

Leidsch Dagblad

OPGERICHT 1 MAART 1860

WWW.LEIDSDAGBLAD.NL

REDACTIE@LEIDSDAGBLAD.NL

ZATERDAG 2 JULI 2016

ZATERDAG 2 JULI 2016

LRY08

4 Regionaal

**Verhaal
van de dag**

Gezondheidszorg voor de oudste mensen richt zich te veel op het 'beperken van ellende'. Hebt u hoofdpijn? Bent u duizelig? Hoe gaat het met uw gehoor, uw ogen? Deze vragen stellen artsen wel, zegt Joris Slaets van de Leyden Academy on Vitality and Ageing. Maar de belangrijkste vraag stellen zij niet, en die luidt: 'Bent u gelukkig? Wat kunnen wij doen om uw leven betekenis te geven?'

Gelukkig tot het laatst



Wilfred Simons
w.simons@hollandmediacombinatie.nl

Leiden * De Leyden Academy on Vitality and Ageing wordt nog altijd sterk geassocieerd met zijn eerste directeur Rudi Westendorp. Sinds anderhalf jaar is echter de Groningse hoogleraar ouderengeneeskunde Joris Slaets (63) directeur van het Leidse kennisinstituut, dat onderzoek doet naar de vraag hoe mensen zo goed mogelijk oud kunnen worden. Hoewel Westendorp zeker nooit blind was voor het 'rafelige einde van het leven', benadrukte hij liever de positieve kanten van het ouder worden. Medicijnen kunnen veel klachten onderdrukken. Lichamen, zei hij tijdens de presentatie van zijn boek 'Oud worden zonder het te zijn' in januari 2014, bestaan net als 'auto's en wasmachines' uit onderdelen. Kiezen, ooglenzen, kransslagaders en heupen kunnen worden vervangen door nieuwe exemplaren. Slaets legt andere accenten dan Westendorp. Hij is vooral geïnteresseerd in het verbeteren van de levenskwaliteit van hoogbejaarden, die vaak minder vitaal zijn dan jongbejaarden. Ze zijn vaak sterk gebonden aan het eigen huis en de eigen buurt en wonen soms zelfs in verpleeghuizen. Als voormalig

vice-voorzitter van de Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek is Slaets ook geïnteresseerd in medisch-ethische vraagstukken, want niet alles wat medisch mogelijk is, heeft betekenis vanuit het gezichtspunt van de betrokkenen. Voor onze meest kwetsbare ouderen hebben we als samenleving tussen de 50.000 en 70.000 euro per persoon per jaar beschikbaar, rekent Slaets voor. Ook is onderzocht dat we in het laatste levensjaar een kleine 15 procent van onze levenslange zorgkosten opmaken. „Ondanks alle bezuinigingen van de afgelopen jaren, hebben wij nog altijd veel voor onze ouderen over.” Dat geld wordt in zijn ogen echter niet erg doelmatig gebruikt. Artsen zijn getraind op het bestrijden van klachten en aandoeningen - zij streven naar 'afwezigheid van narigheid'. Dat is uiteindelijk tot mislukken gedoemd, zegt Slaets. „We genezen niemand van de accumulatie van schade die het leven nu eenmaal met zich meebrengt. Tot het bittere einde strijden tegen ziekte en beperkingen is dwaasheid. Het moet gaan over leven, niet alleen maar overleven.”

Gelukkig

Hoeveel mooier zou het zijn als een arts kan zeggen tegen een patiënt in zijn vermoedelijk laatste levensjaar: 'Nu u afhankelijk bent geworden, kan de samenleving u

'Het moet gaan over leven, niet alleen overleven'

met 50.000 euro ondersteunen. U mag dat bedrag besteden zoals u dat wilt. Wat wilt u nog doen? Voor wie wilt u van betekenis zijn? Waar wordt u gelukkig van? „Wat zou die patiënt dan zeggen?“, vraagt Slaets zich retorisch af. „Maakt hij of zij dezelfde keuzes die de zorg voor hem of haar zou maken? Nee!”

De vraag: 'Wat maakt u in deze levensfase gelukkig?' is niet voor iedereen eenvoudig te beantwoorden. Sommige ouderen, weet Slaets, hebben een duidelijk antwoord paraat. Misschien willen zij in dat laatste levensjaar full time mantelzorg ontvangen van hun kinderen en kan het geld worden gebruikt voor onbetaald verlof. Misschien wil zo iemand wel een reis naar Florence maken. Maar net zo vaak weten de ouderen het antwoord niet - ze hebben zichzelf die vraag nooit gesteld. Iedereen weet dat wij niet eeuwig leven, maar al te gemakkelijk gaan wij er van uit dat de laatste levensfase die leidt tot de dood 'ver weg'

is. Wie dan leeft, die dan zorgt. „Het lijkt wel alsof we die laatste fase er uit willen knippen”, zegt Slaets. „Als we er al over nadenken, dan toch op een armoedige manier. We willen gezond oud worden en dan dood. Ik vind dat dat anders moet, we moeten eerder nadenken over de vraag hoe wij onze laatste levensfase willen inrichten. We denken ook na over ons leven als er een baby wordt geboren: we kopen een huis, zoeken een school, regelen oppas. We denken na over onze carrière, een beetje over ons pensioen, maar niet over onze laatste levensfase.”

Slaets erkent dat hij radicale ideeën heeft. Als hij ze onder de aandacht brengt op het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport merkt hij dat hij de politici en ambtenaren 'op abstract niveau wel mee krijgt'. Zorgverleners die naar de hele persoon kijken, die niet alleen symptomen bestrijden, die het geluk, de belangen en het zelfbeschikkingsrecht van hun patiënt voor ogen hebben, tja - wie kan daar tegen zijn? „Maar hoe doe je dat concreet? Hoe voer je het uit? En hoe gaan we om met gevestigde belangen?”



Ouderen 'Profburgwijk' zijn voorbeeld van hoe het moet

Leiden * Eenzaamheid is één van de belangrijkste problemen in het leven van hoogbejaarden. Ze zijn, veel meer dan jongeren, aangewezen op mensen in hun directe leefomgeving, maar zij durven niet altijd een beroep op hen te doen, zegt Joris Slaets. „Als ik afhankelijke mensen vraag, waarom zij geen contact zoeken met de mensen in hun buurt, zeggen zij: 'Wij durven die mensen niets te vragen, want wij hebben vroeger ook niets voor hen betekend'.” Slaets is daarom erg blij met het Ouderencontact Profburgwijk in de Leidse Professoren- en Burgemeesterswijk. Sinds 2013 komen elke donderdagochtend ouderen uit de wijk bijeen, vaak in de kantine van korfbalvereniging Trigon, maar ook wel bij elkaar thuis. Ze drinken koffie, luisteren naar lezingen en maken excursies.

Ze leren elkaar hoe zij gebruik moeten maken van tablets, laptops en mobiele telefoons. Ook met de gemeente onderhouden ze contact.

Eenzaamheid is ook voor ouderen in de Professoren- en Burgemeesterswijk een gespreksonderwerp. Maar Slaets ziet de manier waarop de ouderen hun sociale leven aanpakken, als een schoolvoorbeeld van hoe het moet. „Het is een triest feit dat wij onze oudste eenzame mensen niet bereiken - dat zal ook niet gebeuren. 'Maar houd dit vol', zeg ik tegen de 75-plussers in de wijk, 'dan gaat dat u niet overkomen'. Laat ze maar oud worden! Als ze hun gemeenschap in stand weten te houden en ze krijgen goede zorg aan huis, gaat dat goed.”

<http://ouderencontactprofburgwijk.nl>

Op donderdag 23 juni was prof Joris Slaets bij ons op bezoek bij onze Trigon-bijeenkomst. Wij allen ervoeren zijn verhaal, zijn benadering van de vraag waar we het nu echt over zouden moeten hebben als we praten over de problemen van oude worden, als heel inspirerend en relevant.

Een week later verscheen in het Leidsch Dagblad een groot interview met prof Slaets. We drukten het hierboven af, inclusief het bijbehorende stukje over ons Ouderencontact!