

# Jonge artsen Máxima MC: de werkdruk moet omlaag

Jonge dokters die mentaal fit zijn, meer werkplezier en tijd voor de patiënt: dat is het doel van de beweging 'Zin in Zorg'. Meer dan vijfhonderd jonge artsen doen mee om de werkdruk in de ziekenhuizen omlaag te krijgen. Daarvoor moet de cultuur in het ziekenhuis veranderen, ook bij het Máxima MC.

**Simone Vos**  
**Veldhoven**

**S**askia van Run (26), basisarts op de spoedeisende hulp bij het Máxima Medisch Centrum, stelt het helder: „Het veranderen van de werkcultuur is belangrijk. Je kunt pas goed voor een ander zorgen, als je goed voor jezelf zorgt.”

„Daarom heb ik me bij 'Zin in Zorg' aangesloten. Het moet zorgen voor een positieve verandering van de werkcultuur binnen ziekenhuizen. Het is sterker om daar met z'n allen aan te werken. Daarnaast is het zeker ook een landelijk probleem. Niet iedereen durft even makkelijk z'n mond open te doen, dus het is fijn als een aantal mensen naar voren stapt.”

„We willen echt niet zeuren dat we het slecht hebben. Het is een positieve insteek. We maken anderen er bewust van dat ze vaker pauze mogen nemen, als het daar

tijd voor is. Ook hielden we een meetweek waarin artsen hun overuren bijhielden. Zo creëren we bewustzijn”, zegt Van Run. „We laten zien dat het belangrijk is om goed voor jezelf te zorgen. Daar heeft de patiënt ook baat bij; een fittere arts aan zijn bed.”

## **Meer balans**

Ook Van der Velde (28), arts in opleiding tot specialist interne geneeskunde, vindt het belangrijk om de werkdruk aan te kaarten: „De administratieve last is hoog. Eerst denk je: 'Het ligt vast aan



**Een fittere arts aan je bed, daar heeft de patiënt ook meer aan**

– Saskia van Run  
basisarts spoedeisende hulp



▲ Saskia van Run (links) en Marleen van der Velde doen mee aan de 'Zin in Zorg'-actie, waarmee ze aandacht vragen voor de hoge werkdruk voor jonge artsen. FOTO SEM WIJNHOFEN/DCIMEDIA

mij, want ik werk er net'. Maar ik hoor het van veel mensen om me heen. We leggen alles wat we doen gedurende de dag vast om patiënten goed over te dragen en families op de hoogte te stellen. Dat kost tijd en daarvoor zit ik vaak nog tot 19.00 uur te werken.”

„Ik heb het gevoel dat ik op zo'n jonge leeftijd al een grote impact kan hebben”, zegt Van der Velde. „Door mijn bevoegdheid wil ik alles goed overdragen. Anders ga ik niet met een fijn gevoel naar huis. Maar meer tijd en ruimte voor mijn onderzoek en vrije tijd, is ook belangrijk.”

Bij het Máxima MC zijn ze zich bewust van de werkdruk onder de artsen. „In 2019 is er een onder-

zoek geweest onder arts-assistenten om de bevoegdheid en burn-out verschijnselen in kaart te brengen.

Hieruit bleek dat 14 procent burn-outklachten had (landelijke gemiddelde: 18 procent). Naar aanleiding daarvan bieden we onder meer coaching en intervisie en kijken naar de werk-privébalans in jaargesprekken”, aldus Marlijn Migchels. Zij is adviseur bij de Academie, die het opleidingsdeel van het ziekenhuis onder hun hoede heeft.

## **Liever parttime**

Ook bij andere regionale ziekenhuizen is de aandacht voor werkdruk bij artsen zichtbaar. Een

woordvoerder van het Elkerliek in Helmond geeft aan: „We zien de mentale effecten van de hoge werkdruk bij jonge dokters, en breder ook in een groot deel van de andere functies in het ziekenhuis. We ontwikkelden 'Vitaliteit in de nacht' voor artsen, verpleegkundigen en medewerkers die in de avond en nacht werken. Denk hierbij aan een speciale brillen en relaxruimtes.”

Bij het Geldropse Anna Ziekenhuis varieert de werkdruk bij jonge artsen erg: „Wat opvalt is dat steeds meer jonge artsen ervoor kiezen om niet fulltime te werken, maar liever parttime. Zo blijft er meer ruimte over voor onderzoek en/of privé. Ook is persoonlijke ontwikkeling belangrijk.”