

Veranderen

Allereerst natuurlijk de beste wensen voor 2013 namens alle medewerkers van H&W. Er ligt weer een jaar vol uitdagingen voor ons, wat gaan we daarmee doen? Van onze kant hopen we in ieder geval een leesbaar tijdschrift af te leveren met interessante en bruikbare artikelen, nu nog voornamelijk in papiervorm maar in de toekomst mogelijk ook via de website en andere sociale media.

Hebt u goede voornemens gemaakt, of is dat niets voor u? De periode rond de jaarwisseling is bij uitstek geschikt om afstand te nemen, even uit de dagelijkse routine te stappen. Afstand hebben we vaak nodig om te besluiten dat we dingen anders willen. Denk aan de formule van heidagen. Op afstand creëren we (tijdelijk) ruimte van waaruit we wensen kunnen formuleren.

Kritisch kijken

Newton beschreef het al in een van zijn wetten: actie is reactie. Mensen zijn van nature echter niet geneigd tot verandering, we komen meestal pas in actie na prikkels van buitenaf. In actie komen kost immers vaak energie en moeite. Het hebben van goede voornemens betekent dat we bereid zijn om te veranderen, een eerste stap te zetten. Dit nummer biedt zo'n prikkel.



Het onderzoek van Wijshake et al. kan een goede aanleiding zijn om eens kritisch door uw praktijk te lopen. In dit onderzoek constateert een oplettende huisarts een onevenredige toename van otitis externa bij mensen die eerder een cerumenlavage ondergingen. De huisarts maakt pas op de plaats en besluit samen met het microbiologisch laboratorium te onderzoeken of er een samenhang bestaat. Uiteindelijk blijkt dat de normen omtrent praktijkhygiëne per praktijk nogal verschillen. Als waarnemend huisarts herken ik dit goed. Soms kom je in praktijken waar de jaargangen H&W in stapels van 12 de onderzoeksbank ondersteunen, de andere keer waan je je in een zenmeditatieruimte. Dat geeft te denken, al zegt de omgeving natuurlijk niet altijd iets over de praktijkhygiëne. Het meest schokkend vond ik te lezen dat disposable eartips in veel praktijken worden hergebruikt! Weliswaar na sterilisatie maar toch, het is zoiets als één tandenborstel voor het hele gezin na elk gebruik in de autoclaaf leggen. Ik ben benieuwd wat er in het kader van de duurzaamheid nog meer wordt gerecycled.

Houdbaarheid

Het onderzoek van Wijshake et al. resulteert in een aantal concrete aanbevelingen, zonder al te extreme eisen, waarmee we allemaal ons voordeel kunnen doen. Gebruik het artikel als aanzet, loop eens door uw eigen praktijk en kijk eens hoe bij u de steriliteit van instrumentarium en de hygiëne zijn geregeld. Het leidt ongetwijfeld tot een goed voornemen. Goede voornemens schijnen echter maar een houdbaarheidsduur van zes weken te hebben. We weten ook dat de kans op slagen van een voorgenomen verandering groter is als die verandering in kleine stapjes gaat in plaats van rigoureus het roer om te gooien. De eerste stap is in ieder geval het belangrijkste. Kom in actie, dan komt het ook dit jaar wel weer goed. ■

Wilma Spinnewijn