

Ranglijst

Een van de frustrerende eigenschappen van patiënten is dat ze over het algemeen geen artsdiploma hebben (al schijnen degenen die het wel hebben, nog frustrerender te kunnen zijn, maar dit terzijde). Door hun gebrek aan medische kennis komen ze vaak met onduidelijke klachten, irrelevante observaties en overbodige zorgen bij de huisarts. Ze weten niet of ze ziek zijn, hoe ziek ze zijn, en waardoor ze ziek zijn – daarom komen ze immers naar de huisarts.

Maar hoe beslissen die mensen dan dat ze naar de huisarts moeten? Wanneer zeggen ze ten slotte ‘Zo kan het niet langer? Ze hebben, voordat ze bij de huisarts zijn geweest, geen ziekte, alleen maar klachten over hun functioneren (of dat van hun kinderen, echtgenoot enzovoort). Zijn die klachten ernstig genoeg om er de dokter mee lastig te vallen? Hoe kunnen ze dat weten als ze geen medische opleiding hebben?

Dat weten ze door te vergelijken. Aangezien ze geen objectieve kennis hebben, zoeken ze ergens anders houvast – en die vinden ze door zich te meten met andere mensen. Pas als ze denken dat ze ‘abnormaal’ zijn, in vergelijking met mensen van wie ze de gezondheidstoestand een beetje weten, krabben ze zich achter de oren.

CONTEXT

Neem als voorbeeld, voordat we naar de wetenschap gaan, somberheid en depressieve klachten. Hoe beoordeelt een patiënt of zijn getob een bezoek aan de huisarts rechtvaardigt? Als hij ziet dat familie, vrienden en kennissen ook veel tobben, vindt hij zichzelf niet zo abnormaal en zal hij niet snel naar de dokter gaan, maar als hij meent dat hij toch wel meer klachten heeft dan de meeste anderen, tekent het probleem zich veel scherper af. De ‘medische’ ernst van de klacht doet er niet eens zoveel toe, het gaat om de betekenis die hij aan zijn observatie hecht, en die hangt mede af van de plaats die hij zich op de ranglijst van depressieven toedicht. Die bepaalt voor een groot deel of hij zijn symptomen serieus neemt of niet, dus of hij naar de

huisarts gaat of niet, dus of hij wordt behandeld of niet.

Dit effect is een belangrijke oorzaak van onderbehandeling, niet alleen van depressie, maar bijvoorbeeld ook van angststoornissen. Veel mensen met een depressie of een angststoornis worden niet behandeld, zo lieten Britse psychologen vorig jaar zien in een briljant artikel in de *Journal of Behavioral Decision Making*, omdat het niet tot ze doordringt dat hun klachten nogal uitzonderlijk zijn. Andere mensen worden te snel behandeld omdat ze ten onrechte menen dat ze veel vaker klachten hebben dan anderen. Zoals zij het opschrijven: ‘Oordelen over de ernst van symptomen zijn afhankelijk van de context, en die oordelen zullen ongeldig zijn voor zover iemand onjuiste ideeën geeft over de relevante context.’

NIET REPRESENTATIEF

Hypochonders, illustreren de onderzoekers verder, menen vaak dat zij veel meer lijden dan anderen en veel meer kans op ziektes hebben dan gerechtvaardigd is. Mensen die veel drinken, hebben de neiging te denken dat ook andere mensen veel, en soms nog meer dan zij, drinken. Juist mensen die veel risico lopen op bijvoorbeeld psychische problemen, wonen nogal eens in buurten waar veel mensen psychische problemen hebben, waardoor ze hun eigen problemen onder-

schatten, en de mogelijkheid er iets aan te doen. Een huisarts die op een ochtend drie ernstig depressieve patiënten heeft gezien, zal een vierde eerder als mild beoordelen – ook al heeft die net zo goed baat bij behandeling. Als dankzij publiciteitscampagnes ‘een beetje somber’ normaal wordt, zullen minder in plaats van meer mensen hulp zoeken.

Zou het, in het licht van dit alles, geen interessante uitbreiding van het repertoire van de huisarts kunnen zijn om patiënten eens te vragen waar zij denken te staan op de ranglijst van klachten, van alcoholconsumptie, van psychische problematiek? Een eventuele correctie van die ranglijst kan dan heel geruststellend – of heel verontwaardigend – werken. Misschien willen mensen niet alleen weten of ze ziek zijn, maar ook hoe ziek ze zijn in vergelijking met anderen. ■

Hans van Maanen

- Melrose KL, Brown GDA, Wood AM. Am I abnormal? Relative rank and social norm effects in judgments of anxiety and depression symptom severity. *Journal of Behavioral Decision Making* 2012, DOI: 10.1002/bdm.1754.

Hans van Maanen is wetenschapsjournalist.

