

POWER *to the* PATIENT

De eigenwijze, assertieve patiënt; artsen zitten er niet altijd op te wachten. Psychiater en schrijver Bram Bakker ziet wél alleen de voordelen, en vraagt elke patiënt daarom te googelen naar zijn eigen klachten. 'Alleen emoties ventileren mag ook, maar lost weinig op.'

Onder artsen gaat het verhaal dat de hedendaagse patiënt zo assertief is. 'Ze komen tegenwoordig je spreekuur verzieken nadat ze zichzelf hebben volgestopt met selectieve informatie van het internet,' zei een collega onlangs tegen me. 'En steek jij daar dan nog weleens iets van op?', probeerde ik een grapje. 'Ze snappen er meestal helemaal niets van, het kost me alleen maar extra tijd om uit te leggen hoe het wél zit', mopperde hij nog even verder. Toen ik hem vroeg hoe vaak hij dit nu daadwerkelijk meemaakt, en of dit soort mensen, die zelfstudie op hun gezondheidsklachten hebben losgelaten, er niet altijd al zijn geweest, krabbelde hij een beetje terug: 'De mensen die me gewoon geloven zijn er gelukkig ook nog.' En: 'Van die eigenwijze types waren er vóór het internettijdperk inderdaad ook al wel.'

Het zijn net gewone mensen, die dokters. Ze maken elkaar wijs dat de moderne zieke veel meer noten op de zang heeft dan die van vroeger, maar objectief bewijs ontbreekt. En, nog veel belangrijker, het is niet gezegd dat iedereen die zich documenteert op het internet vervolgens met verkeerde vragen richting de dokter gaat.

Mijn vriend Gerrit, die twee jaar geleden overleed aan de ellendige spierziekte ALS, had al een paar frustrerende doktersbezoeken achter de rug toen hij de problemen die hij had met spreken zelf maar eens intypte op Google. Waar zowel een kno-arts als een neuroloog hadden geconcludeerd dat er geen afwijkingen te vinden waren, kwam hij zelf al heel snel bij de uiteindelijke diagnose uit. Die direct kon worden bevestigd door een andere, gespecialiseerde kno-arts in een academisch ziekenhuis, die met deze hypothese in het achterhoofd naar het functioneren

'Ze verzieken je spreekuur nadat ze zich hebben volgestopt met informatie van het internet,' zei een collega

(of eigenlijk disfunctioneren) van zijn stembanden keek. Een goed voorbeeld van iemand die zelf behulpzaam is bij het zoeken naar de juiste diagnose. Ook in mijn vak zoeken mensen veel zelf op het internet, en eigenlijk heb ik daar ook altijd wel wat aan. Ik hoef de verschillen tussen burn-out en depressie bijvoorbeeld niet meer gedetailleerd uit te leggen, of ik mag antwoord geven op heel gerichte vragen, die vaker wel dan niet zinnig zijn: 'U zegt dat ik een depressie heb, maar hoe weet ik nu zeker dat ik niet manisch-depressief ben?' of 'Ik hoor steeds vaker dat antidepressiva gevaarlijk zijn, en nu wilt u mij toch zo'n middel voorschrijven? Dat vind ik echt vreemd.'

Zelfs de uitgesproken achterdocht van iemand met een psychose kan bijdragen aan een goed gesprek. Ik vraag dan ook uit mezelf vaak al wat er over het complot te vinden was op het internet. Het klinkt oneerbiedig, maar hoe onwaarschijnlijker de theorie, hoe ernstiger de stoornis, is mijn indruk. Nog veel mooier is het dat ik mensen ook zelf aan het werk kan zetten door ze huiswerkopdrachten mee te geven. 'Misschien wilt u zich eens gaan verdiepen in de behandelmogelijkheden die er zijn voor uw paniekaanvallen?' kan ik een mevrouw met angstklachten na een intake vragen. Ik hoor dan de keer daarop niet alleen wat ze heeft gevonden, maar kan me ook een beter beeld vormen van wat bij haar past, hoe slim ze is, en hoe gemotiveerd. Zonder uitzondering vraag ik tegenwoordig of mensen zich nader in hun klachten willen verdiepen na het eerste gesprek en of ze voor de volgende afspraak alle vragen waar ze tegenaan zijn gelopen willen opschrijven. Op deze manier wordt het contact gestructureerd, en verlopen de gesprekken veel effectiever dan wanneer alleen maar emoties worden geventileerd. Dat kan en mag natuurlijk ook, maar in de regel lost het weinig op. De tijd dat de dokter een onaantastbare autoriteit had, en zich ook gedroeg alsof dat terecht was, ligt nog niet zo heel lang achter ons. En het is goed dat we daar nu een beetje vanaf zijn. Hulpverlening gedijt het best binnen een gelijkwaardige relatie. De dokter heeft kennis, de patiënt weet hoe het voelt. ■

TEKST BRAM BAKKER FOTOGRAFIE ANNE TIMMER MET DANK AAN JAMIE LEE (MODEL)

