

sen twee patiënten door, kijk je daar dan even in.

Joost Zaat

Afvallen voor kinderen

Van Wezel B, Vervloet-den Bieman J. *Als je te dik bent. Werkboek om samen met je ouders aan je gewicht te werken*. Maarssen: Elsevier Gezondheidszorg, 2002. 79 pagina's, € 10,-. ISBN 90-352-2524-4.

Als je te dik bent is een praktisch werkboek voor kinderen die te dik zijn waarin diverse opdrachten staan over eten en bewegen. Omdat het aantal te dikke kinderen in Nederland de laatste jaren sterk is toegenomen en de kans groot is dat zij ook als volwassenen te dik zullen zijn, is het belangrijk om deze problematiek op een toegankelijke en realistische manier aan de orde te stellen.

Het boek bestaat uit drie onderdelen, die betrekking hebben op voedsel, meer bewegen en omgaan met lastige momenten. Bij elk van de drie onderdelen worden afspraken gemaakt die op papier gezet worden en als een contract worden beschouwd. Er wordt niet gestreefd naar kortetermijnresultaten, maar naar duurzame verandering van het eet- en bewegingspatroon. In het werkboek wordt een jaar uitgetrokken om de veranderingen tot stand te brengen. Het doel is niet in eerste instantie om af te vallen, maar om het gewicht bij het opgroeien gelijk te houden.

In de eerste hoofdstukken wordt een beschrijving gegeven van de kenmerken, de mogelijke oorzaken en gevolgen van overgewicht en wordt een stappenplan besproken waarmee op een speelse manier veranderingen worden gerealiseerd en beloofd.

De volgende hoofdstukken gaan in op de vraag wanneer er sprake is van gezond eten, geven tips voor een persoonlijk voedingsadvies aan de hand van een eetdagboek (geen rigide dieet maar ook samen iets lekkers tussendoor) en behandelen het thema bewegen en sport. De laatste twee hoofdstukken gaan in op de ervaring van lastige momenten en pesten. Met

name voor kinderen die eten gebruiken als troost of uit verveling is het erg belangrijk dat ze alternatieven ontwikkelen. Het boekje wordt afgesloten met extra informatie over afspraken met een diëtist, vragen over eten, en enkele belangrijke adressen en informatieve publicaties.

Ik mis in dit werkboekje helaas een goede analyse van wat het kind dagelijks eet, wanneer het eet en welke beweging het krijgt voor het gaat beginnen met het werkboek, zodat veranderingen hierop aansluiten. Een structurele verandering in het eetgedrag van het hele gezin is vaak een belangrijke voorwaarde voor dikke kinderen om hun eetgedrag te veranderen omdat een groot deel van het inkoopbeleid, het eetgedrag en het bewegingspatroon door ouders wordt bepaald. Ook voor ouders van dikke kinderen is een werkboek nuttig zodat hen geleerd wordt om op een andere manier met eten en bewegen om te gaan.

Vanwege het grote belang van gewichtsverandering voor te dikke kinderen is dit werkboek echter een belangrijk hulpmiddel, niet alleen voor diëtisten, maar ook voor huisartsen.

Greta Noordenbos

Handboek voor de leek?

Van Everdingen JJE, Kingma JH, redactie. *Het Medisch Handboek*. Kosmos-Z&K, 2002. 1104 pagina's, € 59,90. ISBN 90-215-3572-6.

Onder verantwoordelijkheid van de Orde van Medische Specialisten is *The Complete Home Medical Guide* vertaald en herschreven voor de Nederlandse situatie. Ruim honderd Nederlandstalige dokters staken hun energie in elfhonderd pagina's. Als lijvig kleurrijk hebbeding staat nu *Het Medisch Handboek* in de populaire boekhandel.

De duizenden kleurrijke illustraties en de vlotte aanbevelingen van deskundigen op de flap zullen voor velen reden zijn om zonder verder nadenken zestig euro neer te tellen. Het is gewoon een mooi plaat-

jesboek. De auteurs hebben meer ambitie: onze tijd kent een mondige patiënt die in alle hoeken van de gezondheidszorg wil snuffelen. Dat hoeft nu niet meer op internet, want er is een boek.

Het handboek begint met een gebruiksaanwijzing van vier pagina's. Dat is handig, maar ook beslist nodig. De zes delen, kleurcodes, iconen, kaders, detailfoto's, overzichtsillustraties, verwijsbalken en symbolen krijgen zo hun betekenis.

Onder het motto 'Het is mogelijk om van de vroege jeugd tot op hoge leeftijd een gezond leven te leiden', begint deel 1. Veiligheid en fitness worden hier op Amerikaanse wijze gepropageerd. Vitaminen, vezels, water en een helm op bij het fietsen, daar gaat het om. Erg Amerikaans is ook de prominente aanbeveling (met temperatuurcurve en al) van periodieke onthouding als meest gebruikte natuurlijke anticonceptiemethode. De genoemde effectiviteit (80%) relativeert deze methode beslist te weinig. De redactie gaat verder de mist in waar zij vrouwen adviseert na het eerste seksuele contact jaarlijks een uitstrijkje te laten maken. Ook de adviezen over bloeddrukmeting (elke 2 jaar vanaf 18) en cholesterolbepaling (elke 5 jaar vanaf 20) wijken behoorlijk af van de Nederlandse situatie.

In deel 2 wordt gewerkt met symptoomwijzers: 63 stroomdiagrammen voor volwassenen en 7 voor kinderen. Met een symptoom als hoest, koorts of obstipatie kan de lezer op zoek naar een mogelijke oorzaak en ontdekt zo of hij/zij het met zelfhulp afkan of dat de huisarts moet worden bezocht. Het idee is goed uitgewerkt. De nauwkeurige lezer die om kan gaan met de verwijzingen naar andere delen in het boek, komt meestal uit bij het goede advies.

In deel 3 gaat het om het opsporen van ziekte. Van spatel tot scan, al het doktersgereedschap komt aan bod. Waar het over de huisarts gaat, zitten de Amerikaanse illustraties in de weg. Alles lijkt in de tweede lijn te gebeuren. Desalniettemin is het een nuttig deel waarin de lezer onder andere goed wordt voorbereid op een eventueel bezoek aan de huisarts.

Deel 4 is het dikke deel (ruim 600 pagi-

na's) over alles wat een mens kan krijgen. Of het nu gaat om een foto van een gezwollen lip of om een grafische weergave van het bewegingsapparaat, een virus of een bacterie, de illustraties zijn in dit deel op zijn mooist. Inhoudelijk struikelt de redactie echter regelmatig. Enkele voorbeelden: 'Ga meteen naar de huisarts als u gekleurd slijm ophoest.' Over inhalatiecorticosteroiden: 'Deze medicijnen worden in Nederland bijna niet meer voorgeschreven.' Over emfyseem: 'De blaasjes verliezen hun elasticiteit en de longen worden groter.' Bij otitis media: 'Een onbehandelde infectie kan een chronische infectie worden.' Het spontaan genezende karakter wordt niet genoemd. Over cholesterol: 'Het is raadzaam om vanaf het moment dat men volwassen is regelmatig het cholesterolgehalte te laten controleren.' Natuurlijk, in een dik boek is altijd wel een onjuistheid te ontdekken, maar inhoudelijk kan het beslist zorgvuldiger.

Deel 5 gaat over behandeling. Tussen paracetamol en de hart-longmachine wordt van alles besproken, met inbegrip van psychotherapie, acupunctuur en terminale zorg.

Deel 6 is een verzameling van registers. U vindt hier een klassiek register, een geneesmiddelenoverzicht en een lijst met nuttige adressen en websites. Zeer aardig voor artsen is het overzicht van richtlijnen met de verantwoordelijke instituten. Om *Het Medisch Handboek* goed te kunnen lezen is minstens een havo-opleiding vereist. Maar dan nog zullen veel lezers flink worstelen met de medische terminologie. Voorlichtingstechnisch geen hoogstandje, inhoudelijk nog rammelend. Het lijkt me verstandig om op de tweede *herziene* druk te wachten.

Roy Beijaert, huisarts NHG-sectie patiënten-voorlichting

Innovatie in de gezondheidszorg

Schrijvers A, Oudendijk N, De Vries P, Hageman M, redactie. *Moderne patiëntenzorg in Nederland: van kennis naar actie*. Maarssen: Elsevier gezondheidszorg, 2002. 261 pagina's, € 49,50. ISBN 90-352-2565-1.

Het gaat niet goed met de gezondheidszorg. Wachtlijsten, gebrek aan aandacht voor patiënten en afgebrande hulpverleners zijn de uitwassen van een systeem dat in zijn voegen kraakt. Daar moet wat aan gebeuren. De plannen daartoe variëren van grootschalige operaties, als een drastische verandering van het verzekeringsstelsel, tot kleinschalige proefprojecten waarin men probeert omschreven en overzichtelijke problemen op te lossen.

Van dit soort innovatieve projecten zijn 21 voorbeelden in dit boek beschreven. Het gaat om (transmurale) projecten in eerste en tweede lijn met als rode draad het belang van de patiënten en de samenwerking tussen de verschillende disciplines.

Projecten waarin een grote groep patiënten protocollair worden gediagnosticeerd (mammapolikliniek) of behandeld (cateractpoliklinieken en een lijn voor knieoperaties) lijken het meest succesvol mede dankzij de schaalvergroting. Onduidelijk is overigens wat er gebeurt als zich individuele patiëntenproblemen voordoen die niet binnen het protocol passen. Meer gestructureerde zorg (CVA, diabetes, COPD, urine-incontinentie) kan een uitkomst zijn voor kwaliteitsverbetering en behandelaars ontlasten.

Vrijwel alle beschreven projecten zijn initiatieven van enthousiaste pioniers op de werkvloer. Dat enthousiasme straalt ervan af en verdient respect en aanmoediging. De auteurs zijn vaak de trekkers van de verschillende projecten, maar dat is tevens ook de zwakte van het boek. De lezer mist node een objectieve beschrijving van de projecten en als het kan, een kwantitatieve analyse. Jammer is ook dat veel tijd gestoken wordt in projecten

waarvan de wetenschappelijke premissen niet duidelijk zijn. Zo is de doeltreffendheid van vroegtijdige gehoorscreening bij intensive care baby's en massale meningokokkenvaccinatie niet helemaal vanzelfsprekend. Een deel van de auteurs is niet direct bij de patiëntenzorg betrokken, wat af en toe merkbaar is aan het managersjargon en het gebrek aan inhoudelijk perspectief. Als een huisartsendienstenpost beschreven wordt, dan is het moeilijk voor te stellen dat een huisarts zich kan vinden in het voorbeeld dat de auteurs van de werkwijze geven. Twee centralisten, een telefoonarts, een huisarts met chauffeur en een ambulance moesten eraan te pas komen om een kindje met koortsstuipen te behandelen. Deze beschrijving leidt eerder tot bezorgdheid dan tot enthousiasme. Niettemin zit het boek vol leuke en belangwekkende ideeën en geeft het een aardige indruk welke implementatieproblemen zich voordoen.

H.G.L.M. Grundmeijer

Huisartsennetwerk AMC

Brouwer HJ. *Huisartsennetwerk AMC*. Amsterdam: Afdeling huisartsgeneeskunde AMC. Te bestellen: e-mail: h.j.brouwer@amc.uva.nl

Van tijd tot tijd publiceren we gegevens uit het netwerk van AMC-dokters. In dit beknopte boekje staat achtergrondinformatie over dit sinds 1996 bestaande netwerk (5 gezondheidscentra in Amsterdam Zuid-Oost en een duopraktijk in Nederhorst ten Berg). Interessant is om te zien dat door de selectie van praktijken de erfelijke hemolytische anemie in de top-50 van prevalentie problemen naar binnen is geslopen. Informatie over praktijkamenstelling en werkwijze van de vele huisartsennetwerken is belangrijk voor de interpretatie van hun gegevens. Voor onderzoekers en fanatiek registrerende huisartsen aanbevolen.

Joost Zaat