

Studiedag Doctors4Doctors 10 september 2015 KBC Toren Antwerpen

Geachte Mevrouw De Minister,

Geachte collega's,

Geachte Dames en Heren,

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

Uw talrijke aanwezigheid doet ons oprecht deugd.

We zijn niet alleen verheugd over de talrijke opkomst, maar zijn ook een beetje fier op onszelf dat we erin geslaagd zijn om, desondanks beperkte middelen, alle belangrijke 'stakeholders' hier vertegenwoordigd te krijgen, alsook de vertegenwoordigers van onze partners met wie we dezelfde missie delen en uiteraard vele van onze 'brain-stormers' en mede-werkers uit ons, organisch groeiend, operationeel netwerk.

We hopen dat jullie het vandaag aangeboden buffet kunnen smaken. Onze affiche verklapte reeds dat we jullie met een appel uit de boomgaard van collega Boydens naar hier wilden lokken. 'An apple a day, keeps the doctor away' is ook van toepassing op de dokter zelf. Maar er zal meer nodig zijn dan 1 appel. Wat dan?, zal hopelijk in de loop van de dag duidelijk worden.

Er is de voorbije maanden ontzettend hard, met hart en ziel gewerkt door ons dagelijks bestuur. Dr. Eric Boydens, CEO, founding father en bezieler van D4D; dr. Annelies Van Linden, manusje van al, wetenschappelijk coordinator en organisator van onze eerste volgeboekte 'gatekeeper' opleiding nu zaterdag en niet in het minst Mevr. An Teyssen, PR en communicatiespecialiste, time-manager en motivator van ons allen die met haar arends-blik alles minutieus in goede banen leidt, hebben zich in het zweet gewerkt de voorbije tijd. En het was dan ook nog eens een warme zomer. ;-) We zouden ook niet kunnen bestaan zonder de ongebrijdelde en vrijwillige inzet van onze administratieve krachten Anne De Malsche en Joris Voet. Dr. Paul Smits, huisarts op rust, is met zijn inspirerende rol en altijd positieve noot, meer dan nodig in onze organisatie en Raad van Bestuur.

Doctors4Doctors werd opgericht in 2013. Na gedurende enkele jaren mee zijn stem te hebben laten horen in allerlei fora en na twee jaar brainstormen met psychologe Tine Daeseleire, arts-coach Marleen De Greef en mezelf, psychiater-psychotherapeut, vond Dr. Eric Boydens, huisarts, het hoog tijd om met 'iets concreets' naar buiten te komen voor de arts in nood. We wilden onze, vanuit de basis gegroeide aanpak, zo snel als mogelijk officialiseren en professionaliseren. Een VZW-structuur leek ons de beste manier.

Onze missie is talentvolle, gemotiveerde en bevlogen artsen in het zadel houden en hen van in het begin, tijdens studie en start van hun actieve carrière te laten erkennen dat ze ook beperkingen hebben en kwetsuren kunnen oplopen. Het herkennen en gezond leren omgaan met deze wetenschap, wat we benoemen als zelf-zorg, vergt zelf-kennis, zelf-sturing en een zekere discipline.

D4D wil er zijn voor de collega in nood. Door hem of haar een discreet aanspreekpunt aan te bieden. We trachten te helpen waar nodig en mogelijk, en proberen samen de weg naar de juiste hulp te vinden. D4D **is** niet die hulpverlener, wij helpen hem te vinden. Faciliteren, triëren. Waarom een apart aanspreekpunt en niet gewoon naar je huisarts stappen om raad te vragen? Omdat de meerderheid van het artsencorps geen huisarts heeft? Of omdat 65% van onze collega's liever aan zelf-diagnostiek en zelf-behandeling doet. Voor een banale verkoudheid of griep, ca va, maar ook voor die fles teveel per dag, om de stress van de dag weg te drinken? "Artsen zijn slechte patiënten zegt men wel eens. Ze volgen hun eigen adviezen niet." Do as I say and not as I do? Waarom hebben artsen over het algemeen zoveel schroom om hulp te gaan vragen als het eens minder gaat. Angst voor de eigen kwetsbaarheid? Ontkenning van de dagelijkse spiegel die de patiënt of misschien zijn partner, hem of haar voorhoudt?

Een nog belangrijkere doelstelling voor D4D, en hier hopen we vandaag een belangrijke aanzet tot te geven, is een forum creëren waar cultuur- en mentaliteitsverandering binnen onze beroepsgroep wordt gepromoot en kan uitdeinen als een steen in het water betreffende zelf-zorg, solidair zorgen voor elkaar, ziekte-preventie, maar vooral dus gezondheids promotie en -attitude. Zelf-zorg is geen zelf-behandeling!

Arts zijn kan de gezondheid schaden! Net zoals een waarschuwing op een pakje sigaretten, zou het diploma geneeskunde dergelijke boodschap kunnen bevatten. De algemene perceptie bestaat dat artsen doorgaans 'lichamelijk' gezonder zijn dan andere mensen maar op mentaal vlak zijn de gezondheidsrisico's dramatisch: de prevalentie-cijfers van burn-out, stressgerelateerde klachten, depressie en suïcide, verslavingen en echtscheidingen zijn onrustwekkend.

Onze studiedag kreeg de titel: **" Arts zijn: job of roeping? Hoe blijf ik als arts bevlogen en gezond?"**

Vandaag is de dag dat we onze visie en missie en het tot nu toe gerealiseerde werk, aan de wereld kenbaar willen maken. We geloven er in dat we door te investeren in onze eigen gezondheid, onszelf, onze dierbaren en onze patiënten een grote dienst bewijzen. Daarnaast willen we ook de vraag van wat en hoe het nu verder moet met D4D, nu het pilootproject in Antwerpen is afgerond, aan jullie allen voorleggen. Wie doet mee? Wat gaan we doen? Hoe en wanneer beginnen we eraan? *Hoe kunnen we er allemaal samen, artsen in de eerste plaats, maar ook en in het bijzonder onze overheid en beleidsmakers, ermee voor zorgen dat artsen in zo optimaal mogelijke omstandigheden hun beroep kunnen uitoefenen en dat bijgevolg onze patiënten de best mogelijke zorgen blijven ontvangen. Onze patiënten verdienen immers gezonde artsen. Arts zijn is een veeleisende en verantwoordelijke job. Artsen begeven zich op een terrein tussen leven en dood. Mensen leggen hun lot in onze handen. Ze geven ons hun blinde vertrouwen. Artsen die niet optimaal functioneren lopen het risico meer fouten te maken.*

We are very pleased to have Prof. Jean Wallace, sociologist and researcher at the University of Calgary Canada, as our keynote speaker. We got the inspiration for this

meeting out of her paper 'Physician wellness: a missing quality indicator' she published in 2009. I read the summary of the article: "When physicians are unwell, the performance of health-care systems can be suboptimum. Physician wellness might not only benefit the individual physician, it could also be vital to the delivery of high-quality health care. We review the work stresses faced by physicians, the barriers to attending to wellness, and the consequences of unwell physicians to the individual and to health-care systems. We show that health systems should routinely measure physician wellness, and discuss the challenges associated with implementation." We are looking forward to her talk.

Bij de voorbereiding van deze verwelkoming kwam ik tot de vaststelling dat er meer vragen zijn dan antwoorden. Reden genoeg dus om deze studiedag te organiseren.

Gelukkig hebben we Dhr. **Guy Tegenbos** bereid gevonden vandaag onze gids en moderator te willen zijn doorheen de studiedag. Hij is ons allen goed gekend als politiek journalist bij De Standaard. Hij had er 30 jaar dienst en verzorgt nu nog een wekelijkse column. Dossiers die betrekking hebben op gezondheid en onderwijs kent hij als geen andere. Omwille van zijn kennis en kunst om de dingen kritisch te bevragen en zo nodig hierop door te vragen, betuigen wij onze oprechte dank dat hij vandaag bij ons 'de vragen' wil komen stellen, in de eerste plaats tijdens het 'stakeholder' paneldebat, maar ook aan jullie publiek. Wij hopen op dat vlak op veel interactie uit de zaal.

Werken moet vooral ook plezant blijven! We willen naast de serieus van onze job, er vooral voldoening en plezier blijven aan beleven. Om als dusdanig ook humor en relativering als belangrijke preventieve maatregel in de verf te zetten, hebben we improvisatie-theater **Inspinazie** uitgenodigd. Zij zullen ons vandaag, aan de hand van het thema van de dag en op een interactieve manier, de juiste dosis humor bezorgen.

Rest mij nog de eerste spreekster van de dag aan te kondigen en te bedanken voor haar komst. **Mevrouw Minister Maggie De Block**, is zelf jarenlang huisarts in Merchtem, en is bijgevolg perfect op de hoogte van wat er reilt en zeilt bij het artsenkorps. Na haar schitterende werk als Staatssecretaris van Asielbeleid werd zij een van populairste vrouwelijke politica van ons land. Wij zijn als D4D dan ook zeer verheugd dat onze Federale Minister van Volksgezondheid bereid was om haar visie op het thema van onze studiedag te komen toelichten. Wij wisten uit eerdere interviews uit de media, alsook vanuit het onderhoud dat we hadden op haar kabinet dat ze erg begaan is met 'burn-out en dysfunctioneren van hulpverleners in het algemeen'. De aandacht die vandaag speciaal naar de arts gaat is in die zin legitiem. Net zoals elke burger van dit land verdienen ook artsen een goed gezondheidssysteem, een goed sociaal en financieel vangnet voor wanneer het even fout loopt. Een goed gezondheidssysteem is er dus ook één waarin de arts, als playing captain, niet ziek of burn-out dreigt te raken om het mee draaiende te houden.

Aan iedereen een aangename en leerzame studiedag gewenst!