

is. Als maar een deel van de patiënten met bijvoorbeeld hypertensie of astma hun langdurige behandelingen werkelijk volgt, moeten we ons misschien afvragen wat de zin van de interventie is. De auteurs van dit WHO-rapport beschrijven kort en krachtig het probleem van therapietrouw bij langdurige behandelingen; gedefinieerd als de overeenkomst tussen het gedrag van patiënten en de overeengekomen aanbevelingen van een gezondheidsprofessional. Zij bespreken de gevolgen van slechte therapietrouw voor de volksgezondheid en de uitgaven voor gezondheidszorg en stellen dat het verbeteren van therapietrouw wellicht meer effect zou kunnen hebben op de gezondheid van een bevolking dan het ontwikkelen van nieuwe geneesmiddelen.

Aan de basis van de aanpak ter verbetering van therapietrouw plaatst men een model met vijf dimensies. Naast therapiegerelateerde factoren (zoals doseringsschema's en ongewenste effecten), patiëntgerelateerde factoren (zoals kennis, attitude en verwachtingen) en kenmerken van de ziekte, spelen ook de socio-economische setting en het gezondheidssysteem een belangrijke rol. Deze verschillende factoren komen aan bod bij het uitwerken van therapietrouw in de context van een aantal specifieke ziektebeelden: astma, palliatieve zorg bij kankerpatiënten, depressie, diabetes, epilepsie, HIV/aids, hypertensie, stoppen met roken en tuberculose.

Alhoewel dit rapport in eerste instantie gericht is op beleidsmakers en managers in de gezondheidszorg, is het ook voor praktiserende artsen een interessant en bruikbaar document. Het biedt een overzicht van de beschikbare literatuur en bekijkt het onderwerp vanuit verschillende invalshoeken, en geeft suggesties voor de analyse, maar ook voor oplossingen van het probleem. Het geeft stof tot nadenken en inspiratie voor de aanpak van een probleem waar we nog altijd niet goed raad mee weten.

Mieke van Driel, Jan De Maeseneer

Voeding en ziekte

WHO Technical Report Series 916. Diet, Nutrition and the prevention of chronic diseases. Genève: World Health Organization, 2003. 149 pagina's. € 23. ISBN 92-4-120916-X. Te bestellen bij: WHO Marketing and Dissemination, 1211 Genève 27, Zwitserland of online <http://bookorders.who.int>

Het voor u gelezen rapport van de Wereldgezondheidsorganisatie legt nog eens haarfijn uit tot welke gezondheidsrisico's en ziekten een onevenwichtige voeding leidt. Er is veel aandacht voor de wereldwijde epidemie van overgewicht en in het kielzog daarvan de (secundaire) preventie van voedingsgerelateerde chronische ziekten als diabetes, hart- en vaatziekten, kanker, tandheelkundige pathologie en osteoporose. De auteurs stellen dat de prevalentie en incidentie van deze aandoeningen in belangrijke mate beïnvloedbaar zijn. Aan het verbeteren van de leefwijze geven zij dan ook de hoogste prioriteit. Een gezond bewegings- en voedingspatroon (inclusief alcoholgebruik) zijn naast niet-roken, de belangrijkste componenten van een gezonde leefwijze. Zij pleiten voor een strategie waarbij de overheid een leidende rol op zich neemt en samenwerkt met de private sector, de voedingsmiddelenindustrie, gezondheidswerkers en bijvoorbeeld consumentengroepen met het oog op economische en juridische mogelijkheden. De aandacht moet zich zowel richten op de moeder- en kindzorg, schoolgaande jeugd, voorlichting binnen werksituaties als op ouderen en gehandicapten. De aanbevelingen behoren vanuit een oogpunt van populatiestrategie en secundaire preventie via de eerstelijnsgeneeskunde te lopen. Dat zij aan de onderhavige problematiek grote waarde hechten, blijkt uit de oproep die zij doen aan de opleidingen van gezondheidswerkers om gezonde voeding en lichamelijke activiteit een centrale plaats te geven.

De Wereldgezondheidsorganisatie maakt zich grote zorgen over de zogeheten *double burden of nutrition* in de ontwikkelingslanden. Dit betekent dat er enerzijds wijdverbreide tekorten zijn aan ijzer, vita-

mine A en bijvoorbeeld jodium, met alle verstrekende gezondheidsconsequenties van dien. Zo wordt geschat dat 60% van de 10,9 miljoen sterfgevallen van kinderen onder de 5 jaar te maken heeft met ondervoeding. Anderzijds verandert in rap tempo het leefpatroon van met name de beter opgeleiden waardoor ook in die gebieden van de wereld de 'welvaartsziekten' opkomen. Nagenoeg de gehele bevolking gebruikt dus een onevenwichtig voedingspatroon: een absolute micronutriëntdeficiëntie versus een relatief teveel aan energie en verzadigd vet. Dit leidt – evenals hier in de geïndustrialiseerde wereld – ertoe dat de volksgezondheid onbetaalbaar wordt. Een zeer compleet boekje over een onderwerp dat ons allen aangaat.

J.J. van Binsbergen

In spanning

Fieke de Leeuw, Arno van Dam. In spanning. Aanpakken van stress op het werk. Lisse: Harcourt Assessment, 2004. 144 pagina's, € 18. ISBN 90-265-1748-3.

Voor de reis van huis naar werk heeft dit boekje precies het goede formaat. Zo groot als een proefschrift, zeg maar. Gemakkelijk om mee te nemen in de trein. Het omslag is bescheiden van kleur, zodat het de medereiziger niet zal opvallen wanneer men dit boek ter hand neemt om zijn of haar (dreigende) overspannenheid te lijf te gaan. Ook de inhoud van het boekje is van een aangename directheid. Al volgt de opzet naar mijn smaak wat veel de gangbare theorieën over stress en overspannenheid – iets waar de overspannen persoon mogelijk minder boodschap aan heeft. Zoals de wijs geworden huisarts bij het consult van een overspannen patiënt meestal eerst een gevoelsreflectie zal geven – 'wat akelig dat u dit is overkomen' – zo kan dit boekje last hebben van een wat al te formele introductie van het begrip stress.

Daarna echter krijgt het boek veel vaart en behandelen de auteurs op een uiterst aansprekende wijze een aantal kernproblemen van overspannenheid; zoals

copingstrategieën, karaktereigenschappen en cognitieve factoren. Voorts voegen zij daar een aantal heel praktische oefeningen aan toe, die ook voor de niet-overspannen mens de moeite van het bestuderen waard zijn. Zelf vond ik het hoofdstuk over tijdsmanagement een opsteker, voor anderen is wellicht de ingebouwde assertiviteitscursus of de oefening 'leiding geven aan mijn baas' leuk om te doen.

Is dit boekje een aanrader voor de patiënt die last heeft van stress? Dat hangt, denk ik, af van de copingvaardigheden van de betrokkene. Het boekje vereist de nodige discipline en zelfredzaamheid om tot een optimaal resultaat te komen. Als men aan die voorwaarden voldoet, is het boekje beslist een aanrader.

Otto Quartero

Urologie

Gercama AJ, Newling DWW. *Urologische problemen. Practicum huisartsgeneeskunde. Een serie voor opleiding en nascholing*. Maarssen: Elsevier gezondheidszorg, 2003. 95 pagina's, € 21. ISBN 90-352-2582-1.

Vijftien jaar geleden verscheen de eerste druk van dit boek. Deze uitgave is aangepast aan de veranderde inzichten van het vakgebied in de huidige praktijk. Elk hoofdstuk heeft een cryptische titel, zoals: *Een brandend probleem*, *Plassen met hindernissen*, *Hollen of stilstaan* of *Liever kwijt dan rijk*. Uit de titel blijkt niet altijd goed waar het hoofdstuk over gaat, maar na lezing van de inleidende casus wordt dat al snel duidelijk. Elk hoofdstuk kent zijn eigen opbouw met vaak nieuwe of vervolgcasuïstiek waarbij ziektebeloop, behandelresultaten of uitkomsten na verwijzing naar de

uroloog worden opgepakt. Kernachtig zetten de auteurs klachten, ziektebeelden en diagnostische overwegingen uiteen, met wisselende nadruk op lichamelijk of aanvullend onderzoek, behandelmogelijkheden en verwijzindicaties.

Omdat het boek vanuit de patiëntencasuïstiek geschreven is, is het zeer goed bruikbaar voor opleiding en nascholing. Maar ook voor hen die in de dagelijkse praktijk veel te maken hebben met urologische problemen is het een aanrader.

P.A. Grootenhuys

Zwanger worden

Mariël Croon. *Zwanger worden. Handboek voor kinderswangers en twijfelaars*. Amsterdam: Thoeis, 2004. 361 pagina's, € 24,95. ISBN 90-808113-1-9.

Dit is een handboek – totstandgekomen in samenwerking met huisartsen, specialisten, patiëntenverenigingen en het Erfocentrum – waar alles in staat over zwanger worden, aldus de tekst op het achterplat. Wellicht is het een goed boek om toe te voegen aan de patiëntenbibliotheek.

Enigszins in tegenstelling tot wat de titel, althans mij, deed vermoeden, zijn de twijfelaars na de eerste 45 pagina's naar de achtergrond verdreven en overheerst vanaf dan de kinderswangers. Het boek gaat verder in op alle problemen die een optimale vervulling van deze wens in de weg zouden kunnen staan. De manier waarop dat vervolgens gebeurt, maakt een zeer gedegen indruk. Er zijn maar weinig onderwerpen die niet aan bod komen. Het hoofdstuk over voeding is prima voorlichtingsmateriaal. De vele verwijzingen naar websites zijn zowel voor patiën-

ten als voor hulpverleners zinnig, al zijn ze niet allemaal even snel terug te vinden. Het boek beperkt zich niet tot de puur medische zaken, maar staat ook uitgebreid stil bij juridische aspecten. Het gebruik van de prachtige elektronenmicroscopische foto's wekt zelfs een wetenschappelijke indruk, maar die kan het boek niet geheel waarmaken.

Opvallend is een zekere onevenwichtigheid in de tekst in de loop van het boek. In een eerste opsomming van zwangerschapsbelemmerende factoren noemt Croon naast leeftijd alleen vleesbomen en endometriose. In de latere specifieke hoofdstukken kent Croon aan infecties de plaats toe die ze verdienen en relativeert zij de eerdergenoemde factoren. Daar zitten dan echter wel 200 pagina's tussen. Veel vraagtekens worden bij het doorlezen wel weer genuanceerd. Andere blijven bestaan, zoals de bewegingsadviezen voor zwangeren omdat veel in één houding zitten de kans op aangeboren afwijkingen zou vergroten. Sommige cijfers zet Croon wat erg geïsoleerd neer: 3-5% aangeboren afwijkingen (wat wordt er dan allemaal meegeteld?), jaarlijks één sterfgeval onder de vrouwen die voor IVF in behandeling zijn (één op de hoeveel is dat en waaraan dan?). Het staatje criteria voor de sperma-analyse wijkt af van het gebruikelijke staatje en van DES-gebruik kan een zeldzaam vagina- (en niet baarmoeder-) carcinoom het gevolg zijn voor de generatie dochters.

Tot slot doen vijf pagina's gewijd aan verwerking van blijvende kinderloosheid in een boek van deze omvang naar mijn idee geen recht aan de zwaarte van dat probleem.

Petra Wempe