

# Boeken- en podcastspecial!



Helemaal verdwijnen in een goed leesboek. Je kennis vergroten via een podcast of een non-fictie uitgave. Elke verpleegkundige M&G is er niet vies van, zo denken wij van de redactie van Tijdschrift M&G. Het ontbreekt alleen vaak aan tijd. Haal deze bijlage er daarom uit en bewaar die! De houdbaarheidsdatum is namelijk onbeperkt. Ga op zoek naar die tijd voor jezelf en gebruik deze boekenspecial als inspiratie.

## Telkens opnieuw afscheid nemen

**Nicci Gerrard**

*Woorden schieten tekort. Over dementie: een bijzonder lang afscheid*  
Uitgeverij Meulenhoff (2019)

In *Woorden schieten tekort* onderzoekt Nicci Gerrard - bekend van de thrillers die ze met haar partner schreef onder het pseudoniem Nicci French - op indringende wijze alle fases van het ziekteverloop bij dementie en wat deze ziekte betekent voor de betrokkenen. De vader van Gerrard overleed aan dementie en zijn ziekteproces is de rode draad door het boek. Aan de hand van korte persoonlijke anekdotes laat Gerrard zien hoe zij en haar familie stap voor stap haar vader moeten loslaten. In de zomer voordat haar vader overleed, ging ze bijvoorbeeld samen met hem naar de sauna. Daar hield hij erg van, het herinnerde hem aan de tijd dat hij als zorgeloze jongeman in Finland woonde. Na de sauna ging hij het meer in. 'Mijn oude, boze vader zwom een paar slagen en begon toen te zingen', schrijft Gerrard. 'Het was een lied dat ik niet kende en sindsdien ook nooit meer heb gehoord. Hij zwom in kleine cirkels en zong in zichzelf. Hij leek tevreden, gelukkig zelfs - maar tegelijkertijd maakte hij een uiterst eenzame indruk, alsof er niemand meer op de wereld was behalve hij in dat halfduister en die doordringende stilte, met dat meer, de bomen, de maan en hier en daar een ster.'

Gerrard gaat op liefdevolle wijze op zoek naar wie iemand door de tijd heen is geweest. Zoals zij zo mooi zegt: 'We lijden aan 'tijdsverwarring', doordat we alle leeftijden die we ooit hebben gehad in ons verenigen. We zien onszelf als jong, omdat we dat in zekere zin ook zijn. Onze oudere, huidige zelf is nog een vreemde, bij wie we ons niet op ons gemak voelen en waar we nog aan moeten wennen.'

### Sluipmoordenaar

Dit boek leert je om op andere wijze te kijken naar zowel jezelf als naar kwetsbare ouderen en mensen met dementie in het bijzonder. Deze ziekte die als een sluipmoordenaar stap voor stap iemands identiteit wegneemt, de persoon die je ooit hebt gekend als het ware uitholt. Gerrard laat de frustratie en het verdriet zien, de gevoelens van onmacht die daarmee gepaard gaan. Maar beschrijft ook op integere wijze wat er soms nog wel is, bijvoorbeeld de liefde voor muziek, voor de natuur of voor kunst. Of gewoon een vertrouwd gebaar.

Het boek is een aanrader voor iedereen die in de langdurige zorg werkt (of gaat werken) met ouderen en mensen met dementie. Het helpt om meer begrip te krijgen voor de situatie van zowel de persoon met dementie als voor de mantelzorger. Begrip voor het lange en pijnlijke proces van telkens opnieuw afscheid nemen, al voordat iemand is



overleden. Het leert over schuldgevoelens, maar ook over liefdevolle momenten, de herkenning in kleine dingen, een stem, een herinnering uit het verleden.

### Wijze les

Gerrard eindigt met een wijze les. We moeten niet wachten op een slechte diagnose voordat we een zinvoller leven gaan leiden. Het leven is al vanaf het begin eindig, een eindig leven is per definitie een kostbaar leven en dus waard om geleefd te worden. 🐦

*Mariska de Bont, adviseur beroepsontwikkeling bij V&VN en senior beleidsadviseur wijkzorg bij Envida*

# Het beste boek uit 2020 van...

## Harriette van Buel-Bruins, voorzitter Vakgroep seksuele gezondheid



Het boek *Verneukt* van Marc Verburg (uitgeverij Silium) geeft een indringende inzicht in de gay-scene als het gaat om liefde, seks, drugs en de gevolgen hiervan. Drugs in deze scene worden ook wel 'chems' genoemd, een afkorting van chemseks. Als sociaal verpleegkundige seksuele gezondheid op een SOA-poli van de GGD, kom ik het onderwerp chemseks al een aantal jaren tegen. Niet alleen in positieve zin; een boost voor de beleving (intensiviteit en langdurige seks), maar vooral als het gaat om de gevolgen

van het toenemend gebruik ervan. Deze kunnen in velerlei opzichten zeer ernstig zijn: fysiek (afname gezondheid), psychisch (sterke afhankelijkheid van de middelen en toenemende behoefte aan gebruik ervan met verslaving als gevolg), economisch (verlies van baan door bijvoorbeeld ziekteverzuim).

Tijdens mijn SOA-sprekuren hoorde ik een paar jaar

geleden voor het eerst over drugs tijdens sekscontacten bij MSM. Gaandeweg kwamen daar de verhalen van het 'slammen' (intraveneus spuiten van drugs) bij. Sommige mannen gaven tijdens de consulten al wat inzicht in hun wereld van chems en seks. *Verneukt* geeft echter een uiterst scherp beeld hoe mannen tot chems komen en wat de impact op iemands leven is. Een knap en tegelijkertijd kwetsbaar geschreven boek.

### Voor welke uitdaging staat jouw fractie in 2021?

Na een zeer turbulent 'coronajaar' 2020, waarin ons werk nagenoeg stil kwam te liggen, staat de Vakgroep seksuele gezondheid in 2021 voor de uitdaging om de draad weer op te pakken. We vergaderden in 2020 een paar keer online met elkaar. Er werd vooral gesproken over de ervaringen met onze inzet voor de coronateams. De combinatie met de eigen taken en deze inzet voor de pandemie was vaak heftig en intensief. Ik hoop dat we in 2021 tijd hebben om ons doel 'meer communiceren met de achterban' vorm te kunnen geven. ☺

## Rieke van de Wetering, voorzitter Vakgroep wijkverpleegkundigen

*Opgewekt naar de eindstreep, Het laatste geheime dagboek van Hendrik Groen 90 jaar* (uitgeverij Meulenhoff) vind ik een geweldig boek uit de serie van *Hendrik Groen* waarmee je een kijkje krijgt in de belevingswereld van ouderen. Je wordt op een aanstekelijke en laagdrempelige manier meegenomen in de wereld van ouderen die te maken krijgen met beperkingen en verlieservaringen ten gevolge van ouderdom. En dat in een tijd waarin het coronavirus rondwaart. De schrijver neemt je mee in de rauwe werkelijkheid van het leven aan de hand van een oudere die de strijd voert met de innerlijke drive om elke nieuwe dag nog iets van het leven te maken. Juist door je bewust te zijn van de positieve momenten en

ervaringen van ouderen komen de wereld van de zorgprofessional en cliënt steeds dichterbij elkaar. Een aanrader omdat ouderen steeds meer het beeld bepalen van het zorglandschap.

### Voor welke uitdaging staat jouw fractie in 2021?

Onze missie voor 2021 is dat we ons bezig houden met de beroepsontwikkeling en stevige positionering van alle wijkverpleegkundigen in het Nederlands zorglandschap. Hierbij vormt het Expertisegebied Wijkverpleegkunde het uitgangspunt. Verbinding met collega's wijkverpleegkundigen uit alle regio's en werkzaam bij verschillende organisaties is daarbij onmisbaar. Onze uitdaging voor 2021 ligt in het realiseren van

een intensiever contact met onze achterban waarbij samen leren en ontwikkelen centraal zal staan. En wel op zo'n manier dat kennis en kunde van de (wijk-)verpleegkundigen de richting van de veranderingen in de wijkverpleging zullen bepalen. ☺



## Zelf blijven nadenken

### Ethiek in tijden van corona

Essaybundel onder redactie van Ellen Segeren en Nico Groen

Uitgegeven door het CEG (Centrum voor Ethiek en Gezondheid)

Gratis te downloaden op [www.ceg.nl](http://www.ceg.nl). Tik in zoekvenster: Ethiek in tijden van corona

Een bijzondere uitgave zo tegen het einde van 2020 was een bundel essays, uitgegeven door het Centrum voor Ethiek en Gezondheid (CEG), een denktank van het Ministerie van VWS, over ethiek in tijden van corona. De komst van het coronavirus zette niet alleen de samenleving en de zorg onder druk maar bracht maatschappelijke vraagstukken met zich mee die niet meteen konden worden 'opgelost'. Het CEG nodigde een aantal gastauteurs uit om waardenkwesties te ontrafelen die de coronacrisis op scherpe wijze aan het licht brachten. Dat resulteerde in dertien mooie, maar uiteenlopende bijdragen. Over de pijn die op verschillende manieren in de zorg werd gevoeld; over de waarden die door de coronacrisis werden aangetast en over de wijze waarop we ons daartoe als zorgverleners, bestuurders en samenleving dienen te verhouden.

Ook al raken de meeste essays slechts indirect aan de wijkverpleegkundige praktijk, ze bevatten uiterst interessante inzichten over de manier waarop we in onze maatschappij oordelen over wat in de zorg belangrijk is en wat niet. Ook voor de wijkverpleegkundige praktijk zijn deze inzichten van groot belang en uiterst leerzaam. Dat reikt van vragen over de beperkte definitie van de kwaliteit van zorg tot praktische inzichten over de waarde én de beperkingen van digitale hulpverlening. In een mooi essay over beeldbellen dat inzoomt op de jeugdhulpverlening, laten de auteurs zien dat je je vergist als je denkt dat je je gewone manier van begeleiden zomaar kunt overzetten naar digitale hulpverlening. Je zult echt andere gewoontes moeten ontwikkelen om effectieve zorg te kunnen bieden. Raakt dat laatste onmiddellijk aan ontwikkelingen in de eerstelijnszorg, ook een bijdrage uit de GGZ over de smalle opvattingen over gezondheid die we blijken te hanteren is uiterst relevant voor de wijkverpleging: vooral het pleidooi om positieve gezondheid als een veel waardevollere



ingang voor het inrichten van de zorg te beschouwen, verdient aandacht. Dat is ook een uitdaging voor de wijkverpleging. Net zoals de oproep om kwaliteit breed te zien en niet te beperken tot denken over veiligheid en risicobeheersing zoals in de verpleeghuizen gebeurde.

Een van de essays handelt specifiek over verpleegkundige verantwoordelijkheid. Het stelt dat we ons niet zomaar volgend dienen op te stellen tegenover allerlei regels die ons van bovenaf worden aangereikt. Crisis of niet. In plaats daarvan zouden we zelf moeten blijven nadenken over wie we willen zijn in onze rol van professionele verpleegkundige of ziekenverzorgende. Mogelijk is de toon van een aantal essays ongebruikelijk filosofisch voor praktijkmensen, tegelijkertijd maken deze essays duidelijk hoe belangrijk reflectie is voor de vormgeving van goede zorg. Juist in tijden van crisis hebben we niet alleen handen nodig, maar ook denkkracht. En dan gaat het niet alleen - hoe interessant ook - om het zwarte protocol waarbij het gaat om de vraag wie nog toegelaten mag worden tot de IC als er nog maar plek is voor één patiënt en medische criteria geen uitsluitel meer geven. [🔗](#)

*Hans van Dartel, ex-voorzitter van V&VN Commissie Ethiek en verpleegkundige, niet praktiserend en schrijver van de rubriek Het Dilemma van Tijdschrift M&G*



# Het beste boek uit 2020 van...

## Gerben Jansen, voorzitter Vakgroep dementieverpleegkundigen



Clairy Polak vindt er geen doekjes om in haar boek *Voorbij, voorbij* (Uitgeverij Meulenhoff). Ze beschrijft hierin hoe haar man door alzheimer langzaam maar meedogenloos te gronde gaat. Polak schrijft in de derde persoon; zij heet Judith, hij Leo. Voor Judith is alzheimer 'één van de meest ongrijpbare en onbegrijpelijke verschijnselen in het leven van een mens, die ze ooit heeft meegemaakt'.

Door de alzheimer drijft Leo steeds meer van Judith af, meestal herkent Leo Judith

niet meer waardoor Judith zich na van loop van tijd gaat afvragen of het nog wel zin heeft om bij elkaar te blijven. Maar de twijfel slaat toe als ze Leo

opzoekt in zijn woonzorgcentrum en hij nog steeds zichtbaar geniet als hij haar ziet. Soms toont hij die affectie meerdere keren tijdens haar bezoek, Leo vergeet steeds dat ze er is.

*Voorbij, voorbij* geeft je inzicht in het leven van een rouwende vrouw terwijl haar Leo er fysiek nog steeds is. Je leert van dit boek dat goedbedoelde adviezen van de betrokken professional soms alleen maar voor wanhoop zorgen. Soms moet je adviezen laten liggen, een arm om mantelzorgers heen slaan en ze het gevoel geven dat alle emoties er mogen zijn.

### Voor welke uitdaging staat jouw fractie in 2021?

Hoe kunnen we verbinden met de rest van het zorglandschap en de kennis over dementie en casemanagement en vooral de bejegening verhogen. Hierin valt een wereld te winnen. [🔗](#)

## Marian Lenders, voorzitter Vakgroep infectieziektebestrijding

In februari 2020 ontvingen wij als medewerkers van het team infectieziektebestrijding het boek *Help, ik ben besmet*, een uitgave van Stichting Biowetenschappen en Maatschappij. De ondertitel luidt: *Zijn we voorbereid op de volgende uitbraak van infectieziekte X?* Dit boek – dat als pdf gratis te downloaden is van [biomaatschappij.nl/besmet](http://biomaatschappij.nl/besmet) – gaat over uitbraken in het verleden en heden, de aanpak, de rol van de GGD en de maatregelen. Bij het maken van dit boek kon niemand voorzien hoe actueel dit thema zou worden in 2020.

Inmiddels, bijna een jaar verder, weten we wel beter. Een pandemie van deze omvang en de wereldwijde impact hadden we niet van tevoren kunnen bedenken. Voor de verpleegkundigen van het team infectieziektebestrijding een

rollercoaster. Was het werk van dit team in 2019 voor de meeste Nederlanders nog onbekend, 2020 bracht daar veel verandering in. Trots op al mijn collega's voor de enorme prestatie die geleverd wordt in deze covid-19-pandemie. De landelijk relatief kleine groep verpleegkundigen infectieziekten, begin 2020 zo'n 250 personen in totaal, vormen samen met de artsen de kern van het nu enorme team voor bron- en contactonderzoek, advisering, voorlichting en testen in Nederland.

### Voor welke uitdaging staat jouw fractie in 2021?

Voor een grote uitdaging. Dat deze uitbraak effect heeft op de wijze waarop we verder gaan is wel duidelijk. Maar wat voor mij nog veel duidelijker is, is dat preventie een veel prominentere rol binnen

het Nederlandse zorgsysteem verdient dan deze tot nu heeft gekregen. Voorkomen blijkt maar weer eens beter dan genezen. Er is nog veel werk aan de winkel om ons nog meer te profileren in de cruciale rol die de verpleegkundige infectieziektebestrijding in dit werkveld speelt. [🔗](#)



## Een hoofdmoot aan melk en een flinke scheut koffie

**Guus Schrijvers**

*Zorginnovatie volgens het cappuccinomodel*  
Uitgeverij Thoeis (2015)

In zijn boek *Zorginnovatie volgens het cappuccinomodel* maakt Guus Schrijvers het Triple Aim-concept van de Amerikaanse gezondheidseconoom David Berwick uit 2008 voor een breed publiek toegankelijk. En dat droeg eraan bij dat het Triple Aim-concept onderdeel werd van de missie en visie van de afdeling M&G.

In genoemd boek vatte Schrijvers, oud-hoogleraar Public Health & Gezondheidseconoom aan de Universiteit van Utrecht en het Julius-Instituut, zijn ideeën over de toekomst van de gezondheidszorg samen. Hij gaat uit van twee basismodellen. Het Triple Aim-model en het cappuccinomodel. Het eerste model baseerde hij op internationale studies over de toekomst van de gezondheidszorg en op analyses van het functioneren van de Nederlandse gezondheidszorg. Met het Triple Aim-model gaat Schrijvers ervanuit dat de gezondheidszorg internationaal drie doelen heeft te behalen: allereerst de gezondheid van de bevolking verbeteren, ten tweede de kwaliteit van leven verhogen en ten derde vermijdbare kosten en de zorgpremie laten dalen. Gezonde burgers, de overheid, gemeenten en de zorgverzekeraars zijn met name geïnteresseerd in het derde doel, professionals en cliënten vooral in de eerste twee. Hoe mooi zou het zijn om deze drie met elkaar te verbinden en daarmee een win-win-situatie te creëren.

### Populatiebeposting

Om deze combinatie van doelstellingen, vervat in Triple Aim, te realiseren introduceert Schrijvers het cappuccinomodel. Dat bestaat uit: 'Een hoofdmoot aan melk (75-80 procent): de basis. Een flinke scheut koffie (15-20 procent): de toevoeging. Plus nog wat schuim en cacao (5 procent): het topje er bovenop'. Pas dit model toe op de bekostiging van de gezondheidszorg en je komt uit op een financiering van de basis van de gezondheidszorg door middel van *populatiebeposting*, ofwel: een vast bedrag voor een stad, een wijk, een buurt en daarmee dient alles wat die bevolking op het terrein van zorg en welzijn nodig

heeft te worden gedaan. Bovenop het populatiegedeelte reserveert Schrijvers circa 15 à 20 procent voor extra verrichte activiteiten via een laag tarief: Te weinig om een prikkel te zijn voor onnodige activiteiten, genoeg om de extra kosten te betalen. Tenslotte ziet hij een extra opslag voor innovatieve ideeën en projecten (5 procent).

### Ook waardevol voor Nederland

Schrijvers past deze twee modellen toe op alle sectoren van de gezondheidszorg en op basis van resultaten uit een enorme berg internationaal onderzoek laat hij zien dat Triple Aim ook uitermate waardevol is voor de Nederlandse gezondheidszorg. Het is vooral hierin dat mijns inziens de kracht van dit boek schuilt. Nederland kan nog veel leren van andere landen waar ze al veel verder zijn in het Triple Aim-denken. Zo noemt Schrijvers Amerikaans (Starfield) en Europees onderzoek (Nivel) waaruit blijkt dat landen met een sterke eerste lijn een betere gezondheid, minder onnodige ziekenhuisopnames en kleinere sociaaleconomische gezondheidsverschillen kennen. En in onder meer Zuid-Duitsland leidde populatiebeposting in drie jaar tijd (2008-2011) tot een daling van 17 procent van de zorgkosten. Schrijvers heeft het er in zijn boek niet over, maar dit sluit aan bij Nederlandse projecten als *Gezond Utrecht Overvecht*, het rapport van onderzoeksbureau BMC over het project *de Zichtbare Schakel* (2012) en het onderzoek van bureau Verdonck & Klooster uit 2012 dat aantoonde dat investeren in de JGZ loont. Hierover is al eerder geschreven in dit tijdschrift. Kortom: een boek dat niet mag ontbreken in de kast van elke moderne verpleegkundige M&G. [🔗](#)

*Huib Sibbing, adviseur van het bestuur van V&VN M&G en redactielid van Tijdschrift M&G*



## Mooie, leuke, ontroerende, handige

**Podcasts – een audio-documentaire, -interview of -programma – worden steeds populairder. Over bijna elk onderwerp kun je inmiddels wel een podcast vinden. Zo zijn er ook podcast die interessant zijn voor verpleegkundigen Maatschappij&Gezondheid. We hebben er een paar voor je op een rijtje gezet.**

### **Tommie in de zorg**

[www.podcastluisteren.nl/pod/](http://www.podcastluisteren.nl/pod/)

[Tommie-in-de-zorg-podcast](#)

Verpleegkundige Tommie Niessen praat in een serie podcasts met een zeer uiteenlopende groep aan mensen over de zorgsector. Soms werken deze mensen zelf in de zorg, zoals penitentiair verpleeg-

kundige Rik, maar ook filosoof Dirk de Wachter, hoogleraren, bestuurders en politici komen aan bod. De verscheidenheid aan gasten maakt de thema's zeer wisselend waardoor er voor ieder wat wils te beluisteren valt! [🔗](#)

*Suzanna van Dam*

### Uitgelicht

## Wie en waar is Bob?

### **Podcast Bob**

VPRO Dorst: [www.vpro.nl/dorst/](http://www.vpro.nl/dorst/)

[producties/bob.html](#)

[Audiocollectief SCHIK](#)

In deze 6-delige podcast word je meegenomen in de hersenspinsels van de 84-jarige Elisa, een Vlaamse vrouw met dementie die woont in een bejaardentehuis in Antwerpen. Elisa vertelt haar drie dochters het verhaal over Bob, niet haar man maar haar eerste vriendje. Elisa en Bob spraken, zo vertelt ze, af bij een leegstaand huis om te praten, geheimen te delen en kusjes te stelen. Maar Elise heeft het steeds vaker over Bob; uiteindelijk lijkt ze zwanger van hem te zijn geraakt en te zijn bevallen. Het kind zou ze onder dwang hebben moeten afstaan aan een klooster. Draagt Elise nu een geheim met zich mee of gaat het hier om een hersenspinsel van een vrouw met dementie?

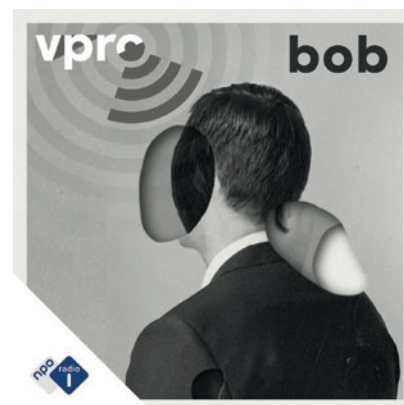
De journalisten van audiocollectief SCHIK gaan op zoek naar de waarheid over Elisa en haar Bob. Er komen veel vragen boven; leeft Bob nog? Heeft Bob überhaupt wel bestaan?

Door haar dementie beschikt Elisa over een 'zesde' zintuig; non-verbale voelsprietten die groeien bij mensen

met dementie. Vergelijk het met mensen met ernstige visusklachten; die zien slechter, maar horen na verloop van tijd beter. Het is dit wat de podcast onomwonden toont: als je omgaat met mensen met dementie moet je niet denken in feitelijkheden maar meer in gevoel. Mensen met dementie zijn beter in gevoelstaal dan mensen zonder dementie. In deze podcast wordt tevens langzaam duidelijk dat het graven in haar verleden, misschien wel zorgde voor extra onrust en achterdocht bij Elisa. Ze wordt namelijk overladen met emoties die oncontroleerbaar zijn vanwege de dementie. Die dementie zorgt ervoor dat de patiënt minder mogelijkheden heeft om te praten en emoties te beredeneren.

### **Fictie of feiten?**

*Bob* is net een thriller en gaat terug naar de jaren dertig met diens duistere geheimen, stiekeme liefdes en verlangens. Komt dit terug als iemand gaat dementeren? Het verhaal van Elisa toont je als luisteraar en zorgprofessional hoe je om kunt gaan met de gevoelens van een vrouw met dementie. De grote vraag hierbij is: ga je mee in de fictie of de feiten... Immers; Elisa vroeg de journalisten alles voor haar uit



te pluizen. Maar wilde ze eigenlijk wel echt alle feitelijkheden weten? Horen al haar herinneringen wel bij het verhaal over haar jeugdliefde Bob? Misschien knoopte ze verhalen van vroeger in haar hoofd aan elkaar en maakte er één verhaal van. Of heeft ze eigenlijk een andere vraag, namelijk: geef mij erkenning of geruststelling voor mijn herinneringen? Stel dat haar zoektocht naar Bob iets is wat haar nu in leven houdt en ze denkt: 'Als ik maar weet waar Bob is dan kan ik sterven'. Moet je het Elisa dan niet gunnen om te sterven? [🔗](#)

*Gerben Jansen*

*Dementieverpleegkundige bij TWB Thuiszorg met Aandacht, voorzitter van de vakgroep Dementieverpleegkundigen van V&VN M&G en redactielid van T M&G*

# en leerzame podcasts

## Echte oogappels

[www.bnnvara.nl/oogappels/echte-oogappels](http://www.bnnvara.nl/oogappels/echte-oogappels)

In deze podcast spreekt Margreet Reijntjes, presentatrice en moeder van twee puberzonen, wekelijks met experts over de duivelse dilemma's van het ouderschap. Mag je je bemoeien met het seksleven van je kind? Blijf je bij elkaar voor de kinderen? En wat doe je als je kind depressief is? In aflevering vijf van seizoen twee komt onder andere jeugdverpleegkundige Elly Verbruggen aan het woord. Zij praat over het mechanisme van schaamte bij pubers. Hoe gaat Elly daarmee om in haar werk en wat adviseert zij de pubers en ouders? Het is een interessant gesprek geworden dat meer inzicht geeft in het zo diverse vak van de jeugdverpleegkundige.

## De Witte Stok

[www.dagennacht.nl/serie/de-witte-stok/](http://www.dagennacht.nl/serie/de-witte-stok/)

In deze podcast geven Tatjana Wehrmann en Sander Smale, beiden blind geboren, je een kijkje in de wereld zoals blinde mensen die ervaren. Voor zorgprofessionals geeft het meer inzicht in de wereld waar ook deel van jouw cliënten tegenaan kunnen lopen (letterlijk en figuurlijk). Leerzaam dus!

## CJG Capelle

[www.cjgcapelleaandenijssel.nl/podcasts/](http://www.cjgcapelleaandenijssel.nl/podcasts/)

Het Centrum voor Jeugd en Gezin in Capelle aan den IJssel heeft een eigen podcast gemaakt. Merel, zelf moeder en sociaal pedagoog, interviewt ouders over hun ervaringen met het CJG en opvoeden. Ook worden innovatieve projecten binnen het CJG in de spotlight gezet. Dit is zowel interessant voor ouders als voor zorgprofessionals. [🔗](#)

*Suzanna van Dam*

*Jeugd- en stafverpleegkundige bij Jeugd-gezondheidszorg Zuid-Limburg en redacteur van T M&G*

## Uitgelicht

# Luisteren naar aspecten van meertaligheid

**Kletsheads, De podcast over meertalige kinderen voor ouders, leerkrachten en logopedisten**

[www.kletsheadspodcast.nl](http://www.kletsheadspodcast.nl)

*Sharon Unsworth*

Veel aanstaande ouders met verschillende moedertalen zoeken antwoorden over hoe je het beste je kind meertalig kunt opvoeden. De podcast-serie *Kletsheads* geeft een hoop van die antwoorden. Dr. Sharon Unsworth, taalwetenschapper aan de Radboud Universiteit Nijmegen en moeder van twee, meertalige, kinderen, spreekt in deze serie met verschillende (taal)experts, ouders en kinderen over diverse aspecten van meertaligheid zoals lezen in meerdere talen, taalachterstand, meertaligheid in de klas of talen die heel anders opgebouwd zijn dan het Nederlands.

Welke taal of talen gaan we gebruiken, hoe gaan we dat organiseren, doen we daar wel goed aan? Hoe gaat de opvang hiermee om? Wat zijn de uitdagingen op de basisschool? In een wereld waar ongeveer een derde van alle basisschoolleerlingen meertalig opgevoed wordt, is meer kennis hierover van groot belang. Neem de keuze voor de taal die in het gezin gesproken gaat worden. Als de moeder Spaans spreekt en de vader Nederlands, kunnen ze



samen Engels spreken. Maar het kan ook zijn dat elke ouder de eigen moedertaal spreekt, zodat het voor een kind duidelijk is of een taal 'van papa of mama' is. Een andere optie is dat, zeker als de vader ook wat Spaans spreekt, er op bepaalde momenten thuis alleen Spaans gesproken wordt. Dit omdat het aanbod van het Nederlands op de opvang en school zo groot is dat het kind erg weinig Spaans aangeboden krijgt. En dat is weer nadelig als het met zijn of haar Spaanssprekende familie contact heeft. De podcasts zijn afwisselend qua onderwerp, de insteek is soms wat wetenschappelijk maar er worden veel voorbeelden gegeven waardoor de wetenschappelijke termen meestal goed te begrijpen zijn. In een aantal podcasts wordt (veel) Engels gesproken; handig voor ouders met Engels als moedertaal. Aanvullend staat er op de website van Kletsheads ook veel geschreven tekst en links naar achtergrondinformatie. [🔗](#)

*Bente Alessie*

*Jeugd- en stafverpleegkundige bij GGD IJsselland, bestuurslid van V&VN vakgroep Jeugdverpleegkundigen en redacteur van T M&G*



# Het beste boek uit 2020 van...

## Huub Sibbing, adviseur van het bestuur van V&VN M&G



Anno 2020-2021 lijkt het uitgangspunt van Rutger Bregman in zijn boek *De meeste mensen deugen* absurd. Als we de berichten in de media bekijken dan zien we een heel ander beeld; mensen die de coronamaatregelen overtreden, avondklokrellen en bestormers van het Capitool in Washington. Ook in de gezondheidszorg kennen we dat beeld. Ondanks alle voorlichting worden mensen te dik, bewegen ze te weinig en vrijen onveilig.

Bregman laat zien dat veel van wat we in de media en in

de politiek zien, gebaseerd is op een eenzijdig mensbeeld: de mens is van nature egoïstisch, niet sociaal, enkel gericht op eigenbelang. Ook in de gezondheidszorg kennen we deze negatieve beeldvorming. Het denken in risicogroepen, risicoanalyses en gezondheidsbedreigingen is vaak dominantier dan het denken in kansen, mogelijkheden en gezondheid bevorderende factoren. Maar er is een tegenbeweging gaande. In zijn boek geeft Bregman een enorme hoeveelheid aan voorbeelden, groot en klein, waaruit blijkt dat mensen in allerlei situaties wel degelijk onderlinge solidariteit en empathie vertonen en elkaar helpen om door moeilijke situaties heen te komen. Zelfs in

coronatijd zien we dat het overgrote gedeelte van de bevolking zich aan de coronamaatregelen houdt, ondanks de enorme offers die mensen moeten brengen.

Bregman geeft in zijn slothoofdstuk tien leefregels om je niet door de waan van de dag mee te laten slepen in dat negatieve mensbeeld. Zoals: 'Ga bij twijfel uit van het goede' en: 'Verbeter de wereld, stel een vraag'. Bijvoorbeeld: 'Waarom doen mensen de dingen die ze doen?' Daar kunnen M&G-verpleegkundigen ook hun voordeel mee doen.

### Voor welke uitdaging staat V&VN afdeling M&G in 2021?

Nu door het vaccin het eind van de coronacrisis dichterbij komt, kunnen we de lessen trekken en weer vooruit gaan denken. Daarbij denk ik met name aan:

#### 1. Stop de marktwerking in de gezondheidszorg en doorbreek de verkokering

Uit mijn beschouwing over de coronacrisis (Tijdschrift M&G 2020 nr.2) bleek al dat de marktwerking en de versnippering in de gezondheidszorg heel belemmerend heeft gewerkt in de aanpak van grote gezondheidsproblemen. Dat geldt niet alleen voor corona maar ook bij de aanpak van sociaal-economische gezondheidsverschillen (SEGV).

#### 2. Benut de kansen die de nieuwe Landelijke Nota Gezondheidsbeleid 2020-2024 ons biedt

Deze nota stelt als speerpunten voor de toekomst het terugdringen van de SEGV een het inspelen op de invloed van de fysieke en sociale omgeving. Dit sluit helemaal aan bij het gedachtegoed van V&VN afdeling M&G. In 2021 zullen deze speerpunten uitgewerkt worden op gemeenteniveau. Speel daar als M&G-verpleegkundigen op in, meng je in de discussie, zoek contact met je politieke partij, bezoek het spreekuur van wethouder.

#### 3. Voor V&VN: organiseer V&VN vanuit een perspectief op de toekomst

De basis voor de gezondheidszorg van de toekomst ligt volgens de commissie Kaljouw (2015) in Voorzorg (Collectieve Preventie) en Gemeenschapzorg (beginnende problemen bij thuiswonenden) en pas daarna (hoog)-complexe zorg. Organiseer V&VN voor de toekomst vanuit dit perspectief. De afdeling M&G is hier al een voorbeeld van. [🔗](#)





## De adolescentie als een periode van kansen en mogelijkheden

**Jelle Jolles**

*Leer je kind kennen. Over ontplooiing, leren, denken en het brein*  
Uitgeverij Pluim (2020)

‘Hoe kan het dat mijn zoon van 14 jaar niet gemotiveerd is voor school? Mijn dochter was altijd zo gezellig, ze is nu echt onhandelbaar geworden! Dat hangt maar op die kamer, de hele tijd aan het gamen!’ Deze, en nog veel meer onderwerpen, leveren vaak discussies, spanningen en zorgen op binnen gezinnen. In het nieuwste boek van Jelle Jolles: *Leer je kind kennen, over ontplooiing, leren, denken en het brein*, geeft de hoogleraar neuropsychologie een uitleg over de ontwikkeling van kinderen in de verschillende leeftijdsfasen (van 8 tot ruwweg 25 jaar). Hij schetst het gedrag dat hiermee gepaard gaat en geeft handvatten en inspiratie over hoe je hier als ouder(s) mee om kunt gaan. Centraal in het boek staat het motto van de adolescentie als een periode van kansen en mogelijkheden. Stimuleer de nieuwsgierigheid van adolescenten door te vragen naar hoe je iets moet installeren op je nieuwe telefoon, vraag naar hun interessegebied, ook al houdt dat in dat je hele verhalen krijgt over een zanger of Pokémon. Help je kind met plannen, niet door jouw systeem op te dringen maar door samen te onderzoeken wat zou kunnen helpen om overzicht te krijgen. Het boek heeft zes delen, waarbij de delen twee tot en met vijf dieper ingaan op de vaardigheden, het sociaal emotioneel functioneren en de ontwikkeling binnen de leeftijd tussen ‘vroege adolescentie en bijna volwassen’, zoals Jolles de groep van 10 tot circa 25 jaar noemt. Het woord “pubers” heeft volgens hem

een te negatieve en eenzijdige reputatie. In hoofdstuk vijf gaat Jolles dieper in op de opvoeder en de rollen die de opvoeder heeft. Zo noemt hij manager, supporter, coach, inspirator, mentor en adviseur als onderscheidende rollen.

### Mooie vlinder

Deel zes gaat over omgevingsfactoren en de verschillen tussen jongens en meiden. Het verkeerslicht van de ontwikkeling van kinderen kan op groen, oranje of rood staan. De omgeving is daarbij van grote invloed. Zo kan een schrale omgeving, bijvoorbeeld minder financiële mogelijkheden om op een sport te gaan of een muziekinstrument te bespelen, minder stimulans vanuit school of langdurige stress een kind minder prikkels geven tot een brede ontwikkeling. Als laatste doet Jolles tien aanbevelingen om de rups, die een jongere nog is, een mooie vlinder te laten worden. Verwijt jongeren niet dat ze nog niet kunnen vliegen maar creëer mogelijkheden om ze dat te leren. Dit boek biedt zowel kennis over de ontwikkeling van adolescenten als praktische informatie om die ontwikkeling op cognitief, sociaal, emotioneel en lichamelijke gebied te helpen ontplooiën. Het boek richt zich in eerste instantie op ouders maar is zeker ook geschikt voor jeugdverpleegkundigen. Het geeft niet alleen veel inzicht over het zich ontwikkelende brein maar ook over de mogelijkheden van de JGZ-professional om beter aan te sluiten bij de leefwereld en ontwikkelingsbehoeften van jongeren. Zowel individueel als collectief in samenwerking met bijvoorbeeld scholen. [↗](#)

*Bente Allessie, jeugdverpleegkundige bij een Jeugd- en Gezinteam, bestuurslid van V&VN vakgroep Jeugd en redacteur van T M&G*



# Het beste boek uit 2020 van...

## Geraldine ter Linde, Voorzitter Vakgroep tuberculose

Het boek dat in 2020 de meeste indruk op mij maakte is zonder meer 't *Hooge Nest* (Uitgeverij Lebowski).

Het verscheen al in 2018 en stond een jaar lang in de bestsellerlijst. Toen ik het vorig jaar cadeau kreeg, las ik het in één ruk uit. 't *Hooge Nest* beschrijft op indrukwekkende wijze het waargebeurde verhaal van twee Joodse zussen tijdens de Tweede Wereldoorlog, die vanaf het uitbreken ervan betrokken zijn bij het verzet. 't *Hooge Nest* is de naam van de Naardense villa waar schrijfster Roxane van Iperen in 2012 kwam wonen en dat in WOII dankzij de zussen een toevluchtsoord was voor onderduikers en verzetsmensen. In het boek staan ook diverse passages over de Amsterdamse Joodse buurt die tot mijn verbeelding spreken. Ik werk aan de Nieuwe Achtergracht 100 in een pand, waarin de GGD Amsterdam sinds 1979 gehuisvest is, maar waar voorheen een

instelling voor de verpleging van Joodse bejaarden en gehandicapten zat, genaamd De Joodse Invalide. Op 1 maart 1943 werden alle 256 patiënten en personeelsleden ervan gedeporteerd naar Sobibor waar zij op 13 maart werden vermoord. Het leven aan de Nieuwe Achtergracht en de buurt wordt in het boek kleurrijk beschreven.

Slechte leefomstandigheden veroorzaakten een piek van tuberculose na WO II. Van Iperen schrijft op pagina 329 over tuberculose, zij het niet in de juiste context. Tuberculose is namelijk enkel overdraagbaar door aerosolvorming en niet via uitwerpselen.

### Voor welke uitdaging staat jouw fractie in 2021?

Verpleegkundigen van verschillende GGD'en werken al een tijdje met digitale consulten. De ene GGD werkt evenwel met *WeSeeDo* een andere GGD met *KPN Zorgmessenger*. Patiënten zijn positief over ondersteuning in digitale vorm. Daarom vindt de Vakgroep het belangrijk dat digitale ondersteuning onderdeel wordt van patiëntenbegeleiding en dat verpleegkundige ervaringen uitgewisseld kunnen worden. [🔗](#)



## Annemieke Goudkuil, voorzitter Vakgroep jeugdverpleegkundigen

In 2020 heb ik natuurlijk *Gezond Groot Groeien, bevlogen verhalen van jeugdverpleegkundigen* van Jacqueline de Vries, Margot Kobussen en Willy Brink gelezen. Het zijn met recht bevlogen verhalen, inspirerend en het maakt mij trots op mijn collega's. Daarnaast heb ik vanwege de herziening het *Nederlands Leerboek Jeugdgezondheidszorg* gelezen en advies gegeven over veranderingen voor de volgende versie die voor het aanstaande schooljaar het licht ziet. Heel leerzaam en reden om op sommige terreinen mijn werk aan te passen. Zo ben ik een agenda gaan gebruiken in mijn consulten en ook de tijdsduur gaan benoemen. Nu ik er zelf van overtuigd ben geraakt hoe belangrijk dit is

en ik een manier heb gevonden hoe ik het kan verwoorden in mijn consult, heb ik er echt de meerwaarde van ervaren. Zelfs mijn stagiaire viel het op en is het ook gaan toepassen. Daarnaast heb ik boeken gelezen die mij vormen, sturen en bemoedigen als persoon. Vooral van de schrijver Derek Prince heb ik veel gelezen of studies op YouTube gezien. Hij zegt en schrijft waar het op staat en geen woord te veel of te weinig.

### Voor welke uitdaging staat jouw fractie in 2021?

Voor de Vakgroep jeugdverpleegkundigen is en blijft dit: profileren hoe noodzakelijk de laagdrempelige preventie is. De JGZ is er, moet er zijn en moet beschikbaar blijven voor ieder kind, jeugdige en ouder.

En wel op zo'n manier dat zij die onbevangen een JGZ-professional kunnen ontmoeten die tijdelijk mee op kan lopen en hun kan ondersteunen om weer in haar of zijn eigen kracht te komen. [🔗](#)



## Voortdurend zoeken

### Goed leven met kwetsbaarheid en beperking

Dirk de Wachter & Manu Keirse

Uitgeverij Lannoo nv, Tiel, 2020

Dirk de Wachter is psychiater en hoogleraar. Manu Keirse is klinisch psycholoog en licentiaat/doctorandus in de medico-sociale wetenschappen. Het boek leest makkelijk weg en er is humor. Ondanks dat leggen de auteurs lastige vragen voor. Zoals: zijn mensen met een beperking erbij gebaat om zoveel mogelijk te lijken op een persoon zonder beperking? Niet echt dus, zo menen de auteurs. Ze leggen uit: er zijn kinderen met een beperking die een opvoeding krijgen die weinig verschilt van een opvoeding van kinderen zonder beperking. Hun gedrag moet ook vaak zoveel mogelijk lijken op dat van kinderen zonder beperking. Maar hierdoor raken ze geïsoleerd en groeien ze op zonder rolmodel; een kind met een beperking.

### Overdreven beschermend

Onbewust komen ze terecht in een outsiders-positie. Doordat beide schrijvers verhalen vertellen uit eigen ervaring is veel herkenbaar. De Wachter beschrijft een casus van een jongen met een zeldzame hartziekte die bij hem kwam met een hulpvraag. De jongen zat in een rolstoel en voelde zich overdreven beschermd door zijn ouders. Die deden alles evenwel met de beste bedoelingen. Lastig. De Wachter beschrijft hoe hij de gesprekken met de jongen en zijn ouders voerde. En dat het daarbij gaat om 'vasthoudend loslaten'. Ofwel: goed omgaan met een beperking is voortdurend zoeken naar een evenwicht tussen mogelijkheden en lastigheden, tussen autonomie en zorg, risico's en zekerheden.

Oké een puntje van kritiek heb ik wel. In hoofdstuk 6, dat de titel *Dementie, ziekte in opmars* heeft, gebruiken de auteurs het woord 'dementerende'. Maar mensen *hebben* een ziekte en *zijn niet* hun ziekte. Verder is ook dit een goed hoofdstuk. Zelfs als je al veel ervaring hebt met mensen met dementie. De vier fases van dementie zijn beschreven en bij elke fase staat een voorbeeld uit de praktijk. Een student psychologie deed bijvoorbeeld vrijwilligerswerk in een psychogeriatrisch centrum. Daar bezocht hij onder

meer Stefanie, een oudere vrouw die vroeger in een weeshuis werkte. Stefanie bewaarde dingen voor hem onder haar deken. Dit begon met snoepjes en koekjes voor zijn kinderen (de student had nog geen kinderen) en werden vervolgens kledingstukken, brillen en kunstgebitten van medebewoners. Ze was toen waarschijnlijk in fase 2 van de dementie, dan beginnen vaak de gedragsstoornissen. Fase 1 is de vroege dementie, fase 2 milde dementie, fase 3 ernstige dementie en fase 4 terminale dementie. Ter afsluiting van het hoofdstuk zijn 25 fragmenten uit het leven van een vader met dementie beschreven. Aangrijpend, herkenbaar, maar soms ook vermakelijk. Zoals wanneer de vader langs een bordje met 'Expertise-centrum Dementie' loopt en droogjes opmerkt: 'Erg hé?'



### Aanrader voor alle zorgverleners

Dit boek is een aanrader voor alle zorgverleners. Waar je ook werkt, overal zijn mensen met een beperking of familieleden daarvan. Verder adviseer ik het boek aan iedereen die geïnteresseerd is in zijn of haar medemens. In elke wijk woont wel iemand met een beperking. Door dit boek krijg je meer inzicht in de leefwereld van iemand met bijvoorbeeld psychische problematiek en lees je onder meer tegen welke obstakels deze mensen dagelijks aan lopen. Niet niks, zo blijkt.

*Valerie Schipper, wijk- en dementieverpleegkundige bij Zorggroep Meander en redactielid van T M&G*





# Boeken- en podcastspecial!



## En opnieuw wordt de mens geplaagd

**Roel Coutinho**

*De geplaagde mens. Over de permanente strijd tegen virussen en bacteriën*

*Uitgeverij Prometheus*

*2de herziene druk (april 2020)*

*De geplaagde mens* verscheen in 2014, maar is misschien nu wel relevanter dan ooit. Sinds mensengeugen hebben we te maken met bacteriën en virussen. Vroeger wisten we niet wat het was; nu leren we steeds meer over de microbiologie hierachter en proberen we met deze nieuwe kennis maatregelen te treffen om de 'plagen' voor te zijn. Maar zoals corona

laat zien; we zijn nog niet van de infectieziekten af. Auteur Roel Coutinho, microbioloog en voormalig directeur van het Centrum Infectieziektebestrijding, onderdeel van het RIVM, neemt je in dit boek mee naar zijn ervaringen bij het RIVM en de afdeling infectieziektebestrijding bij de GGD Amsterdam waar hij in 1977 als hoofd van de afdeling Volksgezondheid zijn carrière begon. Pokken, zorgen over biologische wapens, Antrax, Hepatitis, SARS en andere door dieren overdraagbare ziekten (zoönosen) worden onder andere besproken. Aan bod komen de geschiedenis van en ervaring met uitbraken in Nederland en hoe de bestrijding van het bacterie of virus

in kwestie is geregeld.

Het boek geeft een mooie geschiedenis van hoe de infectieziektebestrijding in Nederland zich langs de lijnen van uitbraken en/of pandemieën ontwikkelde. Een must dus voor (beginnende) sociaal verpleegkundigen infectieziektebestrijding en misschien wel voor iedereen in de maatschappelijke gezondheidszorg. Infectieziektebestrijding is jarenlang een ondergeschoven kindje geweest. Nu met Covid-19 wordt maar weer eens duidelijk hoe het bij ons in Nederland (niet) is geregeld. Want wat doet die GGD nou eigenlijk wel en niet?

Ik werk nu drie jaar als sociaal verpleegkundige op de afdeling Infectieziektebestrijding bij GGD Fryslân en had bij aanvang ook géén idee wat GGD's nu eigenlijk precies allemaal doen. Ook merk ik dat collega's binnen de GGD het niet altijd weten. Jeugdverpleegkundigen weten soms niet van het bestaan van de afdeling infectieziektebestrijding af, terwijl juist deze afdeling ook veel vragen krijgt van scholen over uitbraken van bijvoorbeeld waterpokken. Wat zou het mooi zijn als we wat meer van elkaar kunnen leren en kunnen samenwerken. In het boek van Coutinho wordt veel uitleg gegeven over die kant met betrekking tot infectieziekten en komen de rollen van GGD'ers naar voren. Wat deden zij tijdens de legionella-uitbraak van 2006 in Amsterdam en wat was hun rol tijdens de vaccinatie-paniek rondom de polio-epidemie in 1992? De verhalen erover ken ik van ervaren collega's die het zelf meemaakten. Coutinho gebruikt de verhalen op een prachtige, luchtige manier en maakt zo met dit boek een verdiepingsslag zonder dat je hele onderzoeksverslagen hoeft te lezen.

De tweede druk van het boek verscheen in april 2020 met een nieuw hoofdstuk; *Covid-19 – opnieuw wordt de mens geplaagd*. In de tijd dat ik het lees (januari 2021) weten we alweer meer. Toch is het boek niet meteen 'achterhaald'. Coutinho beschrijft mooi de relatie tussen Covid-19 en de andere SARS-virussen en neemt je mee in hoe de uitbraak van SARS in 2003 de trigger is geweest om het Clb (Centrum voor Infectieziektebestrijding) op te richten in Nederland. Zo 'recent' eigenlijk nog.

Ik vraag mij wel af hoe ik het boek zou hebben gelezen vóórdat ik enige kennis over infectieziekten had. Coutinho gebruikt nogal wat termen die misschien voor de volledige 'leek' niet duidelijk zijn. Dit wordt dan wel weer opgelost met het beschrijven van voorbeelden. Zijn passie en enthousiasme voor het vak spatten van de pagina's.

Al met al een leerzaam boek wat je op een luchtige manier meeneemt in de wereld van 'plagen' in ons leven. [🔗](#)

*Paulien Meijers, verpleegkundige infectieziektebestrijding bij GGD Fryslân en redacteur van T M&G*

