
De uitdaging van een *topsportarts*

Is topreferente zorg van topsporters andere geneeskunde dan de dagelijkse praktijk? Wat maakt deze zorg uniek en waar is het niet anders dan de zorg voor de rug van Hans Jansen die zich vertilt bij het werken in de tuin? Als Sven Kramer last van zijn rug heeft weet heel Nederland het en iedereen heeft een mening. Bovendien: iedereen wenst dat hij snel hersteld is, en voor Nederland medailles haalt. Betekent dat dat Hans Jansen dan maar moet wachten of profiteert Hans Jansen van de kennis verzameld door het begeleiden van topsporters?

TER AFSLUITING: INTERVIEW MET PETER VERGOUWEN

Peter Vergouwen, sportarts in hart en nieren, heeft daar een uitgesproken mening over. Hij is een sportarts met passie voor zijn vak, kijkt niet op de klok en is altijd bereikbaar. Hij begeleidt topsporters naar unieke prestaties. Samen met Ingrid Paul en Petra Groenenboom vormt hij de maatschap “Elite Sports Medicine” gevestigd in Ziekenhuis Gelderse Vallei, Ede. Ze doen tevens spreekuur in het Centrum voor Topsport en Onderwijs (TCO) Papendal. Binnenkort gaat hij afbouwen, want zijn pensioen daar moet hij nog niet aan denken!

Ook al leidde zijn bemoeienis soms slechts tot een verbetering van honderdste van seconden, dat maakte wel het verschil! De topsporters die hij begeleidt roemen hem en pleiten voor meer erkenning van dit zeer belangrijke onderdeel van de begeleiding van sporters. Sven Kamer zegt over hem: ‘Peter Vergouwen heeft mij altijd door dik en dun gesteund en dankzij hem ben ik weer op mijn oude niveau.’ Maar ook van belang: ‘de vedette prikkelt een kind om te gaan bewegen

en sporten’. De overheid zou daarom meer moeten investeren om mensen letterlijk meer in beweging te krijgen, zodat bijvoorbeeld problemen van overgewicht al bij de jeugd worden aangepakt. ‘Voorkomen is beter dan genezen’ geldt ook hier bij uitstek!

Niet de huisarts maar een sportarts zou moeten beoordelen wat er aan de hand is als een (top)sporter zich meldt en het hele traject bewaken. Ervaring bespaart: zo wordt onnodig onderzoek, overbelasting en te snel weer belasten vermeden. De juiste diagnose stellen is ook hier essentieel. Vervolgens dient meteen een zorgvuldig herstelbeleid gestart te worden om zo snel mogelijk – maar zeker niet ten koste van alles – op het hoogst haalbare prestatieniveau te komen. Peter Vergouwen heeft daarbij maar één ding voor ogen: ‘de beste balans tussen goed herstel en snel weer op de been zijn’, aldus voormalig atlete Ellen van Langen. ‘We willen allemaal dat Nederland wint: Europese en Wereldtitels, en zoveel mogelijk medailles op de Olympische spelen.’

Er zijn hier parallellen met de zorg voor mensen die aan een complexe chronische ziekte lijden en waar behoefte is aan topreferente zorg. Momenteel zijn er ook hier

ontwikkelingen dat de zorgverzekeraar bepaalt naar welke dokter of ziekenhuis een patiënt mag. De vrije dokterskeuze staat op de tocht en dat wordt alleen maar erger als de zogenaamde restitutiepolis vervalt. Met andere woorden: politiek, doe iets!

Dat ook de medische begeleiding van topsporters topzorg vergt vergeet men al snel. In de begeleiding wordt vooral geïnvesteerd in alle randvoorwaarden zoals voeding, training, trainers, etc. Voor de medische zorg is nog geen topbegeleiding standaard. Ook dat zou veel meer ontwikkeld kunnen worden. In Nederland zijn recent 4 Centra voor Topsport en Onderwijs (CTO) gevestigd in Papendal, Heerenveen, Eindhoven en Amsterdam, waar de kennis kan worden geoptimaliseerd. Naast de topsporters kan de sport in de breedte zijn voordeel hiermee doen. Uiteindelijk heeft de gehele bevolking daar profijt van. De lessen geleerd van de sport kunnen worden benut in de adviezen betreffende leefstijl en preventie. Hier is behoefte aan een lange termijn visie. Topreferente topsport zorg met korte lijnen en optimale multidisciplinaire bundeling van deskundigheid kan helpen de kennis op het gebied van bewegen en conditie en wat dat met het functioneren van iemand en de toekomstverwachting van de kwaliteit van leven doet. Hoe reageren mensen na een ziekte of blessure, welk advies hebben ze wat aan. Weet wat je beweegt! Kijken naar bewegende mensen en ze terug in balans brengen is essentieel. De kennis uit de topsport vloeit door in de reguliere geneeskunde. Ik vergelijk dat wel eens met Formule 1, waarbij technieken worden getest, die later hun weg vinden naar de reguliere auto-industrie.

Laat de politiek bewegen in onze maatschappij weer meer op de kaart zetten: 'maak bewegen weer een belangrijk onderdeel van het schoolprogramma zoals vroeger'. Bewegen is essentieel voor een gezonde leefstijl. Bewegen is ook een niet meer weg te denken onderdeel van het multidisciplinaire begeleidingsprogramma van chronisch zieke mensen of dat nu COPD, longfibrose of een bepaalde vorm van kanker is. Er is al lang aangetoond dat ook voor zieke mensen bewegen van groot belang is, ze beter in balans brengt en helpt de kwaliteit van leven te verhogen.

Sven Kramer schreef op 8 februari in de Telegraaf dat topsport balanceren is op het randje en dat houdt in dat je af en toe te maken krijgt met tegenslagen in de vorm van blessures. Ik heb wat dat betreft de afgelopen jaren mijn portie wel gehad. In het geval van blessures hoop ik zo snel en zo goed mogelijk geholpen worden. Dat laatste lijkt een vanzelfsprekendheid, maar dat is het niet. Veel mensen denken dat wij in Nederland een topsportklimaat hebben waarin alles goed geregeld is. De realiteit is helaas anders. In ieder geval op het gebied van medische zorg laat het topsportklimaat enorm te wensen over. Aan de kwaliteit van de sportartsen ligt het niet. Integendeel zelfs. Ik beschouw Peter Vergouwen als één van de beste, misschien wel de allerbeste, topsportarts ter wereld. Maar ondertussen is het vak van sportarts bij de wet nog altijd niet erkend als specialisme. Sportkoepel NOC*NSF heeft aan de ene kant de ambitie bij de beste tien landen ter wereld te horen, maar aan de andere kant wordt het sportartsen bijna onmogelijk gemaakt om snel en adequaat medische zorg van hoog niveau te leveren. Momenteel moeten we eerst naar een huisarts, die bepaalt dan wat er aan de hand is en wat er moet gebeuren. Persoonlijk raakt de nieuwe situatie mij niet eens heel erg. Wanneer ik medische zorg nodig heb, zorg ik echt wel dat ik die krijg. En als de behandeling niet meer vergoed wordt door de verzekering, betaal ik het gewoon zelf. Maar veel andere sporters hebben die keuze niet en worden dubbel zo hard getroffen. Want het proces van genezing en revalidatie duurt niet alleen langer, maar is ook veel duurder geworden. Hier voegt Ellen van Langen een week later in haar column nog aan toe: 'Het wordt misschien tijd dat de zorgverzekeraars geen geld verspillen aan onzinnige regels, die uiteindelijk alleen maar geld kosten'. Sven Kramer gaat verder. Van topsporters worden medailles verwacht, maar onze sportartsen staan ondertussen met de rug tegen de muur. Ik denk dat er de laatste jaren ongelooflijk veel Olympische medailles en titels zijn gewonnen met dank aan topsportartsen als Peter Vergouwen. Sterker nog, zonder hem had ik nu misschien nog steeds in de lappenmand gezeten.