



# **DE PREVENTIEPARADOX**

## **Het gevaar van medicalisering bij het bevorderen van mentale gezondheid**

12 oktober 2022 in Pakhuis De Zwijger in de week Samen020

*Organisatie:* PAm (Platform Amsterdam mentaal anders) ism Cliëntenbelang Amsterdam – Kim de Crom



*Gespreksleider:* Ilse Jagtenberg, Kringwijs

*Muziek en zang:* Rick en Froukje van EiWerk, die tussen de gespreksrondes drie liederen laten horen, waarin onder andere de strofe voorkomt:

*“De berm staat vol Duizendblad, Korenbloem, kruiden zat.*

*Diertjes leven, overleven, langs de vluchtstrook.”*

Rick en Froukje lichten toe wat EiWerk doet, en wat voor fijne haven het is voor mensen die graag muziek maken als tijdbesteding, zonder prestatiedruk. Rick legt uit hoe Froukje en zij werken. Froukje zingt op haar manier een gedicht in. Rick haalt daar de typische ritmes en melodieën uit, en zet het gedicht daarna helemaal op muziek.



*Gee de Wilde, klinisch psycholoog en adviseur in zorg en welzijn*, leidt de bijeenkomst in. Hij haalt zijn column *Doorbreek de preventieparadox* aan. “Wat is die innerlijke tegenstrijdigheid waar we het vandaag over gaan hebben? Primaire preventie zou de druk op de professionele, gespecialiseerde geestelijke gezondheidszorg moeten verminderen, is de gedachte bij de overheid, verzekeraars en zorginstellingen. Maar zorgen al die primaire preventieactiviteiten, waarbij mensen zich meer bewust worden van hun psychische problemen niet juist voor meer druk op de professionele geestelijke gezondheidszorg?”



*Gespreksleider Ilse Jagtenberg van Kringwijs* vraagt aan de gasten of zij die paradox in de praktijk herkennen, en hoe zij daar dan op reageren tegenover cliënten of patiënten.

*Huisarts Luc Klaphake*: “Ik herken veel van de medicalisering in de samenleving. Ik maak duidelijk dat ik de oplossing vaak niet weet. Hoe om te gaan met tegenslag. Ik stel de vraag ‘wat helpt?’ Tegenwind behoeft nog geen elektrische fiets. Er zijn vaak geen quick fixes.”

*Pascale Buter Naber, praktijkondersteuner (poh)*: “Er kwam een jongeman bij mij langs. Hij zei: ‘Ik voel me slecht, want op het Journaal zeiden ze dat veel jongeren depressief zijn. Ik ben bang dat dat ook met mij gaat gebeuren’. Ik vraag dan lang door over waarom hij dat denkt, en wat er in hem omgaat. Want dan kan ik goeie tips geven. In zijn geval bleek dat zijn moeder lang met de ggz in aanraking was geweest. Hij is toen naar een kopp-groep gegaan (Kinderen van Ouders met Psychiatrische Problemen), en dat luchtte hem enorm op. Weet je, er is zoveel in deze stad, zoveel activiteiten. Je moet ze natuurlijk wel weten te vinden.”

*Lidwien Schweitzer, Arkin, project ‘Lekker-in-je-vel’*: “Er zijn particuliere ggz-aanbieders, die op billboards reclame maken: ‘Bel ons als je psychische problemen hebt. Onze zorg wordt vergoed’. Zorg met een zuigmondje. Daar gaat zorggeld naartoe, en dat is niet goed.”

*Bert Stavenuiter, directeur Ypsilon*: Wij zijn een ‘familie’-vereniging. Als je binnen een familie problemen tegenkomt, is het goed wanneer niet je eerste reflex is dat je hulpverleners moet inschakelen. Dat dragen we bij Ypsilon uit. Eerst zoeken naar steun in de omgeving.”

*Jenny Boumans, onderzoeker bij het Trimbosinstituut* ziet dat preventie aan bezuinigingen worden gekoppeld: “Overheid en verzekeraars redeneren dat er wel wat geld van de ggz af kan, als we maar aan preventie doen. Je zal zien dat dat ten koste

gaat van de mensen die die zorg het hardst nodig hebben. En dat is juist de groep die Ypsilon steunt, de EPA-groep (ernstige psychiatrische aandoeningen). Die groep mag niet de dupe worden van nieuw beleid. Nieuw verhullend begrip: 'passende zorg'. Eerst moesten we een participatiesamenleving zijn en zelfredzaam, dus goedkoper, nu is passende zorg de panacee."

*Bert Stavenuiter:* "Maar Gee heeft ook een punt. Je mag de instituties best aanspreken op welke zorg ze wel en niet leveren."

*Jenny Boumans:* "Ja, maar je ziet nu dat de 'moeilijke' klanten worden uitgesloten. En, een kwestie van bejegenen, je moet nooit denken dat mensen/klanten zich aanstellen."

*Ilse Jagtenberg:* "Wat moeten we doen om die ingewikkelde groep niet in de kou te laten staan?"

*Lidwien Schweitzer en Jenny Boumans:* "Peer support is zo belangrijk. Gelijkwaardigheid. Lotgenotencontact is extreem belangrijk. We moeten het sowieso meer zoeken in de sociale basis."

*Bert Stavenuiter:* "Ja, en minder in psychiatrische etiketten denken. Ik sprak Floortje Schepers. Een moeder was boos omdat ze weigerde haar zoon een ADHD-diagnose mee te geven."

*Mo Abdi, buurtteammedewerker Buurteam Oost:* "Als buurtteammedewerker ben ik vooral een luisterend oor. Dat scheelt al een hoop. Veel mensen lopen tegen systemen in de samenleving aan."

*Jeroen Jongkind, ervaringsdeskundige TeamED:* "Ervaringsdeskundigen kunnen aansluiten bij de leefwereld van mensen. Door als maatje samen op te trekken, vind je manieren om te overleven of te herstellen."

*Ilse Jagtenberg:* "Hoe vermijden we de risico's bij preventieactiviteiten? Hoe normaliseren we psychische problemen?"

*Jenny Boumans:* "We moeten in de samenleving (en op scholen en in

werksituaties) mensen ook serieus nemen als ze problemen zonder medisch label hebben. Omdat ze overwerkt zijn, of in een verkeerde gezagsrelatie zitten. Dat vraagt om een cultuurverandering. Het begrip 'passende zorg' draagt daar niet aan bij, door de verschuiving van zware naar lichte zorg."

*Lidwien Schweitzer:* "Op de 'lekker-in-je-vel'-site doen we dat wel. Daar word je serieus genomen, en krijg je goede adviezen."

*Bert Stavenuiter:* "En je mag er inderdaad best bij zetten dat die adviezen van professionals komen. Daarmee medicaliseer je niet per se."

*Mo Abdi:* "Door de omgeving van mensen aan te spreken en mee te laten doen in Eigen Krachtconferenties bijvoorbeeld, kan je de zorg in de eigen omgeving houden. Mensen kunnen naar draagkracht bijdragen."

*Pascale Buter Naber:* "Het netwerk versterken kan ook goed een rol van de huisarts of poh zijn. Proberen lotgenoten te vinden. Of burens inschakelen. Als poh ga ik ook bij mensen thuis langs. Dat praat makkelijker."

*Uit publiek:* "Maar huisartsen hebben toch maar 5 minuten per patiënt!?"

*Huisarts Luc Klaphake:* "Nee, 10!"

*Jenny Boumans:* "Experiment met langere huisartsen-consulten (in Brabant) was zeer succesvol. Tot 'een' verzekeraar ging klagen dat er te weinig verwijzingen naar de gespecialiseerde zorg waren! Is het experiment gestaakt."

*Ilse Jagtenberg:* "Hebben we een andere taal nodig?"

*Simone Melis, teamleider beleid MIND:* "Niet per se. Taal is heel erg nodig om bestaande stigma's weg te nemen. Voor MIND geldt de leidraad: 'Wat werkt voor wie op welk moment'. De ene groep in de samenleving spreek je op een andere manier, en via andere kanalen aan dan een andere. Uiteindelijk hoop je mensen aan het denken en praten te krijgen over wat hen dwarszit. Voor ons is 'normaliseren' belangrijk, en dat

is iets anders dan bagatelliseren. Dus wel serieus nemen.”

*Juul van Hoof, programmamanager Thrive Amsterdam GG&GD:* “Bij Thrive zetten we vol in op de omgeving, op elkaar leren om gesprekken aan te gaan, vragen te durven stellen, zonder oordeel te luisteren.”

*Simone Melis:* “Correlatie binnen MIND is ook een groot succes. Een onbevooroordeeld luisterend oor. En de zelfregiecentra, die nu overal ontstaan. En de GEM van Jim van Os c.s. (*Publiek:* “GEM?”) Ecosysteem Mentale Gezondheid. Een juweel dus.”

*Juul van Hoof:* “Inmiddels hebben we in drie stadsdelen in Amsterdam (Noord, Zuidoost en Nieuw-west) 29 initiatieven lopen. We volgen op de voet wat daar gebeurt. En zien ook wat voor schade bijvoorbeeld de toelagenaffaire voor mensen betekent. Je snapt dat mensen ziek worden.”

*Simone Melis:* “Nog één dingetje: mijn huidige lievelingsboek ‘Beledigende broccoli’ van Tim ’s Jongh. Over hoe goedbedoelde maar ondoordachte steun de plank volledig mis kan slaan. Het is een pleidooi voor een visie van onderop, vanuit de samenleving. Een gedeelde visie uit solidariteit.”

*Juul van Hoof:* “Ja. Ik geloof in nieuw activisme. En in experimenteren, en gaandeweg leren. We moeten ‘het beleid’ daarop aanspreken. Dat ze daar ruimte voor scheppen.”

*Ilse Jagtenberg nodigt het publiek uit:* Wie wil in een halve minuut commentaar geven?

“Bestaansonzekerheid leidt tot mentale problemen. Pak dit aan, ipv olie op het vuur te gooien. Leer van de toelagenaffaire. Door aan bestaanszekerheid te werken, zal je de toestroom naar de professionele GGZ verminderen.”

“Als burger kan je ook een hoop doen. Ga eens bij de koffie bij de oudere buurvrouw die nauwelijks haar huis uitkomt. Biedt een helpende hand. Ondersteun elkaar.”

