

Tekst Simone Bosters (DOQ.nl)

VERSLAVING ONDER ZORG- VERLENERS: ANONIEME HULP IS VOORHANDEN

Problematisch middelengebruik en verslaving onder zorgverleners is een reëel probleem, met één op de zes zorgverleners die hiermee te maken krijgt. En hoewel deze cijfers niet ver uit de pas lopen met de algemene Nederlandse bevolking, zijn het toch schrikbarende aantallen. Artsen en andere zorgverleners hebben tenslotte een verantwoordelijke baan. Er zijn mensenlevens in het spel. We spraken Marlies de Rond, beleidsadviseur bij de KNMG, over wat voor hulp zij bieden en waarom dit onderwerp uit de taboesfeer zou moeten.

Marlies de Rond, gezondheidswetenschapper en oud-verpleegkundige, werkt al jaren voor de KNMG. Ze zet zich met het programma ABS-zorgprofessionals in, om het taboe rond problematisch middelengebruik en verslaving te verminderen en zorgverleners op een laagdrempelige manier hulp te bieden. "Een stoornis in middelengebruik of een gedragsverslaving is een ziekte die iedereen kan overkomen, ook zorgverleners. Het is belangrijk om je ervan bewust te zijn dat het goed behandelbaar is. Hulp zoeken heeft zin."

RISICOFACTOREN

De aard van het werk maakt een zorgverlener extra kwetsbaar voor problematisch middelengebruik en verslaving. "Verstoorde dag- en nachtritmes als gevolg van wisselende diensten, maar ook verantwoordelijke banen met een hoge werkdruk en hoge verwachtingen

van patiënten spelen hierbij een rol", legt De Rond uit. "Daarnaast hebben zorgverleners eenvoudig toegang tot medicijnen, wat een extra risicofactor vormt. In de meeste gevallen is er sprake van alcoholgebruik, net als onder de rest van de Nederlanders met een verslaving. Maar zorgverleners gebruiken soms ook verslavende medicijnen, omdat ze die van het werk mee naar huis kunnen nemen, of aan zichzelf voorschrijven."

ABS-ZORGPROFESSIONALS

"Hulp zoeken kan anoniem bij het steunpunt van ABS-zorgprofessionals", vertelt De Rond. "Dat is belangrijk aangezien veel zorgverleners vrezen dat hun loopbaan in gevaar komt wanneer hun diagnose bekend wordt bij de collega's, werkgever en/of zorgverzekeraar. Verschillende beroepsverenigingen bieden gezamenlijk het programma ABS-zorgprofessionals aan hun achterban aan. ►

Dit programma bestaat uit drie belangrijke pijlers:

- Steun en advies;
- Begeleiding naar en tijdens behandeling;
- En monitoring bij terugkeer naar werk.

SIGNALERING DOOR COLLEGA'S VAN GROOT BELANG

“Het taboe rondom problematisch middelengebruik en verslaving vormt een grote hinderenis voor zorgverleners om hulp te zoeken. Vaak proberen ze hun ziekte te verbergen of ontkennen. Het is daarom cruciaal dat collega's en andere naasten signalen van problematisch middelengebruik en verslaving herkennen en het gesprek durven aangaan”, zegt De Rond.

“Vroege signalen kunnen zijn: een onverzorgd uiterlijk, veel praten over alcohol en onopvallend bijschenken”, zegt De Rond. “In een later stadium tonen mensen desinteresse in hun werk, komen ze afspraken niet na en melden ze zich regelmatig ziek. Op een gegeven moment kan niemand meer om de ziekte heen en is het duidelijk zichtbaar, maar liever trek je natuurlijk eerder aan de bel.”

VOER HET GESPREK

“Om iedereen in de zorg bewust te maken van problematisch middelengebruik en om mensen te stimuleren het gesprek aan te gaan met elkaar, hebben we kaarten ontwikkeld met daarop vragen die je aanzetten tot nadenken: ‘Zou jij ‘beterschap’ appen naar iemand die een verslaving heeft?’ of ‘Wat heb jij nodig om het vol te houden?’.”

“We willen de drempel verlagen om dit belangrijke gesprek met elkaar aan te gaan. Want iedereen met vermoedens heeft het er uiteindelijk wel over met collega's onderling, tijdens de pauzes of bij de koffieautomaat. ►

**‘OP EEN GEGEVEN
MOMENT KAN
NIEMAND MEER
OM DE ZIEKTE
HEEN EN IS
HET DUIDELIJK
ZICHTBAAR’**

Maar heb je het er weleens over met die bewuste collega zelf? Heb je deze persoon weleens gevraagd of het goed met hem of haar gaat?”

HOE WERKT HET STEUNPUNT VAN ABS-ZORGPROFESSIONALS?

Als je eenmaal hulp zoekt, kun je zonder je naam of telefoonnummer te delen een adviesgesprek krijgen met een expert, die naar je luistert zonder oordeel en adviseert over mogelijke vervolgstappen. ABS-zorgverleners verwijst je naar een geschikte behandeling in jouw omgeving. Je krijgt naast een advies, ook begeleiding naar en tijdens een behandeling. Het steunpunt van ABS-zorgverleners is ondergebracht bij Ready for Change in Rotterdam.

TERUGVALPREVENTIE

Een belangrijk onderdeel van het hulpaanbod is het terugvalpreventieprogramma. Dit monitoringprogramma duurt vijf jaar en biedt begeleiding bij de terugkeer naar het werk. Ook dit deel van de behandeling kan nog steeds anoniem en dus onbekend blijven bij je collega's en/of werkgever, al moet je dan wel een 'buddy' hebben die je 'in de gaten kan houden' op het moment dat je weer aan de slag gaat op de werkvloer. Eén collega weet er dus van. Behalve de buddy is ook een naaste, de huisarts en een contactpersoon van ABS-zorgprofessionals hierbij betrokken.

BETER DAN VORHEEN?

“Je start met het monitoringprogramma als je de behandeling hebt afgerond en abtinent bent. Dit deel van het programma biedt je begeleiding en motivering om abtinent te blijven en om aan jezelf te blijven werken. Tijdens dit programma word je 24 keer per jaar getest. Die hoeveelheid testen wordt in de loop van de tijd afgebouwd. Deelname aan het programma is vrijwillig, maar je sluit van tevoren wel een overeenkomst. Het programma stopzetten voordat het helemaal doorlopen is, betekent ook het einde van de begeleiding.”

“We weten uit Amerikaans onderzoek dat 79% van de mensen het programma succesvol afrondt. Na de behandeling kun je in de meeste gevallen daarom weer prima functioneren. Soms word je zelfs beter in je werk dan voorheen, omdat je nu weet hoe het is om patiënt te zijn”, zo besluit De Rond. ■

**'79% VAN DE
MENSEN ROND
HET PROGRAMMA
SUCCESVOL AF'**

**HEB JE VRAGEN?
BEL OF E-MAIL ONS GERUST!**

Steunpunt: 0900-0168
Overige vragen:
info@abs-zorgprofessionals.nl