

Modern dokteren

„Beweegt u nou zelf wel genoeg dokter en let u op uw voeding?“, vraagt meneer Kaan, 47 jaar, nadat ik dat advies aan hem geef. Hij zegt het als grapje (hoop ik), maar hij heeft wel een punt. Een dokter die zijn patiënt van alles adviseert, maar vervolgens zelf de adviezen in de wind slaat, hoe geloofwaardig is die dan? Een huisarts die rookt en dan bijna dwingend patiënten adviseert om te stoppen met roken, hoe serieus wordt die gevonden?

Nou ben ik een gadget-liefhebber en dat samen met mijn huisartsenvak en mijn leeftijd (49 jaar) heeft ervoor gezorgd dat ik thuis een bluetooth-bloeddrukmeter en een bluetooth-weegschaal heb, waarbij de metingen op mijn smartphone zichtbaar zijn, een smartwatch om het aantal stappen per dag bij te houden en diverse apps, met onder andere het aantal kilocalorieën van verschillende voedingsproducten. Het is een moderne manier voor mij om bepaalde lichaamsfuncties te controleren en een inschatting te doen of ik bepaalde risico's loop. Overigens vraag ik dan aan de dokter in de spiegel of alles in orde is.

Het is voor nu en de toekomst dat mensen steeds meer zelfmetingen gaan doen. Daarvoor is reeds allerlei software ontwikkeld en verkrijgbaar. De gezondheidszorg wordt steeds duurder en voorkomen is echt beter dan genezen. Dus waarom niet dagelijks gewoon met je gezondheid bezig zijn? De vraag van meneer Kaan is dan ook terecht wat mij betreft.

Ik roep Marlies de Bruin binnen, 33 jaar. „Ik moet de laatste tijd heel veel plassen, iedere dag weer. Ik denk dat ik een blaasontsteking heb, alhoewel ik geen pijn in mijn buik heb. Ik heb urine meegenomen.“ Ook dit is makkelijk thuis te doen, denk ik als ik het stickje om de urine te onderzoeken in het potje met urine doop. De glucose (suiker) in de urine slaat flink uit, alsook de witte bloedlichaampjes, bloed en het nitriet. Het is zeker een blaasontsteking en mogelijk heeft ze suikerziekte (diabetes) ontwikkeld.

Ik leg het Marlies uit, schrijf antibiotica uit voor de blaasontsteking en een formulier om bloed te laten prikken. Marlies barst in tranen uit. „Ik kan dit er echt niet bij hebben André, er zijn nu zoveel problemen op mijn werk en mijn kinderen gaan niet goed op school.“ Hier kan geen enkele meting tegen op, denk ik als ik mijn arm om Marlies heen leg en haar probeer te troosten.

Huisarts André van Loenen heeft een dokterspraktijk en is directeur van Medisch Centrum Zaan zorg waar verschillende hulpverleners met elkaar samenwerken. Om de week schrijft hij voor deze krant. De beschreven voorvallen berusten op waarheid. Genoemde personen zijn fictief.

