



In Maastricht is een onderzoek gestart naar de effectiviteit van een integrale aanpak in de behandeling van mensen die zich recent hebben ziek gemeld met reumatische klachten. Deelnemers aan het onderzoek volgen een intensief programma van vier weken. Het programma bestaat uit zowel medische als niet-medische behandelingen, adviezen en begeleiding van een professioneel behandelteam, waarbij aandacht is voor individuele fysieke klachten, maar ook voor werkplek en thuissituatie. Initiatiefnemer is bedrijfsarts Nico Wolter, zelf Bechterewpatiënt.

foto: Ben Nienhuis, Den Bosch

**Na behandeling
kan het merendeel
van de deelnemers
weer aan het werk**

Reumacentrum, Reïntegratie en Revalidatie

Het nieuwe, experimentele 3R behandelprogramma is specifiek gericht op mensen die zich vanwege hun reumatische klachten ziek moesten melden bij hun werkgever. 3R staat voor Reumacentrum voor Reïntegratie en Revalidatie. Initiatiefnemer Nico Wolter is overtuigd van de winst die deze aanpak zal opleveren: minimaal tachtig procent van de deelnemers zal na het volgen van het 3R behandelprogramma weer duurzaam aan het werk gaan.

Uitval

Als bedrijfsarts maakt Nico Wolter uitval door ziekte van dichtbij mee. Zelf kreeg hij op zijn zeventiende jaar de ziekte van Bechterew, waardoor aan zijn voetbalcarrière bij RODA JC een abrupt einde kwam. Nico Wolter studeerde medicijnen in Maastricht en werkt sinds 1988 als verzekeringsarts. "Tot ik ziek werd, wilde ik topsporter worden. Daarna ben ik, om fit te blijven, gaan kuren in Oostenrijk. In Nederland hebben wij die traditie niet. Ik had er zoveel baat bij, dat ik, om het kuren ook in Nederland vergoed te krijgen, onderzoek heb gedaan naar effecten van kuren bij mensen met reuma. Dat onderzoek heb ik voorgelegd aan prof. dr. Sjef van der Linden, hoofd Reumatologie van het Academisch Ziekenhuis Maastricht. Uit het onderzoek bleek dat mensen die hadden gekuurd in Oostenrijk, veel beter functioneerden. Ze hadden duidelijk minder ziekte-uitval en ze gebruikten minder medicijnen. In Nederland hebben we re-integratiebureaus, maar Oostenrijk heeft revalidatieklinieken en een kuurfaciliteit. Ik dacht: waarom proberen we in Nederland niet zoiets op te zetten: een reumacentrum voor re-integratie en revalidatie. Dat plan heb ik voorgelegd aan prof. van der Linden."

Duurzaam

Zo kreeg het 3R behandelprogramma vorm: deelnemers gaan vier aaneengesloten weken 'kuren' in een centrum waar alles onder één dak is: sauna, thermaalbaden, hotel, behandelkamer, gymzaal. Er zijn voortdurend specialisten aanwezig: de psycholoog, de fysiotherapeut en de ergotherapeut zijn er zes dagen per week, zeven uren per dag. "Deelnemers aan het programma krijgen een intake door een arbeidsdes-

kundige, een arts, een fysiotherapeut en een psycholoog," vertelt Wolter. Het basisprogramma komt van prof. Van der Linden en is elke morgen hetzelfde. "Er wordt begonnen met nordic walking, daarna hydrotherapie in thermaal water, gevolgd door zwemmen en een sauna. Na de lunch is er fysiotherapie, artsconsult, fitness en eventueel een trainingsprogramma als 'De pijn de baas'. De deelnemers volgen de behandeling vier weken lang, zes dagen per week. De werkhypothese is dat tachtig procent na deze behandeling weer duurzaam aan het werk gaat. De arbeidsdeskundige gaat ook naar de werkplek kijken: misschien moeten er aanpassingen komen."

Win-winsituatie

Het concept is uniek in Nederland. "Al deze behandel mogelijkheden zijn er al wel, maar ze worden niet integraal aangeboden, onder één dak, gedurende een aaneengesloten periode." Terwijl in deze opzet volgens Nico Wolter nu juist de meeste winst valt te behalen. "Het doel is om door een intensieve fysieke en mentale training de levenskwaliteit en arbeidsgeschiktheid te herstellen of zelfs op een hoger plan te brengen. Dat kost natuurlijk wel wat, maar mensen met reuma kosten per jaar tien miljard euro aan ziektekosten en arbeidsongeschiktheidsuitkeringen. Er zitten 300.000 mensen met aandoeningen aan het bewegingsapparaat in regelingen als WIA en WAO. We hebben het hier over een maatschappelijk probleem, en daar wil onze stichting 3R wat aan doen. Onze visie is dat wij de algemene kosten van arbeidsongeschiktheid en ziektekosten omlaag kunnen brengen. Niet alleen de overheid en de werkgever profiteren ervan, ook de patiënt doet er zijn voordeel mee door de toegenomen levenskwaliteit." Een klassieke win-winsituatie, dus. Het 3R behandelprogramma moet wel binnen drie maanden na ziekmelding worden gevolgd, omdat onderzoek uitwijst dat men na die kritieke periode moeilijker aan het werk komt."

Opschieten

Is er niet het gevaar van terugval, als men na die vier intensieve behandelweken eenmaal weer in de dagelijkse tredmolen zit? Nico Wolter meent van niet. "Door die intensieve training leer je mensen hoe belangrijk het is om fysiek en mentaal fit te blijven. Dat behoedt voor terugval. Kijk, in Nederland worden miljoenen uitgegeven aan re-integratie, maar niemand

weet of het ook echt werkt. Wij kijken daar nu wel naar. Wij stellen de vraag: kan iemand fysiek en energetisch zijn werk nog aan? Zo niet, dan gaan we daarop trainen. Zijn de problemen meer van psychische aard: dan trainen we daarop. Wij kijken naar al die aspecten. Ik heb die expertise opgebouwd. De meeste bedrijfsartsen laten de behandeling over aan de huisarts, maar die is geen re-integratie-expert. Eigenlijk hebben we op dat terrein ook professionals nodig. Ik pleit daarom voor een nieuw specialisme: dat van arbo-arts. Want nu is dat hele verhaal verknipt: je komt bij de bedrijfsarts, de re-integratiearts, de specialist, maar niemand zet ze bij elkaar."

"We willen een re-integratieproduct neerzetten dat wetenschappelijk onderbouwd is. Dat bestaat niet in Nederland. Je stuurt iemand ergens naartoe omdat je erin gelooft. We kijken naar alle aspecten van iemands leven: het werkgedeelte, het psychische gedeelte, het medische gedeelte en de thuissituatie. Waar er problemen zijn, daar gaan wij helpen. Wij gaan dus ook in gesprek met de werkgever. Wij brengen zowel de faciliteiten als de deskundigen onder één dak. Dan kun je beter opschieten."

Heimwee

Inmiddels heeft het onderzoek 25 deelnemers: "We kunnen nog honderd deelnemers een (in de meeste gevallen) kosteloze behandeling aanbieden. Die moeten dan wel aan de criteria voldoen: men moet lijden aan een reumatische aandoening en een arbeidscontract hebben dat tenminste nog een half jaar loopt bij de werkgever. Anders kunnen we niet controleren of een deelnemer na de behandeling inderdaad duurzaam (langer dan een half jaar) aan het werk kan volgens de voorwaarden van zijn contract." Nico Wolter is overtuigd van de kwaliteit van de nieuwe aanpak. "Deelnemers aan het onderzoek gaan ontzettend vooruit, ze kunnen stoppen met medicijnen. We zijn al gebeld door mensen die heimwee naar de behandeling hebben, maar die zeggen we: kom uit je luie stoel, ga doen wat we je geleerd hebben. We hebben in Nederland een zit- en vergadercultuur, daar moeten we eens vanaf."

Meer informatie en opgave voor deelname aan het onderzoek: www.stichting-rrr.nl
Meer informatie over het onderzoek van Prof. S. van der Linden: www.spa-therapy.info en www.reha-tours.org

Nico Wolter: "Wij brengen zowel de faciliteiten als de deskundigen onder één dak. Dan kun je veel beter opschieten"

Minke Muilwijk