

Huisarts

Patrick Hidalgo

'Samenwerken met het team zorgt voor een diepe voldoening!'

In de rubriek In Beeld wordt iedere editie van HuisartsenService een eerstelijnszorgverlener in de spotlight gezet. Deze keer is dat praktijkhoudend huisarts Patrick Hidalgo van Huisartsenpraktijk Nieuwendam in Zaandam.

Je bent huisarts en praktijkhouder in Zaandam, is dat altijd je plan geweest?

"Ik ben geboren en getogen in Amsterdam. Mijn ouders waren allebei van Surinaamse afkomst, helaas zijn zij beiden overleden. Maar wat zij mij altijd hebben verteld is dat ik als klein jongetje al riep 'later word ik dokter'. Ik heb natuurlijk geen idee of dat zo is, maar ik vind het wel leuk, want het is uiteindelijk wel precies wat op mijn pad is gekomen. Ik heb aan de VU gestudeerd en toen moest ik mijn dienstplicht vervullen. Dat had je toen nog... Tijdens mijn dienstitijd heb ik onder meer een jaar gewerkt in het militair ziekenhuis van Utrecht en daarna twee jaar in het ziekenhuis van Den Helder (wat gelieerd was aan de marine). Veel jongens die in de medische hoek terecht komen dromen ervan om chirurg te worden. Ik ook! Maar ik vond het al snel helemaal niks, dat snijden in lichamen bleek niks voor mij – lacht. In mijn tijd had je nog de Engeland-route, dat heette zo. Dan kon je in Engeland een huisartsopleiding doen. Dat was drie jaar net als in Nederland, maar hier ga je een jaar in een ziekenhuis werken en volg je twee jaar een opleiding bij een huisarts. In Engeland is dat andersom. Omdat ik al twee jaar in de militaire ziekenhuizen had gewerkt, hoefde ik nog maar een jaar de opleiding te volgen. En dat heb



ik dus gedaan! Dat was in 1996 in de omgeving van Bath, een prachtig gebied. Het was een fantastisch avontuur. Engeland is zo anders, ook op het gebied van armoede bijvoorbeeld, het is veel meer klasse-georiënteerd dan hier; er is een veel groter verschil tussen arm en rijk. Dat vond ik wel heftig. Maar ook heel leerzaam. Ik heb er de taal nog beter geleerd, maar ik heb er ook leren golfen!"

En toen je klaar was met de opleiding in Engeland, ben je toen daar gaan werken of ben je teruggegaan naar Nederland?

"Ik ben teruggegaan naar Nederland, maar ik ben eerst een wereldreis gaan maken. Dat stond ook altijd nog op mijn lijstje. Ik heb een half jaar gereisd, wat een heel mooi avontuur was. Toen ik weer terugkwam in Nederland ben

'Ik wil mijn aandacht kunnen richten op de patiënt en goede zorg leveren'

ik eerst een tijdje gaan waarnemen. Overal een beetje snuffelen en kijken... wat vind ik leuk en wat niet. Heel leerzaam ook. Ik heb echt in heel Nederland gewerkt. Letterlijk van Purmerend tot Zeeland, soms een maand, dan weer langer. In 2002 kwam ik in Zaandam terecht bij een praktijk die – omdat er destijds een dokterstekort was – was overgenomen door Achmea. Ik kwam dus in dienst van Achmea, maar in 2006 kreeg ik de gelegenheid om de praktijk over te nemen. Dat was ook echt een wens, een eigen praktijk. Eigen verantwoordelijkheden, eigen patiënten, er ontwikkelt zich een vertrouwensband en dat is iets wat ik mooi vind."

Je runt een kleinschalige praktijk, kun je daar iets over vertellen?

"Ik zeg altijd dat ik niet groter wil groeien. We hebben nu zo'n 2500 patiënten en we hebben heel bewust ook een patiëntenstop ingelast. Ik vind het belangrijk dat we de mensen kennen en zij ons. Ik wil mijn aandacht kunnen



richten op de patiënt en goede zorg leveren. Dat kan ik met dit aantal goed en ik doe dat met een fantastisch team. Samenwerken met het team zorgt voor een diepe voldoening. Regelmatig roepen we 'dat hebben we toch maar mooi geregeld samen!'. Iedereen krijgt ook de ruimte om meer te doen of te groeien. De assistente bijvoorbeeld beantwoordt de telefoon maar heeft ook haar eigen spreekuur. En ik heb een verpleegkundig praktijkondersteuner (PVH) die veel taken van mij overneemt en mij ondersteunt. Dat vind ik ook een geweldige samenwerking. Met het hele team doen we alles echt samen, dat vind ik heel bijzonder. Het geeft me energie. Door de kleinschaligheid zien we ook echt onze patiënten, als iemand belt weten we wie er belt, we kennen ze stuk voor stuk. Ik, maar ook de assistent, de POH et cetera. Ik vind dat heel erg belangrijk."

Jullie leveren ook terminale zorg, kun je daar iets over vertellen?

"De zorg die je in het laatste stadium van iemands leven levert is heel erg speciaal. En heftig ook. Onze praktijkverpleegkundige heeft terminale zorg als specialisme en dat doet ze echt met heel haar hart. Ik vind dat heel mooi om te zien. Ook in de laatste fase is zij rustig in de avonden of weekenden beschikbaar, dat vind ik ook zo bijzonder.

'Vaccineren doe je met en voor elkaar en als zorgverlener moet je daarin het goede voorbeeld geven'

Dan ligt het je heel na aan het hart. Die laatste fase is heel intiem en kwetsbaar. En we doen dit zoveel mogelijk samen. Ook als er bijvoorbeeld euthanasie toegepast moet worden, dan doen we dit samen. Want dat is niet zomaar iets, dat heeft een heftige impact, ook op ons. En het is fijn om daar dan samen over te kunnen praten en het zo te verwerken. Maar ook om deze zorg aan iemand te kunnen leveren, die je soms al heel lang kent..."

Ons onderliggend thema van deze editie is 'virus, diagnostiek en vaccinatie', binnenkort komen de vaccinaties voor de griep maar ook corona weer om de hoek kijken. Hoe gaat dat bij jullie?

"Dit is ook bij ons elk jaar terugkerend. Alleen omdat we een klein gebouw hebben doen we dat elders, met een voor- en achterdeur voor de doorloop. Sinds de

coronapandemie hebben we zelf wel wat dingen veranderd trouwens. Zo hebben we nu bedrijfskleding. Elke dag een andere kleur en dus elke dag schone kleding. De patiënten reageren daar leuk op, ook omdat ik hetzelfde aanheb als de rest van het team! Daarnaast vragen we patiënten die last hebben van luchtwegklachten om een mondneusmasker te dragen. In Azië is dat eigenlijk al zo lang normaal, hier in Nederland heeft dat toch wat voeten in de aarde gehad. Maar ik vind het heel normaal om aan een ander te denken. Het is gewoon netjes tegenover elkaar om een ander niet te willen aansteken, met wat voor virus dan ook. Ook vaccineren doe je met en voor elkaar en ik vind dat je als zorgverlener daarin ook het goede voorbeeld moet geven.”

'Mijn droom is een gezondheidscentrum met meerdere disciplines in één pand'

Jullie hebben een wandelgroep zag ik, hoe is dat zo gekomen?

“Ik heb een oudere praktijkondersteuner van 75 jaar, wij kunnen geen afscheid van elkaar nemen – lacht. En omdat er veel eenzaamheid is heeft hij deze wandelgroep gestart. In eerste instantie voor eenzame ouderen, maar eigenlijk is het voor iedereen die eenzaam is of contact zoekt. Er loopt ook altijd een POH GGZ mee. Het is mooi om te zien dat jong en oud naast elkaar lopen en contact maken. Dat is waar je het voor doet. Eigenlijk is het maatschappelijk werk waar vaak geen geld meer voor is. Nou dan doen we het wel zelf, haha! En zo ontstaat er van alles en dat is mooi om te zien. We doen het pas een paar maanden maar het is nu al geweldig. Ken je The Blue Zones? Dat zijn plekken op de wereld waar mensen heel oud worden. En de gemene deler is vaak – naast gezond eten en leven natuurlijk – het gevoel van ‘ergens bij horen’. Met elkaar, samen. Eenzame mensen verpieteren vaak en komen bij de dokter voor een pijntje maar eigenlijk komen ze voor een babbeltje. Het solidariteitsgevoel is een beetje weg. Wij proberen dat in onze praktijk in ieder geval aan te pakken door onze patiënten te horen, te zien en ze te kennen. Maar bijvoorbeeld ook door de wandelgroep en de terminale zorg die we leveren. Dat geeft voor mij ook een gevoel van betekenis in het leven, dat je iets bijdraagt.”

Hoe zie je de toekomst?

“Mijn droom is een gezondheidscentrum met meerdere disciplines in één pand, om zo de samenwerking naar een

nog hoger plan te tillen en de lijntjes korter te maken. Ik ben daar ook al mee bezig met de gemeente en met gesprekken met diverse partijen en zorgverleners. Het moet een duurzaam pand worden, drie verdiepingen, iets van 400 m2 (het huidige pand is zo'n 100 m2 – red). Er is een groot tekort aan huisartsen en deze mooie werkplek zou dus niet alleen voor mij zijn, maar zou ik ook willen neerzetten voor de toekomst. Ik heb de afgelopen jaren een heel netwerk om me heen verzameld en we zijn allemaal druk. Als we met elkaar in hetzelfde pand zouden zitten zou dat de samenwerking zeer ten goede komen, het maakt het makkelijker en laagdrempeliger. Het lijkt me fantastisch om 'even bij iemand binnen te lopen voor advies' bijvoorbeeld. Of tegen een patiënt te kunnen zeggen 'loop maar even door naar de derde verdieping'. En voor de patiënten is het natuurlijk ook fijn, alles in één pand. Misschien komt er dan ook een 0-praktijk met een extra huisarts. Ik voer daar al wel gesprekken over. We kunnen zo'n praktijk dan helemaal samen vormen en vormgeven, voor nu en de toekomst!”

