Een ambacht vanuit het hart

‘De mensen die we behandelen, hebben ons gevormd’

Mient Riddersma, de man die dertig jaar geleden de eerste cover van FysioPraxis sierde, bespreekt samen met zijn jongere oud-collega Christiaan Gmelig Meyling hun vak. Wat is er de afgelopen jaren veranderd in de fysiotherapie, in de manier waarop naar revalidanten wordt gekeken en ook in het dagelijks werk in De Hoogstraat Revalidatie?

Tekst: Rietje Krijnen | Beeld: Wiep van Apeldoorn

Hoewel hij al acht jaar met pensioen is, voelt Mient Riddersma (73) zich thuis bij De Hoogstraat Revalidatie. Terwijl we op zoek gaan naar zijn oud-collega Christiaan Gmelig Meyling (33) zegt hij dat hij zich nog altijd betrokken voelt bij zijn voormalige werk. Hij heeft geregeld contact met de mensen met wie hij ooit samenwerkte. “Ik had niet met pensioen gehoeven”, zegt hij. “Maar ja, soms moet je je ergens bij neerleggen.”

Vereerd

Hij heeft 34 jaar gewerkt bij De Hoogstraat. Dat gebeurde min of meer toevallig. “Ik had mijn eindexamenopdracht gedaan in De Hoogstraat in Leersum, kon vervolgens direct solliciteren en werd aangenomen. Ik was meteen op mijn plek. Ik heb wel kort in de eerste lijn gewerkt, maar daar had ik weinig binding mee. Voor mijn gevoel was dat nogal commercieel. Maar dan De Hoogstraat. Poehpoeh, dat was me wat. In die tijd had het centrum al een goede naam. Ik voelde me vereerd dat ik er mocht werken en het was goed voor mij. Rond mijn dertigste was ik in groepsverband best verlegen, een beetje timide. Dat is wel veranderd. Ik ben er ook persoonlijk erg gegroeid in een open, leergierige en sociale sfeer. Het heeft me geïnspireerd. Ik ben direct begonnen bij de complexe neurologie bij volwassenen en dat heeft nog altijd mijn interesse. Het is een ongelooflijk fascinerend en breed vakgebied.”

Wow, dit is mijn plek

Het is grappig dat zijn collega-kinderfysiotherapeut Christiaan – zeg maar Chris – bijna hetzelfde zegt over werken in De Hoogstraat Revalidatie. Hij is weer beïnvloed door Mient. “Ik kreeg les van jou, Mient! Klinische neurologie. Dat was tijdens mijn bacheloropleiding. Daar is eigenlijk mijn interesse voor de revalidatie en neurologie echt gewekt. Vervolgens ben ik stage gaan lopen bij de jeugdafdeling hier en voelde ik me als een vis in het water. Ik kan er zoveel creativiteit in kwijt. Het complexe, dat trekt mij ook. Ik wilde, net als Mient, graag bij De Hoogstraat werken. Hiervoor heb ik waargenomen in een eerstelijnspraktijk en bij een instelling voor mensen met een beperking. Toch wist ik al snel: dat is het niet voor mij. Op De Hoogstraat dacht ik echt ‘wow dit is mijn plek’. En dat blijkt, want ik ga al meer dan tien jaar met veel plezier naar mijn werk!”

Veranderingen

Het is het werken in interdisciplinaire teams, de goede sfeer, gedreven collega’s, de vernieuwende rol die De Hoogstraat Revalidatie probeert te vervullen: dat noemen ze speciaal en zijn overeenkomsten tussen de twee mannen. Ze hebben er nog veel meer, zo blijkt tijdens het gesprek. Hoewel Mient over een veel grotere periode praat dan Chris, zien ze beiden de veranderingen in hun vak. Mient werkte maar kort met het Elektronisch Patiënten Dossier (EPD). Hij ziet positieve veranderingen. Zoals bij zovele gepassioneerde beroepsbeoefenaren was administratie destijds niet zijn favoriete bezigheid. “O o, als ik een keer ziek was – gelukkig gebeurde dat zelden – dan zaten mijn collega’s met hun handen in het haar, want ik hield weinig bij. Revalidanten hebben daar nooit last van gehad. En achteraf gezien is het idioot natuurlijk, maar ik had alles in mijn hoofd zitten en het was de tijdgeest. We werkten toen nog met een map waarin alle revalidanten werden bijgehouden met handgeschreven aantekeningen. Bij de verpleging stond er een overdrachtsmap, maar wij keken er weinig in.” Chris vult aan: “Ja precies. Daar hoorde je dan hun bevindingen in op te zoeken, maar dat gebeurde gewoon niet. Ik werk nu met het EPD en dat is echt fantastisch, dus ik wil nooit meer terug naar die papieren dossiers. We weten direct van elkaar wat we doen en dat werkt veel efficiënter en komt de revalidant ten goede.” Mient enthousiast: “Dat geloof ik onmiddellijk! Het is nu ook echt een onderdeel van het vak geworden.”

Eigen regie

Ze komen op een cruciaal punt. De revalidatie – en dus hun vak – is in de laatste dertig tot veertig jaar verschoven van meer symptomatisch behandelen naar participatie. Er zijn meer onderzoeken uitgevoerd en regelmatig richtlijnen opgesteld. Een voornamelijk individuele therapie heeft plaatsgemaakt voor een meer groepsgewijze aanpak. Het evidence based werken is veel verder ingevoerd. En, Mient noemt het nog even, de verslaglegging heeft een veel grotere plek in het werk ingenomen. “Ook het verslag van de revalidant”, zegt Mient. “Ik heb de verschuiving gezien van *praten over* naar *praten met*. Revalidanten en mensen in hun omgeving hebben meer de regie over het hele proces. En vergeet niet: revalidatie gaat niet over een paar uurtjes, maar over 24 uur per dag, zeven dagen in de week. Ook in het weekend! Daar is in mijn tijd de basis voor gelegd. Het is veel en veel meer een compleet verhaal geworden. Revalideren doe je niet alleen, maar met alle mensen om je heen.”
“Als ik aan mijn kinderen moet vertellen wat mijn werk is, dan zeg ik dat ik de hele dag spelletjes aan het spelen ben”, zegt Chris daarop aansluitend. “Het geeft aan dat revalidatie is ingebed in het dagelijks leven. Ik ben continu bezig om functionele activiteiten in te voegen in spelactiviteiten die aansluiten bij de belevingswereld van het kind, én die voldoen aan de trainingsrichtlijnen en onderliggende fysiologische principes. Elke revalidant is weer een nieuwe puzzel die we met elkaar leggen. Dat vraagt om intensieve samenwerking binnen het team, maar ook met de revalidant en het gezin. Daarmee bouw je een intense relatie op met kind en ouders die – ook voor mij, als fysiotherapeut en mens – heel waardevol »

Mient: ‘Revalideren doe je samen, 24 uur per dag, 7 dagen per week, want alles is therapie!’

Chris: 'Het is belangrijk dat we onderwijs, zorg en onderzoek steeds meer verbinden. We kunnen niet zonder elkaar. Samen moeten we blijven bouwen aan de kwaliteit van ons vak'

» en betekenisvol is. Dit vormt je, helpt je te ontwikkelen. Dat zie ik als een privilege in ons vakgebied."

Bijzondere revalidanten

"Ja dat", zegt Mient. "We leren zo ongelooflijk veel van de mensen die we behandelen. Die hebben mij ook gevormd." Het raakt hen beiden als ze het hebben over een aantal bijzondere revalidanten die hen altijd zullen bijblijven. Mient heeft een jonge jongen behandeld, begin jaren '80, die met zijn vriendin binnenkwam na een ernstig ongeluk waardoor hij een hemiplegie opliep. "Hij zat er in zijn rolstoel als een verloren vogeltje bij, maar na vijf maanden – toen waren die processen nog veel langer dan nu – is de inzet succesvol geweest. Het gaat goed met hem. We hebben nog altijd contact. Ik denk ook aan de vrouw met het locked-in syndroom, die nauwelijks kon communiceren, maar ze deed het wel. Je kon goed aan haar ogen zien of ze verdrietig was of plezier had. Die verhalen blijven je altijd bij." Chris vertelt over een zesjarig meisje met een ernstige vorm van een hersentumor. "Ondanks dat ze niet kon praten was ze heel communicatief. We hadden direct een bijzondere 'klik'. Het was bijzonder om, samen met haar ouders, er alles aan te doen om het optimale uit haar herstel te halen. En op haar leeftijd had ze mij al zoveel te leren. Ze leeft – gelukkig! – nog en het gaat goed met haar. Door haar ben ik als mens echt gegroeid."

Leraar

Mient herkent het en mist die input van het dagelijkse werk. "Je raakt ermee vergroeid. Het is niet zo maar een baan, maar veel meer onderdeel van jou als persoon. Ik kan nóg dromen over mijn werk. Het is eigenlijk gek dat niet veel meer gebruik wordt gemaakt van mensen die zo lang in de revalidatie hebben gewerkt. Als iemand dat wil, dan kan die prima na zijn pensioen als een soort spiegel fungeren voor mensen die net in het vak komen."

Hij staat nog altijd op de rol als waarnemend docent in Amsterdam. Chris is sinds kort docent in Utrecht. Ze zien beiden een verandering van de opleiding. Mient: "Ik zie het vak veranderen en moderniseren en die ontwikkeling is goed. Tegelijkertijd is elementaire kennis als klinisch redeneren en hands-on vaardigheden, zoals handvattingen, faciliterend bewegen en bekwaamheden geleerd in de basis bewegingstherapie essentieel voor het leveren van kwaliteit in onze zorg. Die vaardigheden mis ik nog steeds bij de studenten, maar zullen mijn inziens altijd belangrijk blijven!"

Chris: "Het is dus des te belangrijker dat we onderwijs, zorg en onderzoek steeds meer verbinden. We kunnen niet zonder elkaar. Samen moeten we blijven bouwen aan de kwaliteit van ons vak." Mient: "Je ziet dat studenten zich soms meteen gaan specialiseren na hun opleiding. Ik zeg dan: niet doen. Ga eerst eens werken, dan kun je je keuze beter onderbouwen. Ga bijvoorbeeld ook eens langere tijd ontwikkelingswerk doen. Dat heeft mij verrijkt."

Mient is jaren geleden in Tadzjikistan (ten noorden van Afghanistan) terechtgekomen en gaat er nog twee keer per jaar naartoe. "Nu in coronatijd alweer twee jaar niet en dan mis ik het wel. Het mooie is dat je mensen daar basaal kunt opleiden en dat ze weer mensen verder kunnen helpen. Dan zie je wel hoe perfect het in Nederland is georganiseerd en hoe arm het daar is." Weer een overeenkomst. Chris is in Ghana geweest. Hij heeft wel wat andere ervaringen. "De fysiotherapeut die daar rondliep, ging vooral prat op zijn status. En ik wilde aan de gang. We hebben protocollen geschreven en mensen erbij betrokken, maar omdat die ene man er niet in geïnteresseerd was, gebeurde er niets mee. Heel frustrerend. Maar wel enorm goed voor je persoonlijke ontwikkeling."

Respect

Het is een ambacht, zo benadrukken ze vaak, dat je met je hart moet doen. Je moet van menselijke interactie houden – dat is de reden voor hun beider keuze voor fysiotherapie geweest. En je moet geïnteresseerd zijn in het functioneren van het lichaam en het brein. Het woord 'fascinerend' valt regelmatig. Dan heeft Chris nog een laatste vraag aan Mient. Welke levensles heeft hij geleerd? Mient is stil, er schieten prachtige jaren in dit vak door zijn hoofd. En dan zegt hij: "Het gaat nooit om joú. Het gaat om die revalidant die het lef moet hebben om dit proces aan te gaan. Jij bent de aangever, een passant. Maar die revalidant moet die loodzware opdracht uitvoeren. Daar heb ik diep respect voor."