

Ontmoeting Over gevoel en geneeskunde

ZIELS- VERWANTEN IN DE ZORG

*2 specialisten,
1 voorliefde voor
spiritualiteit*

Hij Dr. Piet Leguit was jarenlang chirurg in het Diaconessen ziekenhuis in Utrecht. Gaandeweg zijn carrière ontdekte hij dat techniek alleen niet voldoende is om mensen beter te maken. Als een van de eersten van zijn generatie hield hij een warm pleidooi voor meer compassie in de zorg. Hij schreef zijn patiënten meditatie, homeopathie of accupunctuur voor.



//////
Zij Dr. Judith Deckers-Kocken, kinderarts voor maag-, darm- en leverziekten, startte een medisch centrum te starten waar kinderen met buikproblemen geholpen worden door medisch specialisten én natuurlijke werkende deskundigen. Ze schreef het boek *Kinderbuik*, dat kinderen aanmoedigt te leren ontdekken wat ze lichamelijk en geestelijk nodig hebben om zichzelf goed te voelen. >
//////

Waar?

In het huis van Piet Leguit in Laren.

Klik of clinch

Een absolute klik! Tijdens het interview plannen de twee alweer een afspraak om elkaar het weekend daarop opnieuw te ontmoeten tijdens een lezing.

Bijzonder

Ondanks dat ze twee artsen van verschillende generaties zijn, delen ze een missie: meer compassie in de zorg, meer ruimte voor de ziel in de geneeskunde en reguliere en alternatieve zorg verbinden.

‘Als ik alleen maar protocollen volg, ben ik geen dokter. Dan ben ik iemand die een kunstje na-aapt’

KINDERARTS
JUDITH DECKERS

Praten over geluk vinden kinderarts Judith Deckers en chirurg Piet Leguit allebei lastig. Maar praten over de ziel: machtig. Beiden pleiten voor een beetje meer zen, gevoel en compassie binnen de geneeskunde.

Hun horloges deden ze al jaren geleden af om de haast uit hun leven te krijgen. Daar hebben ze allebei nog geen moment spijt van gehad. Dat kinderarts Judith Deckers-Kocken (45) nu net deze keer een kwartiertje te laat is ‘heeft gewoon zo moeten zijn’. Het zegt veel over de manier waarop deze Ontmoetingskandidaten in het leven staan. Chirurg Piet Leguit (71) was een van de eerste specialisten in Nederland die meditatie, visualisatie en acupunctuur op recept gaf. Judith deelt dezelfde idealen maar gaat nog een stap verder. Exact een jaar geleden gaf ze haar baan als kinderarts, gespecialiseerd in maag-, darm-, en leverziekte, op. Ze schreef het boek ‘Kinderbuik’ en is momenteel druk om haar eigen medisch centrum op te richten voor kinderen met buikproblemen. Hier moeten de beste reguliere én natuurgeneeskundig werkende specialisten onder een dak komen zitten.

Judith: “Ik heb mijn hart gevolgd, maar ik heb ook mijn hoofd meegenomen, hoor. Alles staat in de startblokken: ik heb de juiste mensen om me heen verzameld, iedereen is er klaar voor. Ik heb al een prachtige plek in het groen gevonden. Het is nu alleen die zak met geld vinden. Ik voel de ongedurigheid toenemen. Geen baan, geen inkomen: dat is tot daaraan toe. Maar als ik te lang mijn werk als arts niet uitoefen, mag ik niet eens meer als specialist werken of word ik betiteld als zo’n vaag figuur. Dat ben ik niet en wil ik ook niet zijn. Ik heb niet voor niets een goedlopende praktijk opgegeven. Ik ben

een hartstikke goede specialist en klaar om mijn droom te verwezenlijken, ook al vind ik het best spannend! Ik wil dat mensen de zorg krijgen die het beste bij hen past en daarbij wil ik graag natuurlijke en reguliere behandelwijze samenbrengen. Iets wat in artsenkringen omstreden is.”

Piet: “Waarom begin je niet klein, met consulten aan de keukentafel? Mijn ouders deden dat ook. Mijn vader was chirurg, mijn moeder kinderarts. We hadden een wachtkamer, spreekkamer en een behandelkamer in huis. Zo was dat vroeger bij alle specialisten. Als kind moesten we muisstil zijn tussen de middag, want dan had mijn vader spreekuur. Dat was heel gewoon. Je ging niet naar het ziekenhuis, je ging eerst naar die ene dokter. Bij onze tramhalte werd omgeroepen: ‘Hier moet je eruit voor dokter Leguit.’ Maar ik weet eigenlijk niet of je tegenwoordig aan huis je beroep mag uitoefenen.”

Judith: “O jawel, dat mag. Maar ik heb bijvoorbeeld ook een laboratorium en röntgenapparatuur nodig en dat heb ik thuis niet.”

Piet: “Dat heb je binnenkort misschien niet meer nodig. Ik heb gelezen dat er een nieuwe bloedtest aankomt, met één druppel bloed kun je bijna duizend waardes bepalen.”

Judith: “Wat gaaf! Maar ik wil nú een medisch centrum oprichten waar ik van die mooie compassiedingen kan doen.”

Gebke: “Compassiedingen?”



‘Ik snap niet hoe artsen aan doodzieke mensen verkopen dat ze niets meer voor hen kunnen betekenen. Hoe durf je? Je kunt op zijn minst luisteren!’

CHIRURG PIET LEGUIT

Judith: “Ja, behandelen met werkelijke aandacht en vanuit gelijkwaardigheid tussen arts en mens. En ik zeg bewust mens: ik behandel geen patiënten, ik behandel mensen.”

Piet vult aan: “Helemaal mee eens. Je moet niet de ziekte of kwaal centraal stellen, maar aandacht hebben voor de mens erachter. Op die manier kun je altijd wat voor de ander betekenen. Ik snap niet hoe artsen aan doodzieke mensen verkopen dat ze niets meer voor hen kunnen betekenen. Hoe durf je? Je kunt op zijn minst luisteren!”

“Rond mijn 45^e werd het me duidelijk dat het technische gedeelte van mijn vak niet genoeg was. Ik weet niet of het de midlifecrisis was of gewoon de volgende stap in mijn leven. Als ik voor die tijd patiënten kreeg die niet beter konden worden, organiseerde ik ze weg. Ik verwees ze naar collega's van wie ik best wist dat ze uiteindelijk ook niet veel voor die patiënten konden betekenen. Dat voelde verkeerd. Ik raakte meer en meer geïnspireerd door mensen zoals Bernie Siegel, die als arts vastliepen en geïnteresseerd waren in innerlijke kracht. Ik stuurde patiënten niet langer door, maar adviseerde ze te mediteren, een dieet te volgen of acupunctuur te proberen. Dat was uit den boze in die tijd. Compassie was al een woord dat je als arts amper in de mond mocht nemen, laat staan zoiets als meditatie of de ziel. Terwijl collega-artsen me met steeds meer argwaan bekeken, merkte ik dat mijn adviezen bij patiënten goed vielen. Maar als je als arts iets voorschrijft, moet je wel weten waar je het over hebt. Dus ben ik zelf meditatiecursussen gaan volgen. En dat beviel geweldig goed. En jij?”

Judith: “Ik had dat altijd. Als meisje al. Dan deed ik in stilte mijn ogen dicht en voelde dat het klopte. Dat heeft me altijd een enorme kracht gegeven.”

Gebke: “Ik was als kind vooral aan het stoepranden ...”

›

Judith: “Spelen is ook mediteren. Het is je verliezen in de tijd.”

Piet: “Hebben kinderen nog wel tijd om te spelen?”

Judith: “Dat verschilt per gezin. Veel kinderen hebben een behoorlijk vol programma. Het is vooral van belang dat ouders hun week niet ongevraagd volproppen. Vraag wat je kind wil. Wil die spelen? Dan is dat goed. Wil hij sporten, ook goed. Mijn dochter staat weleens op en dan wil ze niet naar school. Dan zeg ik: ‘Prima, maar dan ga je wel aan de juf vertellen dat je vandaag een dagje thuisblijft.’ Dat ze de ruimte krijgt om een baaldag te nemen doet haar al goed.”

Piet: “Opvoeden vanuit compassie. Dat is wel het tegenovergestelde van de *quality time* waar je eerder veel over hoorde. Een begrip dat ik trouwens nooit begrepen heb, omdat elke vorm van aandacht en tijd kwaliteit is. Dat begint al bij de eerste ontmoeting. Dat je elkaar recht in de ogen kijkt. Zo simpel. En het kost niets. Het is een kans om echt contact te maken.”

Judith: “Helemaal mee eens. Daarom vraag ik ook altijd aan de kinderen die ik zie: wat heb jij nodig? En geloof me, kinderen zijn niet onder de indruk van dokterstitels, witte jassen of technische snuffjes. Ze weten dondersgoed wat ze nodig hebben.”

“Als samenleving perken we dat weten in. Je mag niet door de klas rennen, niet met je handen eten en niet altijd vragen stellen. Natuurlijk hebben kinderen regels en kaders nodig. Veel van die grenzen zijn echter kunstmatig. Ik denk dat daarom een toenemend aantal kinderen niet lekker in hun vel zitten.”

‘Dat is de taak die elke arts, of misschien zelfs elk mens, zou moeten hebben: dat je het verschil wilt maken in een mensenleven’

CHIRURG PIET LEGUIT

Piet: “Verklaart dat ook de toename van de diagnose ADHD?”

Judith: “Vaak spiegelen kinderen wat er in een gezin heerst. De kinderen van nu staan veel meer dan hun ouders in verbinding met zichzelf. Ouders denderen maar door. En dan vinden ze het gek dat hun kinderen tussen 17.00 uur en 19.00 uur druk zijn. Kijk eens naar jezelf, zou ik zeggen.”

Piet: “Dat zie ik ook aan mijn kinderen. Als wij als opa en oma niet bijspringen, dan weet ik niet hoe ze het moeten bolwerken. Hoe doe jij dat?”

Judith: “Wij werkten tot voor kort allebei vier, vijf dagen per week. Ik was weinig thuis, hun vader ook niet. We hebben echter wel drie kinderen. Je moet keuzes maken. We hadden vijf dagen per week een nanny. Dat was onze manier om de ballen in de lucht te houden. Of je daar gelukkiger van wordt? Nee. Ik werd ziek. Dat was voor mij het teken: dit ga ik zo niet meer doen. Ik heb mijn praktijk in het ziekenhuis overgedragen.”

Piet: “Dus nu heb je zeeën van tijd?”

Judith: “Wat dacht jij nou? Ik ben een medisch centrum uit de grond aan het stampen.”

Gebke: “En wat ga jij anders doen dan andere ziekenhuizen?”

Judith: “Het medisch centrum Kinderbuik&co is niet iets wat ik zelf bedacht heb. Het is iets waar kinderen om vragen. Ik werk al jaren zo. Met veel succes. Zo ben ik, naar aanleiding van wat de kinderen mij vertelden, gestopt om ze op te nemen in het ziekenhuis. Bijna alles gebeurt nu poliklinisch. Kinderen worden namelijk niet beter door in een ziekenhuis te slapen. Dat is al een verschil. Verder is er de totaalaanpak. Vanwege mijn specialisme als maag-, darm- en leverarts ben ik een eindstation. Ouders zijn al tig keer bij de huis- en kinderarts geweest voor ze na gemiddeld vier jaar bij mij terechtkomen. Ik werk veel met chronisch zieke kinderen, die al heel wat onderzoeken achter de rug hebben en niet zitten te wachten op meer potjes met pillen of nog een darmonderzoek. Dus als het niet echt moet, doe ik dat niet. Ik probeer de puzzelstukjes samen te brengen en de focus te verleggen naar wat kan en mogelijk is, ondanks lichamelijke beperkingen. Al die tijd is alle aandacht uitgegaan naar de ziekte en dat ene zieke kind. Andere broertjes en zusjes kwamen op een zoveelste plek, het gewone leven werd gehinderd. Ziekte is vaak een gevecht tegen de werkelijkheid. Zeker als er geen lichamelijk aantoonbare oorzaak te vinden is, wat regelmatig het geval is. Maar als je het omdraait en vraagt: wat heb je nodig? Dan zeggen kinderen dat ze naar school willen of lekker spelen. Nou, daar kunnen we wat aan doen! Met yogaoefeningen kun je de ademhaling verbeteren en andere energieën aanboeren. Voeding is daarnaast een van de beste medicijnen die er bestaat, daar is nog enorm

gezond eten. Jij en ik hebben makkelijk praten, Piet. Realiseer je je dat wel? Ik ken genoeg gezinnen waar het voedingspatroon bestaat uit witbrood, Wicky-limonade en Hema-worst. Biologisch, vegetarisch is echt een brug te ver. Het is al winst als deze mensen bruine boterhammen met kaas eten. Maar Piet vertel eens, waarom is voeding nog geen verplichte kost voor artsen in opleiding?"

Piet "Mindfulness is bij de Radboud Universiteit opgenomen als vast onderdeel van de artsenstudie. Dat is een stap vooruit. Ik denk ook dat we steeds meer toegaan naar een nieuwe gezondheidszorg. Onlangs nog werd er een congres Tijd voor Ziel in de Zorg gehouden. Tien jaar geleden ondenkbaar. Sinds de dood van actrice Sylvia Millecam in 2003 (ze weigerde reguliere behandeling voor haar borstkanker en vertrouwde volledig op alternatieve zorg, red.) en de veroordeling van haar artsen, is alles wat maar iets met alternatief te maken heeft omstreken. Nederland is altijd een vrijplaats voor vrijdenkers geweest, maar sinds Millecams dood regeerde angst."

"Ik heb weleens een patiënt met kanker gehad die zich weigerde te laten opereren. Eerst moesten de sterren goed staan, daarna wilde ze met Tibetaanse kruiden haar afweersysteem versterken. Daar heb ik compassie voor. Maar op een gegeven ogenblik werd het te gevaarlijk om niet opereren. Ik ben en blijf een regulier arts, die moet werken binnen de grenzen van het systeem. Aangezien ze nog steeds niet geopereerd wilde worden, heb ik de behandeling moeten beëindigen. Wel kwam ze elk jaar nog even onaangekondigd langs op de polikliniek. Dan liep ze voorbij en stak haar tong uit om te laten zien dat ze nog leefde. We hadden ondanks alles een goede verstandhouding. Als arts ben je niet alleen verantwoordelijk. Mensen dragen zelf ook hun eigen verantwoordelijkheid."

Judith: "Zo is het. Niemand anders kan dat doen." ➤

'Stil zijn heeft me een enorme kracht gegeven'

KINDERARTS JUDITH DECKERS



'Ziek zijn is vaak een gevecht tegen de werkelijkheid'

KINDERARTS JUDITH DECKERS

Judith: "Het maakt niet uit wat je mankeert. Ook als je een ontstoken teennagel of kiespijn hebt, helpt compassie."

Piet: "Dat is zo. Ik heb eens een Turkse jongen geopereerd vanwege een gebroken onderbeen. Hij werkte hier, maar sprak geen woord Nederlands. Hij kon twee, drie maanden niet aan de slag. Dat was voor hem een ramp. Ik heb die jongen geopperd: waarom volg je in die tijd geen Nederlandse les? Zo kun je verlies omzetten in winst. Dat heeft hij gedaan. Door mee te denken met je patiënten kun je een verschil maken in een mensenleven. Dat is de taak die elke arts, of misschien zelfs elk mens, zou moeten hebben: dat je het verschil wilt maken in een mensenleven." 🗣️

Piet: "Nou, dat vind ik wel erg bout."

Judith: "Als mens ben je mederegisseur van je eigen gezondheid. Dat is essentieel. Niet de omstandigheden bepalen hoe je je voelt, wel je reactie op de omstandigheden en hoe je omgaat met wat er is. Ik heb een meisje in behandeling gehad met een slechte prognose. Toen ze binnenkwam, lag ze driekwart van het jaar in het ziekenhuis. Ze werd platgespoten en van behandeling naar behandeling gesleurd. Toen ik haar leerde kennen, ben ik eerst naast haar gaan zitten en vroeg: wat wil je zelf? Wat heb je nodig? Rondom haar hebben we een zorgteam geformeerd. Dit meisje gaat nu weer naar school, doet vier en vijf gymnasium in een jaar en wil kinderrechtster worden. Ze zit zo in haar kracht! Dat is dus wat zelfregie kan opleveren."

"Een ziekte is niet alleen een ziekte, het is vooral hoe je ermee omgaat. Dan moet je soms een stap verder gaan als arts. Als ik

alleen maar protocollen volg, ben ik geen dokter. Dan ben ik iemand die een kunstje na-aapt."

Piet: "Ik hoor steeds vaker dat dokters ongelukkig worden, omdat ze in hun eigen vak geen kant meer op kunnen. Vanwege protocollen, het ziekenhuissysteem en tijdgebrek waardoor artsen niet kunnen doen wat ze willen doen. Dat is niet goed, ook niet voor de patiënt."

Gebke: "U pleit voor de gelukkige dokter als medicijn?"

Piet: "Geluk is een groot woord. Nee, dat is het niet. Maar je moet als arts wel lekker in je vel zitten wil je kunnen invoelen wat er bij een patiënt allemaal speelt. Zelfs als iemand niet meer beter kan worden, kan die zich wel beter voelen als je reageert vanuit compassie."



Meer lezen

Verdrongen gevoel, een chirurg over geneeskunde en geneeskunst, Piet Leguit, € 17,50



Kinderbuik, Judith M. Deckers-Kocken, € 24,99

Bestellen gezondnu.nl/shop