# Estafette...Martin Kooij

## Inhoudsopgave

**Estafette...Martin Kooij** . . . . . 2

# Estafette ... Martin Kooij

Nienke Fleuren

**In de Estafette interviewen we enthousiaste specialisten ouderengeneeskunde en aios. Dit is de achtste editie, dit keer met Martin Kooij. Hij kreeg het estafettestokje overgedragen van Margo Wielinga.**

**Martin Kooij is specialist ouderengeneeskunde sinds 1999 en werkt als beleidsarts bij Geriant in Noord-Holland, waar de ambulante begeleiding en behandeling van mensen met dementie en hun systeem centraal staan.**

## 1. Hoe kwam je voor het eerst in aanraking met de ouderengeneeskunde?

Het zaadje is geplant door mijn moeder. Zij was verpleegkundige in een verzorgingshuis. Ik kwam er bij gelegenheden weleens om muziek te maken. Dan zag ik dat zorgen ontzettend leuk is en dat het ook gezellig kan zijn. Toen ik aan het einde van mijn geneeskundestudie een keuzecoschap moest kiezen, kwam verpleeghuisgeneeskunde qua timing toevallig het handigste uit. Ik kwam terecht in het Dr. Sarphatihuis in Amsterdam bij René Verfaille. Dat is zo'n begeesterde man! Het was een betekenisvolle ervaring en voelde als thuiskomen. Later heb ik nog een paar jaar in het ziekenhuis gewerkt om mezelf bloot te stellen aan die harde wereld. Ik ben er volwassen geworden, maar ik zag er buitengewoon weinig gelukkige mensen. Ik keerde terug naar het verpleeghuis en was in mijn element. Toen ben ik de opleiding gaan

doen.

## 2. Wat vind je zo mooi aan ons vak?

Je mens-zijn wordt aan alle kanten beproefd. Soms waan ik me een manager in machteloosheid en twijfel ik aan mijn toegevoegde waarde. Maar met aandacht, kennis en ervaring present zijn bij het tasten in het duister is van grote waarde. Het brengt bewustzijn van de onderlinge afhankelijkheid, mensen zijn contextuele wezens. De specialist ouderengeneeskunde doorgrondt systemen en acteert waar dat betekenis heeft. We bemoeien ons met de bloemetjes op tafel tot aan het firstpasseffect in de lever. Het is een breed speelveld, maar uiteindelijk gaat het erom dat je de ander echt ziet. Je beseft: er hoeft maar dit te gebeuren en ik zit in zo'n situatie. Je leert je te verplaatsen in de ander in een wederkerige relatie. In deze verbinding zijn we de beste versie van onszelf. Dat kun je leren in de ouderengeneeskunde.

## 3. Hoe zie je de toekomst van de ouderengeneeskunde?

Daar past enige relativering. Concepten zoals toekomst en verleden zijn producten van het denken. Soms nuttig, soms om van te genieten, maar vaak ook leidend tot een vorm van escapisme. Een excuus om niet nu te doen wat nodig is, terwijl de toekomst niet anders is dan een opeenstapeling van het nu. Talloze oude mensen leven zonder toekomst. Troostrijk is dat ze vaak niet ongelukkig zijn en ook niet treuren als ze de komende nacht niet meer wakker zouden worden. Dat haalt de vaart er een beetje uit. Al dat geren en gevlieg is toch een deerniswekkende sprint naar de dood. We gaan dood zoals we nu zijn. Als we nu goed voor elkaar zorgen, is dat de beste garantie voor goede zorg in de toekomst.

## 4. Welk advies zou je jongere collega's willen meegeven?

Leer vooral te luisteren, te zien en te voelen. Neem de tijd voor rust en reflectie. De hectiek is er vaak wel, maar die hoeft er niet altijd te zijn. Je bepaalt je eigen agenda en kiest zelf waar je dieper op ingaat. Hierdoor kun je echt verbinding maken met mensen. Je merkt dat communicatie veel meer is dan een gesprek op het cognitieve of zakelijke niveau. Je ziet mensen zonder deze ruis en komt dichterbij de kern. Je kunt een goede verbinding met ze maken. Dat is het grootste cadeau dat je kunt krijgen: een mooie verbinding met de ander en met jezelf.

## 5. Hoe kijk je zelf aan tegen het ouder worden?

Tot nu toe vind ik het wel leuk, maar er zijn natuurlijk geen garanties voor de toekomst. Als kind huil je jezelf in slaap bij de gedachte dat je ouders er ooit niet meer zullen zijn. Maar als het dan gebeurt, bij mij gelukkig wel op een leeftijd dat ik ermee om kon gaan, dan is dat te overwinnen. Als je iets verliest, dan komt er ook weer iets voor in de plaats. Ik ben niet bang voor de dood. Als je de dood incorporeert in je leven, krijgt het leven meer diepte en inhoud. Mijn grootste ambitie is een beetje knap te dementeren. Maar misschien komt het bange en verlegen jongetje in mij wel weer terug. Als dat gebeurt hoop ik dat de context goed is, anders krijg ik het zwaar. Het is wel spannend, want er zijn alleen schijnzekerheden. Dat is misschien deprimerend, maar dit besef maakt ook dat ik overal van kan genieten. Of het nu het lopen zelf is, de bloemetjes om me heen of de vriendelijke glimlach en een knik van een onbekende, omdat je elkaar even gezien hebt.

## Ik geef het stokje door aan...

Mijn oud-collega Nettie Lensink, omdat ik in haar een onafhankelijk denker zie met een sterk moreel kompas, die de innovatie niet uit de weg gaat.