



D4D brengt intervisie online

Doctors4Doctors organiseert de komende vier donderdagen intervisie voor huisartsen online. Dokter Lieve Callewaert, een Brugse huisarts, is in ieder geval overtuigd.

Webinars allerhande, e-learning, virtuele symposia,... kennisoverdracht via het internet is al volop zijn plaats aan het veroveren – vooral in tijden van *social distancing*. Intervisie – artsen die ervaring uitwisselen en elkaar ondersteunen via een online-platform – daar zijn niet veel voorbeelden van. Maar daar is wel behoefte aan, stelt Doctors4Doctors. Het relatieve isolement door fysiek afstand te houden, kan ook zijn tol eisen bij de zorgverleners zelf. De pandemie kan stress verhogen. De emotionele steun die men elkaar geeft, wordt evenwel schaarser.

D4D start volgende week met een viertal intervisiesessies gericht op het versterken van mindfulness, het inlevingsvermogen en de communicatievaardigheden. Dat verloopt over een Zoom-sessie. Die bieden volgens D4D een goed virtueel alternatief voor samenkomsten wanneer men fysieke afstand moet bewaren. Binnen een virtuele sessie bestaan ook mogelijkheden voor een meer persoonlijke uitwisseling.

Barometer in Brugge

Alvast overtuigd van het belang van intervisie in coronatijden is dokter Lieve Callewaert, een huisarts die tevens bij Doctors4Doctors actief is. Voor de Huisartsenkring van Brugge en Omgeving contacteerde ze huisartsen

die het moeilijk bleken te hebben tijdens de lockdown – voor een gesprek dat hen hopelijk een hart onder de riem stak.

“Het zijn moeilijke tijden geweest voor huisartsen”, weet dokter Callewaert. “Je wil als huisarts je patiënten helpen, maar je kon vaak niet.” Vele consulten verliepen telefonisch. “Je bent bang bij dat

‘Huisartsen zijn nogal individualistisch ingesteld. Meestal verneem je het langs een omweg dat er ergens een probleem is’ – dr. Lieve Callewaert

contact dingen te missen.” Aan de andere kant is het confronterend dat het vaak ook wel erg effectief is. “Veel huisartsen zitten met existentiële vragen. De manier waarop we het vroeger deden, hoefde dat wel altijd?” Schuldgevoelens komen ook vaak voor, stelt ze vast. Artsen die tot een risicogroep voor complicaties bij een covid-19-besmetting behoren, die niet meedraiden in de triagecentra, bijvoorbeeld. “Ze waren van oordeel dat ze eigenlijk niet hun plicht vervulden. Ik gaf hen de raad toch eerst voor zichzelf te zorgen.”

We contacteerden dokter Callewaert oorspronkelijk in verband met de covid-19-barometer. “Wanneer huis-

artsen een paar keer een wat zorgwekkend commentaar plaatsten met een e-form, signaleerde de kring mij dat.” Callewaert contacteerde dan discreet deze artsen: “Het komt er vooral op neer dat ze hun gevoelens eens wilden lucht geven. Deze crisis bracht genoeg ellende, en wat erkenning daarvan en ondersteuning heeft iedereen wel nodig.” Het is wel goed dat de kring voor die omstandigheden oog heeft, vindt ze. “De kring was er daarnaast bezorgd over dat huisartsen zouden uitvallen. Dat viel allemaal wel mee. Bij een rondvraag bleek trouwens dat praktijken vaak zelf al onderling afspraken hadden gemaakt over de hulp die ze elkaar konden bieden.

Tamelijk individualistisch

Een hulplijn voor de zorgverleners, psychologische begeleiding... dat is niet wat werkt bij huisartsen, meent Callewaert. “Huisartsen zijn nogal individualistisch ingesteld. Ze gaan me niet snel uit eigen beweging bellen wanneer ze het moeilijk hebben. Meestal verneem je het langs een omweg dat er ergens een probleem is, via de wachtdienstverantwoordelijke bijvoorbeeld.”

Intervisie werkt beter, denkt ze. “We hebben al een intervisiegroep bij Doctors4Doctors, die online vergadert – een paar huisartsen uit Brugge, maar ook uit de omgeving van Gent, van Antwerpen... het zijn een tiental men-

Het relatieve isolement door fysiek afstand te houden, kan ook zijn tol eisen bij de zorgverleners zelf.

sen die hun ervaringen uitwisselen – deskundig begeleid. We spreken over thema’s die met covid-19 verband houden – maar komen al snel aan de eigen beleving, en luchten ons hart eens. Je komt dan als vanzelf op het persoonlijk functioneren, de zelfzorg,...”

Lieve Callewaert ziet het helemaal zitten om ook voor Brugge lokaal zo een intervisie op te starten. “We zouden daarmee beginnen in september, wanneer we weer kunnen samenkomen. Maar als dat nog niet mogelijk is, kan het ook virtueel, via Zoom. Waarom niet?”

De pandemie brengt stress mee – werken binnen de restricties van *social distancing* werkt die ook vaak in de hand.

Wouter Colson

>> info@doctors4doctors.be

Hou je hart bij de geneeskunde

De bedoeling van de intervisiesessies die Doctors4Doctors de komende weken organiseert is om als huisartsen leren om te gaan met de problemen die zich thans aanbieden – en om een hart in de geneeskunde te houden. Kernwoorden zijn mindfulness (wetenschappelijk onderbouwd), compassie, communicatie, toewijding,... Zorg voor anderen begint bij zorg voor zichzelf. De sessies worden geleid door psychiater-psychotherapeut Eric van den Brink – samen met een coördinator-arts van D4D. Ze vinden plaats elke donderdag tussen 19u30 en 21u – de eerste op 4 juni en de laatste op 25 juni. Niet-leden betalen 100 euro – leden kunnen natuurlijk altijd zelf besluiten om een bedrag te schenken. Doctor4Doctors hoopt later nog andere groepen te kunnen starten – een gift helpt. En misschien krijgt u net als dokter Callewaert er zin in om zelf een lokaal initiatief te starten.

W.Co.