vermoeid: een diagnostische grabbelton? Huisarts Wet 2001;44(7):283-7.
- 5 Schmidt A. Overspanning: een zee van klachten of een bron van onderzoek? Tijdschrift voor Psychiatrie, 2001;43(3):141-9.
- 6 Terluin B, Van der Klink J. Klinisch beeld en beloop van overspanning. In: Hoogduin C, Schaap C, Kladler A, Hoogduin W, redactie. Behandelingsstrategieën bij burnout. Houten/Diegem: Bohn Stafleu Van Loghum, 1996.
- 7 Adviescommissie Arbeidsongeschiktheid [Commissie Donner]. Werk maken van Arbeidsgeschiktheid. Den Haag: APE, 2001.
- 8 NVAB. Handelen van de bedrijfsarts bij werknemers met psychische klachten. Geautoriseerde richtlijn. Amsterdam: NVAB, 2000.
- 9 Frankenhaeuser M, Johansson G. On the psychophysiological consequences of understimulation and overstimulation. In: Levi L, redactie. Society, stress and disease. Vol.4. Working life. Oxford: Oxford University Press, 1981.
- 10 Prins J, Bleijenberg G. Cognitieve gedragstherapie bij een patiënte met het chronische-vermoeidheidssyndroom. Gedragstherapie 1998;31(2):117-39.
- 11 Wijlhuizen T. Informatiegids Stichting ME Nederland. Utrecht, 2001.
- 12 Deelman B, Eling P, De Haan E, Jennekens-Schinkel A, Van Zomeren E. Klinische neuropsychologie. Amsterdam: Boom, 1997.
- 13 Hoogduin C, Schaap C, Kladler A, Hoogduin W. Behandelingsstrategieën bij burnout. Houten/Diegem: Bohn Stafleu Van Loghum, 1996.
- 14 Van Velden J, Den Bakker D, Claessens A, Schellevis F. Een nationale studie naar ziekten en verrichtingen in de huisartspraktijk. Basisrapport Morbiditeit in de huisartspraktijk. Utrecht: NIVEL, 1991.
- 15 Nederlands Centrum voor Beroepsziekten. Signaleringsrapport Beroepsziekten 2000. Amsterdam: Coronel Instituut, Academisch Medisch Centrum, 2000.
- 16 Terluin B, Meijman F. Wat doen Nederlandse huisartsen bij psychosociale problemen van hun patiënten? Huisarts Wet 1999;42(4):151-2.

Intermezzo

Kees van Kooten is schuldbeust, als hij naar zijn dementerende moeder kijkt: 'Mijn moeder was negenentachtig jaar oud, ik had haar nog nooit zien huilen en wij hielden heel veel van elkaar; zij dag en nacht van mij, ik iets minder vaak van haar'. Dementie maakt weerloos. Zijn moeder heeft een niet bloeiende sering in haar tuin staan, waarvan de tuinman heeft geadviseerd deze weg te laten halen. Dit stuit de moeder tegen de borst omdat hij geen verweer heeft. Van Kooten beschrijft in *Annie* het afscheid van zijn moeder die aan het eind van haar leven in een verzorgingshuis wordt opgenomen. Thuis leest hij de aantekeningen die zijn moeder maakte over gelezen boeken. Onder de letter K ziet hij de titel

De gebroeders Karamazov en verzucht: 'Hoe heb ik haar toch met zeshonderd pagina's Dostojevski durven opscheppen: Dostojevski, van wie ik, ondanks grote plannen, zelf nooit een letter heb gelezen!' Opnieuw sluimert een schuldgevoel in die woorden. Maar schuld of niet, alles is uitzichtloos, want zelfs literatuur helpt niet: 'Mijn hele generatie heeft zijn ouders *Hersenschimmen* van Bernlef cadeau gegeven, in de hoop hun ontgeestelijking te bezweren, maar mijn moeder was vergeten dat zij het had gelezen.'