



Zwaargewicht

Donderdagmiddag 4 uur. Rustig loop ik naar de wachtkamer op weg naar de volgende en laatste patiënt van vandaag. Deze middag is dat mevrouw Ali en haar 2-jarige zoontje Mustafa. Wanneer ik haar naam in de wachtkamer zeg, kijkt een stevige, vermoeide vrouw op. Ze glimlacht vriendelijk naar me. Voor haar staat een immens grote buggy, bekapt met boodschappen en plastic tassen. Mevrouw Ali staat langzaam op, slaakt een diepe zucht en zet de buggy in beweging. Naast het handvat van de buggy zitten twee bekerhouders, beide gevuld met een blikje frisdrank. In de buggy zit een peuter achteloos de ene na de andere kaaschips in zijn mond te stoppen. Hij heeft overduidelijk al te veel gehad, want de helft belandt in zijn schoot of op de vloer. 'Dag Mustafa,' zeg ik. Verbaasd kijkt het mannetje me aan, met de kruimels op zijn wangen en een halve kaaschips bengelend aan zijn onderlip.

We lopen verder naar de spreekkamer en met wat passen en meten krijgen we de buggy door de deuropening. De klacht van mevrouw Ali is snel afgehandeld. We gaan verder met Mustafa. Mustafa heeft last van jeuk bij zijn billen en zijn moeder maakt zich daar veel zorgen om. Bij het lichamelijk onderzoek zie ik inderdaad vuurrode billen en ook wat uitslag op zijn stevige spekbeentjes. Ik stel mevrouw Ali gerust en leg uit wat ze aan deze luiersuitslag kan doen. Vervolgens benoem ik dat ik me zorgen maak over het postuur van Mustafa. Mevrouw Ali kijkt me verast aan. 'Mustafa eet niet meer dan andere kinderen, maar wordt gewoon snel dik!' zegt ze verontschuldigend. Verder geeft ze hem echt veel gezonde dingen te eten. Ik zwijg even. Het was niet mijn bedoeling om haar meteen in de verdediging te duwen. Heeft het wel zin wanneer ik nu nog meer ongevraagde adviezen ga geven?

Overgewicht, het komt steeds vaker voor in de spreekkamer. Wanneer ik de consulten van het diabetessprekuur van de praktijkondersteuner autori-

seer, zie ik altijd de BMI-uitslagen van haar patiënten. Een BMI boven de 30 is eerder regel dan uitzondering. Nu is dit een speciale populatie: suikerziekte patiënten in een achterstandswijk. Maar ook onder de gehele Nederlandse bevolking is ongeveer de helft van de volwassene te zwaar.¹ En wat doen we daaraan? Moeten we er wat aan doen of is iedereen vrij te kiezen om te zwaar te zijn of niet? We leven immers in een vrij land!

Wanneer patiënten bij me op het spreekuur komen met klachten of ziekten die deels door overgewicht worden veroorzaakt, bespreek ik uiteraard het belang van afvallen. Maar moet ik er ook over beginnen bij een patiënt met oorspijn die verder geen last lijkt te hebben van zijn of haar overgewicht? In de eed van Hippocrates staat onder andere 'ik zal de gezondheid bevorderen'. Dus ik heb het beloofd. En beloofd is beloofd. Ik geloof ook echt dat een gezonde leefstijl niet alleen ziekten voorkomt maar mensen ook direct gelukkiger maakt. Alleen wringt het nog een beetje om anderen ongevraagde adviezen te geven. Maar in dit geval verschuil ik me dan achter Hippocrates.

Nu is het nog de vraag hoeveel effect deze adviezen hebben. Er zijn veel mensen in de gezondheidszorg werkzaam die al jaren de boodschap aan de man proberen te brengen dat overgewicht ongezond is. En ondertussen worden we maar dikker en dikker. In de afgelopen 30 jaar is het aantal mensen met overgewicht in de westerse wereld bijna verdubbeld! En ook in ontwikkelingslanden is het een probleem aan het worden. Laatst las ik een artikel waarin werd gepleit voor meer bemoeienis van de overheid ten opzichte van overgewicht.² Heel paternalistisch maar wellicht de enige oplossing voor dit probleem. In Denemarken hebben ze een verbod op transvetten ingevoerd en in Mexico hebben ze frisdranken extra belast. Wellicht moeten we dit ook in Nederland gaan invoeren. Het geldt dat door die extra belasting wordt opgehaald, kan direct worden gebruikt om de prijs van groente en fruit kunstmatig laag te houden. Dan wordt het voor

lagere inkomens ook makkelijker om een mandarijn in plaats van een vette koek te kopen. Mensen passen zich vaak het snelst aan zodra ze de gevolgen van hun acties direct in hun portemonnee voelen.

Terug naar Mustafa en zijn kaaschips. Ik wilde nog weten waarom mevrouw Ali haar 2-jarige zoon een hele zak chips had gegeven. Haar antwoord was typerend: 'Dokter, vandaag is anders, vandaag is hij ziek...' Kom maar op met die vettaks! ■

Siri Visser

- 1 <http://www.nationaalkompas.nl/gezondheidsdeterminanten/persoonsgebonden/overgewicht/trend>.
- 2 Smits V. Obesitas is in hele wereld een probleem. Het Parool 4 januari 2014, pagina 11.

Siri Visser is waarnemend huisarts.

