

## Denemarken versus Nederland: vertrouwen is het sleutelwoord

Reablement, ofwel een oudere helpen voor zichzelf te zorgen, staat centraal in de Deense ouderenzorg. Het is zelfs bij wet vastgelegd. De methode is minder duur én vergroot het levensgeluk. Hoogleraar ouderengeneeskunde Rudi Westendorp, verbonden aan het LUMC en de universiteit van Kopenhagen, denkt dat Nederland er een voorbeeld aan kan nemen. Op 7 juni deelde hij zijn visie tijdens een netwerkontbijt in Den Haag. 'Medische gezondheid en levensgeluk hebben niets met elkaar van doen.'

### **Rudi Westendorp:**

*'Een 83-jarige man wordt weduwnaar. Wat is de gangbare verwachting? Dat hij binnen een jaar dood is of in een verpleeghuis belandt. Want 83-jarige kersverse weduwnaars kunnen in de regel niet voor zichzelf zorgen. In Denemarken wordt hij opgeroepen voor een cursus van 6 weken. Hij gaat 5 dagen per week naar school en leert voor zichzelf zorgen.'*

## Zwart-wit

Twee jaar woont Rudi Westendorp nu in Denemarken. Als Nederlander in Denemarken viel hem onmiddellijk op hoe anders de Denen naar zorg kijken. 'Het verschil is bijna zwart-wit. Natuurlijk zijn er ook ziekenhuizen en huisartsen in Denemarken, maar de ouderenzorg is echt compleet anders geregeld.' Dat verschil zit vooral in het vertrekpunt, legt hij uit. Kan Nederland er iets van leren? Zeker: 'De Denen hebben een systeem werkend waar Nederland nu alleen van droomt.' Westendorp snijdt 3 thema's aan: de kosten van de zorg, levensgeluk en 'help people to help themselves'.



## Groei door salarisstijging

Dat er meer geld naar de zorg moet is niet verwonderlijk. Westendorp legt uit: 'Het groeipercentage van de gezondheidszorg is 4 tot 5%. Dat is al jaren zo. Die groei is een autonoom proces, er zit een wetmatigheid achter.' Hij verwijst naar het boek *The Cost Disease: Why Computers Get Cheaper and Health Care Doesn't* van econoom en nobelprijswinnaar William Baumol. 'Baumol toont aan dat het grootste deel van die groei door salarisstijging komt. Daarnaast spelen factoren als de babyboom, vergrijzing en innovatie een rol. Als we de gezondheidszorg op hetzelfde niveau willen houden, moet er simpelweg meer geld naartoe.'

## Persoonlijke zorg een exclusief product

'Baumol schrijft dat alles goedkoper wordt door meer efficiëntie', vervolgt Westendorp. 'Behalve de zorg. Een auto kun je steeds efficiënter in elkaar zetten. Maar je kunt een verpleegkundige niet 10 mensen tegelijk laten wassen. Of met 10 mensen tegelijk een waardig persoonlijk contact laten hebben. Alles wordt goedkoper, maar een verpleegkundige wordt dus "duurder". Het is de tijdbom onder de langdurige zorg.' In Denemarken is men zich al bewust van het gevaar. 'De Denen realiseren zich dat persoonlijke zorg een zeer exclusief product is dat je prudent moet inzetten. Ze hanteren het adagium "please help yourself".'

## Gezondheidszorg een pushmarket

Nederland daarentegen kiest voor meer handen aan het bed. 'Dat is óók nodig, maar niet als generiek

## Waardigheid en trots

instrument', zegt Westendorp. En draagt het bij aan het levensgeluk? Westendorp betoogt dat medische gezondheid en levensgeluk niets met elkaar van doen hebben. En dat oud worden niet automatisch aan de kwaliteit van leven knaagt. Hij laat een foto zien van David Bowie, 6 weken voor zijn dood, ernstig ziek. 'Maar ziet hij er ongelukkig uit? Nee! Zijn ziekte belette hem niet om vitaal te zijn. Het wordt tijd dat we onder ogen gaan zien dat zorgprofessionals en de mensen om wie het gaat het over totaal andere dingen hebben. Met als gevolg dat professionals niet vanuit de wensen en behoeften van mensen vertrekken. In Nederland leveren professionals gezondheidsproducten. De gezondheidszorg is een pushmarket.'



## Reablement

En in Denemarken? In Denemarken zetten professionals in op 'reablement' of 'help people to help themselves'. Reablement is een korte en doelgerichte interventie, holistisch van aard, iets extra's naast de gewone zorg. Westendorp illustreert het met een voorbeeld. 'Een 83-jarige man wordt weduwnaar. Wat is de gangbare verwachting? Dat hij binnen een jaar dood is of in een verpleeghuis belandt. Want 83-jarige kersverse weduwnaars kunnen in de regel niet voor zichzelf zorgen. In Denemarken wordt hij opgeroepen voor een cursus van 6 weken. Hij gaat 5 dagen per week naar school en leert voor zichzelf zorgen.'

## Holistisch pakket

In de gemeente Frederica leidde reablement onder 220 thuiszorgklanten tot 27.000 uur minder zorg en begeleiding. Van de 220 mensen konden 103 weer volledig zelfstandig verder, 68 mensen hadden minder



zorg nodig. De officiële definitie van reablement luidt: 'Services for people with poor physical or mental health to help them accommodate their illness by learning or relearning the skills necessary for daily living'. Sinds januari 2015 is reablement opgenomen in de Deense wet. Westendorp: 'Als je bij een zorgloket van de gemeente aanklopt, krijg je een holistisch pakket aangeboden, met als doel dat je weer zelfstandig door het leven kan. Dat begint met "personal goal orientation". En kan vervolgens alle kanten op, van scootertraining tot een verbouwing.'

- Waardigheid en trots

[click to tweet](#) **Hoogleraar Ouderengeneeskunde Rudi Westendorp adviseert: 'Investeer in #vertrouwen, dan kan verandering echt op gang komen'**

## Visie vertaald naar wetgeving

Deense zorgmedewerkers vinden hun werk veel interessanter geworden, aldus Westendorp. 'Ze hebben het gevoel beter aan de behoeften van ouderen tegemoet te kunnen komen, ze hebben meer contact met collega's, de medewerkerstevredenheid is gestegen.' Natuurlijk gaat ook in Denemarken nog niet alles perfect. 'Onderzoeken naar het beste reablement-model, naar verborgen bijeffecten als eenzaamheid en vervroegde ziekenhuisopname, en naar het effect op de informele zorg zijn nog in volle gang. En lang niet alle Deense professionals brengen het luisteren en op je handen zitten even gemakkelijk in praktijk. Toch belette dit de Deense overheid niet om reablement al in de wet vast te leggen. Ze hebben een visie vertaald naar wetgeving. Ze hebben het doel helder geformuleerd.'

## Investeren in vertrouwen

Nederland heeft nog wel een weg te gaan. Westendorp legt uit waarom: 'In Denemarken is een enorme paradigmaverandering geweest. Er heerst basaal vertrouwen. Als je een probleem hebt, wordt je geholpen. De belastingbetaler betaalt daarvoor, mensen zijn blij om belasting te betalen! Er is sprake van een ja-cultuur, de intentie is "ja". Terwijl dat in Nederland "nee" is.' Westendorp illustreert het met een voorbeeld. 'In Nederland is indicatiestelling bedoeld om een barrière op te werpen, vanuit wantrouwen. In Denemarken is het doel van indicatiestelling een (financieel) passend aanbod.' Vertrouwen is het sleutelwoord. Als Nederland inderdaad € 2 miljard extra vrijmaakt voor de zorg, adviseert Westendorp daarin te investeren. 'Dan kan de verandering echt op gang komen.'

### Meer over Rudi Westendorp

Rudi Westendorp is hoogleraar ouderengeneeskunde. Hij studeerde geneeskunde aan de Universiteit Leiden, specialiseerde tot internist, en was vanaf 2000 hoofd van de afdeling ouderengeneeskunde van het LUMC. Hij was oprichter en directeur van de Leyden Academy on Vitality and Ageing. In 2015 verruilde hij zijn hoogleraarschap aan de universiteit Leiden voor de Universiteit van Kopenhagen.

Hij is (co-)auteur van een vijfhonderdtal wetenschappelijke artikelen en een van de meest geciteerde auteurs over veroudering in Europa. Westendorp zetelt als lid van de wetenschappelijke adviesraad van het Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut en het Center for Healthy Ageing in Kopenhagen beiden sinds 2009, en van het Max Planck Institute for Demographic Research in Rostock sinds 2010. Westendorp is ook auteur van de populair-wetenschappelijke werken *Oud worden zonder het te zijn* (2014) en *Oud worden in de praktijk* (2015).

*Door: Ingrid Brons*

## Meer weten

- Bekijk de [presentatie van Rudi Westendorp](#)
- Lees ook [Rudi Westendorp: 'Eigen waarden en doelen nastreven'](#)