

Wereldreumadag: werk en reuma

M. Sanders

Op 12 oktober is het weer Wereldreumadag. In de hele wereld wordt op die datum op allerlei manieren aandacht aan reuma besteed. Dit jaar is het centrale thema 'werk en reuma'. Ook het Reumafonds en de Reumapatiëntenbond organiseren activiteiten om dit thema in Nederland breed onder de aandacht te brengen. Zo zal Lodewijk Ridders, algemeen directeur van het Reumafonds, met een slag op de gong de Amsterdamsche beurs openen op Wereldreumadag. 's Middags zal het live Tv-programma 'Tijd voor Max' (17.35-18.25 uur, Nederland 2) helemaal in het teken staan van reuma. Andere activiteiten zijn een grote internationale enquête over reuma en werk.

WERK EN REUMA - FEITEN OP EEN RIJ

- Van de 1,6 miljoen mensen met reuma die onder behandeling of controle van een arts zijn, is tweederde jonger dan 65 jaar en arbeidsproductief. (TNO, 2006)
- 90% van de werknemers is bereid collega's met reuma te ondersteunen. In de praktijk blijkt echter slechts 9% van de werknemers te weten dat hun collega chronisch ziek is. (Onderzoek Reumafonds, 2008)
- Van alle vormen van reuma is reumatoïde artritis (RA) de ziekte met de grootste kans dat werken uiteindelijk niet meer lukt. Vooral in de eerste drie jaar van de ziekte stoppen veel patiënten noodgedwongen met werken. Vijf jaar later werkt 40% niet meer, tien jaar later is 60 tot 70% arbeidsongeschikt. (TNO/Miedema)
- Bijna tweederde van de mannen en de helft van de vrouwen met reumatische klachten heeft een betaalde baan. Van de gehele beroepsbevolking (inclusief werkenden met reuma) werkt 83% van de mannen en 62% van de vrouwen. Door hun reuma verliezen mensen twee tot drie keer vaker dan normaal. (TNO)

INTERNATIONAAL ONDERZOEK: DOE OOK MEE!

Op de website <http://www.worldarthritisdag.org/survey.php> kunt u meedoen aan een groot internationaal onderzoek naar werk en reuma. Deze online enquête is anoniem en alleen mensen met reumatische aandoeningen, hun werkgevers, artsen of hulpverleners mogen eraan meedoen. Voor betrouwbare statistieken is het van groot belang dat in ieder land genoeg mensen meedoen aan de enquête. De resultaten van het onderzoek zullen op 12 oktober worden bekendgemaakt tijdens Wereldreumadag.

- Re-integratie lukt niet altijd: een derde van de werknemers wordt na twee ziektejaren ontslagen. (Stichting van de Arbeid)
- Van degenen die deels arbeidsongeschikt zijn, wil 57% een betaalde baan, en 40% zegt meer uren te willen werken. Een op de vijf van de volledig arbeidsongeschikten wil ook graag werken. (SCP en RWI)
- De maatschappelijke kosten (productieverlies door ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid) bedragen volgens de human capital methode 11 miljard euro. (TNO, 2006)

REUMATOLOGEN KUNNEN MEER

DOEN MET WERK

Dr. Dirkjan van Schaardenburg, reumatoloog Jan van Breemen Instituut en Umic
"De Britse hoogleraar Robert Moots riep in dit tijdschrift [1] alle reumatologen op om met patiënten veel te praten over werk. Dit thema kan inderdaad ondersneeuwen bij een consult dat vooral moet gaan over medische zaken. Als het werk van de patiënt geen directe gevolgen heeft voor de zorg, raakt het soms op de achtergrond. Weliswaar zijn er ook veel andere hulpverleners die zich bemoeien met de arbeid, maar die moeten dan wel door de reumatoloog worden ingeschakeld. Revalidatieartsen, bedrijfsartsen, ergotherapeuten en psychologen bijvoorbeeld, bekijken soms wat op de werkloer gedaan kan worden voor werknemers met reuma. Bij mijn patiënte Silke van Dijk bijvoorbeeld, heeft spraaktherapie op haar computer een wereld van verschil gemaakt. Silke kan heel goed haar probleem op tafel leggen zonder te eisen over te komen. Niet iedereen is daarin even goed, en niet ieder werk is hetzelfde. Werk was een thema waarover ik het veel had met Silke. Zij is iemand die ook in haar vrije tijd zeer actief is, en die in staat is geweest om goede banen te behouden ondanks haar reuma. Ik vraag graag naar het werk van mijn patiënten omdat ik geïnteresseerd ben in wat zij doen. Ik onthoud mensen niet aan de hand van hun gewichten, maar eerder door hun beroep, hobby of andere bezigheden. Dat is voor mij een soort kapstok. De mate van ontsteking is bij mijn patiënten hoog of laag en daarop reageer ik met medicatie. Als ik alleen maar dat

zou doen, is het onpersoonlijk werk. Als ik meer weet over iemands achtergrond geeft dat meer kleur aan die persoon.

Als een patiënt het me vraagt, geeft ik mijn mening over zijn werksituatie. Als iemand bijvoorbeeld te veel doet vanwege het geld terwijl dit niet echt nodig is, zeg ik: "dit ga je niet volhouden, werk rustiger". Sommigen willen dat niet weten en gaan door met hard werken. Anderen doen weer te weinig. Ik neem niet de beslissing over hoeveel uren iemand mag werken, want dat doen de arboartsen die mij overigens wel vaak om informatie vragen. Onze verpleegkundige geeft ook wel eens informatie aan de werkgever. Soms helpt het als een leidinggevende het eens van een ander hoort.

Ik denk zeker dat reumatologen meer kunnen doen op het vlak van werk. Er is nu nog geen systematisch beleid voor 'de werksituatie' zoals we dat wel hebben voor medicatie en ontstekingen. Er bestaan nog geen systemen waarmee we 'werk' als factor in kaart kunnen brengen en systematisch kunnen aanpakken. Dit kan zeker beter."

DE PATIËNT MOET HET WERK BESPREEKBAAR MAKEN

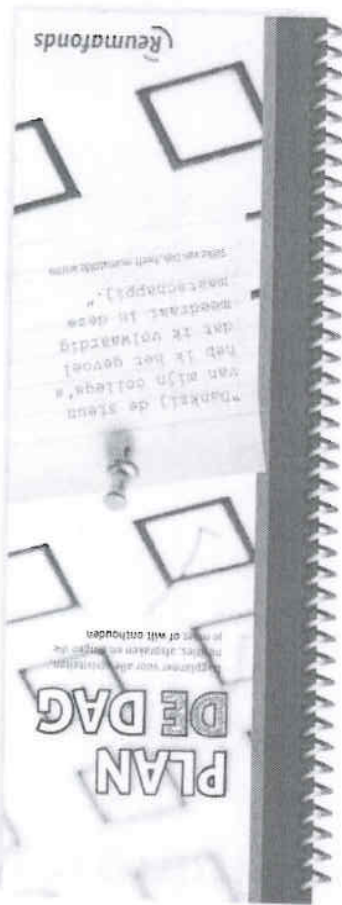
Stijfke van Dijk, zorginhoudelijk adviseur bij een zorgverzekeraar en patiënt van Dirkjan van Schaardenburg

Werk heeft veel invloed op de psyche. Ik vind het heel belangrijk dat ik kan blijven werken, want het geeft me kracht en voldoening. Het helpt niet als je door de reuma in de patiëntrol gaat zitten. Als ik ga denken: "help, ik moet naar mijn werk, ik word vast moe", dan word ik dat ook. Als ik denk: "we gaan ervoor, het wordt wat", dan lukt dat. Als je opgewekt door het leven gaat, dan voelt dat echt anders. Ik denk dat dit een keuze is. Ik heb dan wel reuma, maar de reuma heeft mij niet. Gelukkig kan ik bewust van alles genieten, want als je het geestelijk niet ziet zitten, ben je als reumapatiënt echt ziek en is het nog zwaarder. Soms is het ook wel lastig dat ik zo positief ben, want hierdoor kan mijn omgeving niet goed inschatten wanneer het niet goed gaat. Daarom is het ontzettend belangrijk dat mijn reumatoloog aangeeft dat ik moet oppassen als ik te veel doe. Van Schaardenburg trapt dan op de rem, zegt tegen me: 'wees zuinig op je energie, want velen zijn er jaloers op'. Ik kan soms de juiste verhoudingen niet vinden in mijn enthousiasme. Ik

haal alles uit de kast om Agis te verkopen, en voel pas daarna dat het op is. Van Schaardenburg leert me hoe ik mijn energie beter kan doseren. In de zestien jaar dat ik patiënt ben bij hem, komt dit thema steeds weer terug in onze gesprekken. Ik raad alle reumapatiënten aan om met hun specialist te praten over hun werk, zeker als de werkgever niet goed thuis is in de materie. In zo'n geval kun je de specialist inzetten om je hierbij te helpen. Ik vind dat het mede aan de patiënt is om zijn of haar werksituatie bespreekbaar te maken bij de reumatoloog. Ik kan alles bespreken met dokter Van Schaardenburg. Hij vraagt me altijd hoe het gaat bij mijn werkgever, waarvoor ik al tien jaar werk. Deze zorgverleners heeft heel veel gedaan om ervoor te zorgen dat het beter ging. Bij mijn vorige werkgever was het totaal anders, daar kreeg ik te horen dat ze mijn contract nooit zouden hebben verlengd als ze wisten dat ik reuma had. Ook bij mijn huidige werkgever verzweeg ik in het begin mijn ziekte, tot het niet meer ging. Toen ik het toch vertelde, vroegen ze meteen: wat kunnen we voor je doen? Ik kreeg een bedrijfsarts, bedrijfsfysiotherapeut, zachte stoelruiming, spraaktherapie en een aanpaste auto. Toen dokter Van Schaardenburg dit hoorde, zei hij meteen: 'je hebt echt een goede werkgever, die moet je opgeven voor de Support Award van het Reumafonds'. Toen we die prijs wonnen, was hij ook bij de uitreiking. Dat vond ik heel bijzonder. Deze prijs is echt een mooie manier om aan collega's duidelijk te maken hoe belangrijk het is wat ze voor je doen. Eerst was reuma mijn grootste geheim, maar dankzij mijn reumatoloog draag ik nu de boodschap uit hoe ontzettend belangrijk het voor reumapatiënten is om te werken."

REFERENTIE

1. Hijikema S. Werk aan de winkel. NT Reumatol 2009;21:22.



Figuur 1. 'Plan de Dag', een dagplanner die het Reumafonds uitbrengt op Wereldreumadag 2009. Hierin staan feiten en tips voor iedereen die iets te maken heeft met werk en reuma.