

# AAN DE BETERENDE HAND

## *Minder burn-out onder huisartsen*

Huisartsen knappen minder vaak af op hun werk en het ziekteverzuim daalt. Vooral de huisartsenpost heeft het werk prettiger gemaakt. Nieuwe ziekmakende spanningsbronnen liggen echter op de loer.

ROBERT CROMMENTUYN

Vorige week maakte marktlieder Movir bekend dat de arbeidsongeschiktheidspremies voor huisartsen fors omlaag gaan. Daarmee breekt definitief een trend die in de jaren negentig van de vorige eeuw inzette. Toen nam het aantal opgebrachte huisartsen welhaast epidemische vormen aan. Tussen 1996 en 1999 steeg bij Movir-verzekerden het aandeel psychische klachten en burn-out als oorzaak van uitval van 20 tot 24 procent. Het aandeel van de huisartsen binnen alle ziekmeldingen van langer dan één jaar steeg van 35 procent in 1998 tot bijna 45 procent in 2001. De arbeidsongeschiktheidspremies stegen navenant.

Nu Movir de arbeidsongeschiktheidspremies met enkele tientallen procenten verlaagt, rijst het vermoeden dat de gezondheidstoestand van de huisartsen aanmerkelijk is verbeterd. De inko-

lagen. Interpolis beweert zelfs niet over trendgegevens te beschikken. Al brengt ook deze firma zijn 'scherpe tarieven' in verband met een succesvol preventie- en reïntegratiebeleid.

### EPIDEMIE

Aan de universiteit van Maastricht kan huisarts en onderzoeker Yvonne Winants meer helderheid verschaffen. Haar onderzoeksgroep doet sinds 2002 onderzoek naar burn-out onder huisartsen. 'Het betreft een longitudinaal onderzoek onder 350 huisartsen met meetpunten in 2002, 2004 en 2006. Om vooruit te lopen op de toekomst en trends beter te beschrijven is de helft van de populatie vrouw. In werkelijkheid is ongeveer een kwart van de praktiserende huisartsen vrouw. Voor alle andere factoren is het wel een aselechte steekproef.'

Voor het vaststellen van een klinische burn-out gebruiken de Maastrichtse onderzoekers de internationaal meest gebruikte definitie. Die bestaat uit drie

desondanks problematisch te noemen. In 2004 lijkt de situatie duidelijk verbeterd.' De cijfers van Winants spreken boekdelen. In 2002 was de diagnose 'burn-out' van toepassing op 19,4 procent van haar onderzoekspopulatie: op 21 procent van de mannen en op 17,5 procent van de vrouwen. In 2004 voldeed nog maar 11 procent van de mannen en 5,9 procent van de vrouwen aan de criteria en was het gemiddelde burn-outcijfer 8,6 procent.

Volgens Winants vormen subjectieve werkkenmerken zoals mentale belasting en gebrek aan waardering bij de mannen de belangrijkste risicofactor voor het ontstaan van een burn-out. De verklaring voor de daling zoekt haar onderzoeksgroep daarom vooral in een afname van de mentale werklast. 'Wij denken dat de invoering van de huisartsenpost en de inzet van meer ondersteunend personeel heeft geleid tot betere werkomstandigheden. Over die huisartsenposten is jarenlang gepraat en ineens waren ze er. Dat was echt een revolutie.'

Er is volgens de Maastrichtse onderzoekers hooguit een indirect verband te leggen tussen de huisartsenposten en burn-out. De betere en collectieve organisatie van de diensten zal via de route van afgenomen werklast en toegenomen sociale steun van invloed zijn op de gezondheid van huisartsen. Axa verdisconteert dit mechanisme overigens. Bij deze verzekeraar krijgen huisartsen die niet in een dienstenstructuur werken een premietoeslag van 25 procent.

### STOER

Het onderzoeksterrein van Winants is 'genderstudies in de geneeskunde'. Haar onderzoeksgroep besteedt daarom veel aandacht aan de interpretatie van man-vrouwverschillen en aan rolpatronen. Het burn-outonderzoek kent in

## *'Huisartsenposten waren echt een revolutie'*

mensverzekeraar wil daar zelf niet al te veel over zeggen. 'Wij constateren dat ons preventie- en reïntegratiebeleid succesvol is en dat de schadelast afneemt', aldus een woordvoerder. Ook de concurrenten van Movir zijn uiterst terughoudend bij het verstrekken van precieze - en dus concurrentiegevoelige - informatie over de gezondheidsontwikkelingen van hun cliënten. AXA laat weten dat zijn preventieve aanpak van arbeidsongeschiktheid eveneens vruchten afwerpt, maar de verzekeraar ziet nog geen reden 'de structureel lage premies' verder te ver-

elementen: de mate van emotionele uitputting, van cynisme en van zelfervaren incompetentie. Inmiddels zijn er twee meetpunten gepasseerd en is duidelijk dat burn-out onder huisartsen minder vaak voorkomt. Winants: 'De burn-outepidemie piekte zo rond het laatste decennium van de vorige eeuw. Dat was ook de periode dat de arbeidsongeschiktheidsverzekeraars hun premies sterk verhoogden. Onze eerste meting in 2002 ligt eigenlijk ná de piek. In dat jaar was de mate van burn-out onder huisartsen in vergelijking met die in andere beroepsgroepen

---

dat opzicht opvallende uitkomsten. Zo blijkt het zelfvertrouwen van vrouwelijke huisartsen tussen 2002 en 2004 te zijn toegenomen, terwijl dat van mannen is afgenomen. 'Dat zou een gevolg van een demografische verschuiving kunnen zijn. Het huisartsenvak verandert van een mannenberoep in een sekseneutraal beroep. Vrouwelijke huisartsen zijn niet meer in de minderheid en dat resulteert in meer zelfvertrouwen. Voor mannen daarentegen leidt de verschuiving tot onzekerheid; ze vinden de toestroom van vrouwen niet leuk, omdat daarmee de status van het vak afneemt.'

De vrouwelijke huisartsen blijken echter al net zulke scheefdenkers te zijn als hun mannelijke tegenhangers. 'Uit het onderzoek blijkt dat de subjectieve psychische gezondheid van huisartsen goed is. Beter zelfs dan die van gewone Nederlanders. Dat gaat zowel op voor mannen als voor vrouwen. Vrouwen doen net zo stoer als mannen. Ik denk dat dat komt door hun socialisatie in de medische rol. In de medische wereld heerst het idee dat dokters geen gewone mensen zijn. Helaas belemmert die zienswijze de vroege waarneming van psychische klachten.'

Volgens Winants en haar collega's moeten de verklaringen voor het afnemend aantal burn-outs niet alleen worden gezocht in werkomstandigheden als de dienstenstructuren. Een andere belangrijke factor is de verhouding tussen werk en privé. Als de thuissituatie in het gedrang komt door het werk, vormt dat een belangrijke risicofactor voor burn-out. Omgekeerd is dat minder het geval. Volgens Winants slagen huisartsen er anno 2004 in het algemeen beter in om een balans tussen werk en privé te bereiken. 'Maar bij jonge mannelijke huisartsen is er sprake van een zorgelijke situatie. In het huidige tijdsgewricht wordt er zowel thuis als op het werk veel van hen verwacht. In professioneel opzicht moeten ze maximaal presteren, maar thuis moeten ze ook de luier verschonen. Vrouwen hebben daar minder moeite mee, omdat ze gemiddeld minder uren maken en gewend zijn om op twee sporen te functioneren.'

#### KOFFIEDIK

Volgend jaar vindt de volgende en laatste meting in het burn-outonderzoek plaats. Het is voor Winants nog niet duidelijk of de huidige trend doorzet. 'Er komen meer vrouwen in het vak en

*De afname van het aantal burn-outs komt niet uitsluitend door het werken in dienstenstructuren maar ook door de verhouding tussen werk en privé.*

een hele generatie van oudere huisartsen staat op het punt van afzwaaien. Dat is van invloed. Verder hoor ik wel eens dat jonge dokters zo zakelijk zijn en minder bereid zijn om dag en nacht klaar te staan. Mij lijkt dat niet slecht. Maar hoe het echt uitpakt, weten we nog niet. Evenmin is duidelijk of de huisartsenonrust en stakingsacties van dit jaar van invloed zullen zijn. Dat is nu nog echt koffiedik kijken.'

Wie zijn oor te luisteren legt bij de Carrièremonitor van artsenfederatie KNMG moet evenwel voor het ergste vrezen. Sinds de introductie hebben meer dan 1600 artsen deze internetvragenlijst over werkplezier en -stress ingevuld. Volgens Arno van Rooijen van de KNMG waren de uitkomsten van de Carrièremonitor tot en met vorig jaar in

overeenstemming met de uitkomsten van Winants' onderzoek. 'Van 2002 tot en met 2004 voldeed gemiddeld 11,3 procent van de huisartsen aan de criteria voor de diagnose van een klinische burn-out. In die periode waren de uitkomsten positief. Huisartsen rapporteerden ten opzichte van andere medische beroepsgroepen meer werkplezier, weinig stress en een goede eigen gezondheid.'

De verbetering is in de eerste helft van dit jaar echter rigoureuus omgezet in een verslechtering. Van Rooijen: 'Als de gegevens van 2005 worden meegenomen, is niet 11,3 procent van de huisartsen burn-out, maar 14,1 procent. Dat is een enorme jump, die ongetwijfeld te maken heeft met de onrust en de stakingen van eerder dit jaar. Maar of het beklijft, moet nog blijken.' ■