

*Studiedag Doctors4Doctors 16 november 2017 KBC Toren Antwerpen*

Geachte Meneer De Minister,  
Dear Professor Jane Lemeire,  
Chère Professeur Pascal Chabot,  
Geachte collega's,  
Geachte Dames en Heren,

Als voorzitter van de vzw D4D en in naam van de Raad van Bestuur en het Dagelijks Bestuur heet ik u allen van harte welkom op onze tweede studiedag.

“Doctoring is being the doctor YOU want to be” was de slotzin van onze eerste studiedag september 2015.

We vroegen ons toen af: Is arts zijn een job of een roeping? En vooral: hoe houden we het vol in een zich steeds veranderende wereld rondom ons? Kunnen we ons als health professionals voldoende adapteren? Is onze allostase voldoende reactief? Hoe blijven we bevoegen en gezond? Hoe behouden we onze bezieling? Stephen Feldman deelde met ons zijn visie over de artsen-cultuur die hij gedurende vele jaren doorheen zijn fotocamera had geobserveerd en vastgelegd. We vroegen ons af waarom de gezondheidstoestand van artsen niet gemeten wordt. Prof. Dr. Jean Wallace toonde ons haar in 2009 in The Lancet gepubliceerde wetenschappelijk onderzoek en statement dat ‘physician wellness a missing quality indicator’ is. We zijn zeer vereerd dat we vandaag haar Canadese co-auteur en vriendin Prof. Dr. Jane Lemaire bij ons hebben om het vervolg van hun verhaal en studies te leren kennen.

Na het succes en de eerste euforie na die dag 10 september 2015, waarin we ook alle belangrijke betrokken stakeholders in een debat hadden horen zeggen dat er nood was aan het verder ontwikkelen en ondersteunen van een gecoördineerd actieplan ter preventie en aanpak van het psychisch disfunctioneren van artsen, in het bijzonder ten gevolge van burn-out, vonden we het belangrijk de ingeslagen weg toch verder te zetten.

Een tweejaarlijkse studiedag organiseren is ons uitgangspunt geworden.

Wederom hebben een heel aantal mensen zich in hun vrije tijd ingespannen om deze dag voor u georganiseerd te krijgen. Mijn grote bewondering en dank hiervoor.

Ook ieders aanwezigheid hier doet ons deugd en zien we als een belangrijke steun voor onze organisatie die er voor alle artsen wil zijn.

13 december zal het 4 jaar geleden zijn dat we Doctors4Doctors boven de doopfond hielden. 2017 is het echter 10 jaar dat er met bijzondere passie gewerkt is aan het concept ‘zorg dragen voor andere artsen’. In het bijzonder mag ik toch wel de mede-oprichter van D4D hierbij vernoemen: collega Dr. Eric Boydens.

In die voorbije jaren is er veel gerealiseerd. We hebben veel gelijkgestemde collega's ontmoet in binnen- en buitenland en ontdekten dat de tijdsgeest rijp was om het probleem te benoemen en aan te pakken. Alles start tenslotte met bewustwording.

Onze missie blijft artsen in het zadel houden en hen van in het begin, tijdens studie en start van hun actieve carrière te laten erkennen dat ze niet onnipotent zijn en dat het toegelaten is om ook een kwetsbare mens te zijn. Zelf-zorg, vergt zelf-kennis, zelf-sturing en een zekere discipline. Artsen nemen veel te weinig tijd voor deze zelfzorg en zelfreflectie. Ze nemen zelfs te weinig tijd voor hun basisbehoeften zoals eten en naar het toilet gaan!

Via onze website [doctors4doctors.be](http://doctors4doctors.be) vonden reeds 250 collega's de voorbije 4 jaar de weg naar ons aanbod. Van in het begin vonden we het belangrijk om alle data te registreren. Met de hulp van enkele Manama-studenten konden we in oktober van dit jaar de eerste resultaten publiceren in HuisartsNu.

Gemiddeld 1 aanmelding per week wordt verwerkt door onze 4 getrainde intake-artsen. 69% van de aanmelders zijn vrouwen, 31% mannen. Dit is een vergelijkbare verhouding die gevonden wordt in de Europese ESEMED studie bij de prevalentie van mentale problemen in de algemene populatie. Vrouwen zijn vatbaarder, maar zoeken ook sneller hulp.

60% van de aanmelders stroomden door in één of ander begeleidingstraject binnen ons operationeel netwerk dat bestaat uit in burn-out gespecialiseerde huisartsen, psychiaters, psychologen, therapeuten en burn-out en jobcoaches. In België zijn naar ons weten nog geen professioneel opgeleide medical coaches werkzaam.

Om die reden kijken we vandaag ook heel erg uit naar de voordracht van Anouk Borgers, medical coach in Nederland en gespecialiseerd in het begeleiden van artsen.

Opvallend bij onze aanmeldingen is dat er zich dubbel zoveel arts-assistenten in opleiding tov huisartsen in opleiding aanmelden (12% versus 6%). Het aandeel vrouwen is hier 90%! Bij de gevestigde artsen is de groep huisartsen iets groter dan de specialisten: 37% versus 33%.

Ligt het aan de werkomgeving? Aan de manier van opleiden? Geeft een ziekenhuisomgeving meer aanleiding tot burn-out? De vrouwen zitten in een leeftijdsfase waar ze naast hun carrière ook vaak een gezin willen starten. Interessant om te volgen nu binnenkort ook HAIO's een deel van hun opleiding in ziekenhuizen zullen kunnen doorlopen.

Professor Cras, diensthoofd neurologie in het Universitaire Ziekenhuis Antwerpen en Professor Jane Lemaire van the University of Calgary zullen in de namiddag inzoemen op de toch bijzondere risicogroep van arts-assistenten in opleiding.

De voornaamste redenen voor aanmelding zijn burn-out, werkgerelateerde problemen (of conflicten), levensbeschouwelijke en familiale problemen, en psychiatrische problematiek (middelenafhankelijkheid, depressie, persoonlijkheidsproblematiek).

Wat de aanmelders als positief ervaren waren de snelle hulpverlening, discretie en laagdrempeligheid. Het feit dat een andere arts naar hen luisterde en advies gaf voelde men aan als professioneel en veilig en heeft het voordeel dat men zich snel begrepen voelt.

We zijn blij dat de voorbije jaren het hulpaanbod voor artsen in nood verder is uitgebreid met andere initiatieven. In het bijzonder Arts in Nood, het sinds oktober 2016 Nationale project van de Orde der Artsen. D4D en AiN zoeken sindsdien naar gemeenschappelijke projecten om te realiseren, zoals bv. de recent uitgekomen film 'Burning-Out' van de Belgische regisseur Jerome Le Maire waarvan we het peter- en meterschap hadden. Het verder ontwikkelen van een gemeenschappelijke digitaal beschikbare bibliotheek omtrent het onderwerp, alsook ondersteuning voor verder wetenschappelijk onderzoek behoren tot toekomstige mogelijkheden.

Naast het individuele begeleidingswerk wil D4D ook actief zijn op het beleidsvlak. Cultuurverandering of verbetering van de werkomstandigheden kan slechts gerealiseerd worden als ook wordt ingezet op gezonde werkomgevingen (zowel bij huisartsen als in ziekenhuizen) en een algemeen gezondheidsbeleid dat mee zorgt draagt voor zijn artsen!

Onze voornaamste leidraad hierin blijven de 14 richtlijnen van de KCE studie ter preventie van burn-out bij artsen. Onze kracht ligt daarin in het vanuit de basis mee richting geven en vertalen naar het beleid toe van wat er leeft bij artsen. Een andere kracht van onze organisatie is het vrijwillige engagement. Zeer sterk is dat. In die zin zijn we ook al de leden van D4D dankbaar voor de jaarlijkse lid-geld sponsoring die ze ons toevertrouwen. Ook de steun van de Orde van Antwerpen, de Vlaamse Gemeenschap voor het project co-artsen en van de Koning Boudewijnstichting was en blijft zeer belangrijk.

Ons globale actieplan voor de toekomst hebben we verdeeld onder verschillende werkgroepen: aanmeldingen, vorming en training voor artsen en eigen medewerkers, het verder ontwikkelen van het project co-artsen, wetenschappelijk werk, steunfonds en pers en communicatie.

Onder onze werkgroep vorming en voordrachten valt bv deze studiedag, maar nadien blijven we ook lezingen en voordrachten geven doorheen gans Vlaanderen. Verschillende intervisiegroepen zijn lopende en enkele malen per jaar kan men zich inschrijven voor opleiding. We dromen van een Villa Sana, naar analogie van een initiatief in Noorwegen.

Het project co-artsen is ons paradepaardje wat betreft cultuurverandering. Het feit dat het gretig werd opgepikt in zowel de gewone als de meer satirische media illustreert nogmaals het groeiende maatschappelijke draagvlak van de zorg voor artsen. Met de hulp van Domus Medica, KBS en de Vlaamse Gemeenschap konden we in de huisartsenkringen een opleidingscursus organiseren. Onze hypothese is dat deze opgeleide artsen door peer to peer support de cultuur van zelfzorg en zorg voor elkaar kunnen veranderen. We horen en voelen aan dat ook in ziekenhuizen en onder arts-specialisten initiatieven op dit vlak nodig zijn. Samen met onze Raad der Wijzen werken we aan een concept.

Patiënten verdienen gezonde en gelukkige artsen! Stel dat we de gezondheid van artsen zouden meten en openbaar maken: naar welk ziekenhuis zou je dan willen gaan? Dat met 50% gezonde artsen of dat met 90% gezonde en gelukkige artsen? Want het is wetenschappelijk aangetoond: gezonde artsen leveren betere zorg af en maken minder medische fouten.

Om deze reden kwamen we op het idee om tijdens deze studiedag de aandacht ook eens te vestigen op ons persoonlijke groeiproces. En wie steunt ons daarin? Onze studiedag kreeg deze editie dan ook de titel: "Groeien als arts: hoe helpen we elkaar?".

Het individuele groeiproces kan niet los gezien worden van de maatschappij en cultuur waarin we leven. Om die reden vonden we twee filosofen bereid om hun huidige maatschappijvisie met ons te delen. Een in het Frans, een in het Nederlands. Brussel en Gent verenigd in Antwerpen.

Professor Pascal Chabot zal naar aanleiding van zijn boek 'Global Burn-out' praten over wat er volgens hem nu precies 'opbrandt'. Zitten we in een veranderend arbeidsethos? Is het productie- en managementdenken een risico voor onze gezondheid?

Op het einde van deze dag zullen we Prof. Ignaas Devisch, filosoof en medisch ethicus, en auteur van de recente boeken Rusteloosheid en Het Empatisch Teveel horen wat zijn visie is op de veranderende medische cultuur. De uitnodiging tot een eerlijke zelf-reflectie wordt door zijn lezing hopelijk verder aangewakkerd.

Net zoals vorige editie hebben we Dhr. Guy Tegenbos, 30jaar dienst als journalist en columnist bij De Standaard, bereid gevonden om opnieuw moderator te zijn en alles aan elkaar te praten. Hartelijk dank alvast hiervoor Guy.

Rest mij dan nog enkel de eerste spreker van deze dag aan te kondigen. Ministers hebben ongetwijfeld ook zeer drukke agenda's en moeten soms van ver komen. Om die reden alvast hartelijk dank voor uw aanwezigheid en blijf van steun voor D4D meneer de Minister.

Minister Jo Van Deurzen is Vlaams Minister van Welzijn, Volksgezondheid en Gezin. We weten dat hij preventie van psychische aandoeningen, in het bijzonder depressie en suicide, hoog in het vaandel voert en hier ook sterk op inzet. Recente cijfers blijven echter aantonen dat artsen een significant verhoogd suïciderisico hebben. Een factor 1,1 tot 3,4 onder mannelijke en 2,5 tot 5,7 onder vrouwelijke artsen ten opzichte van de algemene bevolking. Net zoals elke burger van dit land verdienen ook artsen een goed en ondersteunend gezondheidssysteem, een goed sociaal en financieel vangnet voor wanneer het even fout dreigt te gaan. De ondersteuning die de Vlaamse Overheid aan het project co-artsen geeft en hopelijk zal blijven geven, draagt ons inziens substantieel bij aan het verkleinen van dit risico.

Ik wens iedereen een aangename en leerrijke studiedag!