

Doelen stellen

Mijn middagspreekuur begint. De 86-jarige mevrouw Wit staat als eerste op mijn lijst. Een echte dame, in uitstraling en gedrag. Altijd netjes gekleed, in mijn optiek zelfs deftig, maar dat zegt waarschijnlijk meer over mij dan over haar. Welbespraakt, goed opgeleid en altijd keurig in het contact dat we hebben.

Al zes jaar is ze onder mijn hoede voor haar COPD GOLD III. Gezien haar zeer slechte longfunctie is ze opmerkelijk actief. Actiever dan ik op basis van een FEV₁ van 1,02 zou verwachten. Klachten heeft ze eigenlijk nooit, beperkingen evenmin.

Toen ik begon om haar te controleren had ik doelen, veel doelen. Deze jonge, ambitieuze praktijkondersteuner vond dat ze meer moest weten over haar COPD. Ook vond (en vind) ik dat ze zich bewust moest zijn van wat de toekomst haar zou brengen. Het perspectief is immers niet vrolijk bij GOLD III. Invaliditeit ligt op de loer. Trainen dus, fysiotherapie, conditie. De ademtechniek kon ook beter.

In de afgelopen zes jaar heeft deze aardige, deftige dame mij volstrekt duidelijk gemaakt dat ik niet zo veel moet willen. Zij is tevreden met haar leven. 'Op mijn leeftijd hoef ik niet meer zoveel,' zegt ze altijd. Bovendien heeft haar "vrindje" die toevallig longarts is, haar alles al verteld. Helder en duidelijk ben ik op mijn plaats gezet. Ik heb het geaccepteerd. Niet zo

moelijk, want ik heb weinig keuze. De doelen die ik had heb ik laten varen. Mijn nieuwe doel is nu contact houden. Een goed contact tijdens de periodieke controles en er zijn als ik iets kan betekenen. Met deze insteek hebben we tweemaal per jaar een consult.

Ik roep haar binnen. Ze ziet er weer patent uit. Ik ben er jaloers op en hoop stiekem dat mijn vrouw er op die leeftijd nog net zo goed uitziet als deze dame. We raken gezellig aan de praat. Behendig combineer ik anamnese met een gesprekje over kinderen en kleinkinderen. Alles gaat goed, zoals altijd. De longfunctie is ongewijzigd slecht. Zij stelt er altijd prijs op als ik ook even haar bloeddruk opneem. Terwijl ik om mijn bureau heenloop op weg naar mijn bloeddrukmeter, stoot ik een plantje van tafel. Het potje spat uiteen op de grond. 'Nou, dat doet u weer niet zo handig,' krijg ik naar mijn hoofd geslingerd. 'Gaat u maar even stoffer en blik halen.' Braaf gehoorzaam ik. Als ik mijn kamer inloop met stoffer en blik worden grist mevrouw Wit deze gelijk uit mijn handen. 'Laat mij maar' en ze kruipt op haar knieën op de grond en begint te vegen. Ik realiseer me dat mijn mond open staat van verbazing. Nadat ik deze gesloten heb, leg ik haar uit dat ik het liever zelf doe, ik wil haar niet belasten, zeg ik. Maar al vegend legt ze me uit dat ze zich zo lekker nuttig voelt en dat ik beter iets kan gaan

schrijven. Ik sputter nog wat tegen, maar zonder succes. IJverig gaat ze door met vegen. Terwijl ik aan mijn bureau sta, voel ik de dame tegen mijn benen tikken. 'Til je benen eens op knul, daaronder ligt ook wat.' Wederom doe ik braaf wat me gevraagd wordt. Ondertussen praat ik met haar. Ze blijkt zich al jaren niet meer echt nuttig te voelen voor de maatschappij. Ze wil graag wat doen, anders is het leven zo saai. Terwijl ik zie dat mijn kamer schoongeveegd wordt, draaien mijn gedachten op volle toeren. Ik heb een nieuw doel! Nee, wij hebben een nieuw doel! Samen, de dame en ik.

We sluiten het consult af. Ze komt na een week weer terug om te praten over wat ze kan doen om nuttig te zijn en zich nuttig te voelen. Dat is kwaliteit, kwaliteit van leven.

Via de vrijwilligerscentrale is ze nu leesoma op een school. Ze geniet. 'Soms heb je toch wel leuke ideeën,' zei ze laatst.

Bas Janssen

Bas Janssen (37) is praktijkondersteuner in een gezondheidscentrum in Almere. Hij volgt de opleiding tot physician assistant, is getrouwd en heeft drie kinderen. Hij geeft les aan de opleiding tot praktijkondersteuner.