

VEEL ARTSEN WETEN NOG NIET GOED WAAR TE BEGINNEN

Duurzaam dokteren: 'Niet alles hoeft in één keer te veranderen'

In aanloop naar de Dag van de Duurzaamheid, 10 oktober, vertelt een aantal milieubewuste zorgprofessionals over hun 'groene' inspanningen. 'Met elke beslissing, hoe klein dan ook, hebben wij invloed.'

Voor huisarts Françoise Langens uit Amersfoort was duurzaam leven al langer belangrijk. Op haar huis liggen zonnepanelen, het gezin rijdt een elektrische auto en eet grotendeels vegetarisch; ze zijn minder gaan vliegen voor vakanties, scheiden afval, rapen plastic op straat op – enzovoort. 'Dat wil nog niet zeggen dat er geen verbetermogelijkheden zijn', zegt ze. 'In maart ben ik nog voor een nascholing op Curaçao geweest, inmiddels besef ik dat ik door dit soort vliegreizen al mijn initiatieven rondom de duurzaamheid teniet doe. Nascholen kan ook gewoon in Nederland.' 'Duurzaamheid' houdt kortweg in: zuiniger dan wel milieuvriendelijker omgang met energie, water, afval en gevaarlijke stoffen, zoals medicijnresten. Ook in de huisartsenpraktijk zijn veel maatregelen mogelijk, vooral als je zelf bouwt, zo blijkt onder meer uit een rapport van de LHV. 'Maar een groot deel van de huisartsen huurt een pand en kan er niet voor kiezen om grote veranderingen aan te brengen.'

Langens werkt op dit moment als waarnemer en is dus niet praktijkhoudend. 'Ik heb nu minder invloed op deze zaken. Ik werk wel in Nieuwland, waar in 1997 als een van de eerste wijken op grote schaal zonne-energie, met panelen en zonneboilers, geïntroduceerd werd.'

Toch hoeft het niet heel moeilijk te zijn om milieuvriendelijke maatregelen in de praktijk in te voeren: 'Simpele zaken als oplaadbare batterijen, gerecycled papier en afvalscheiding zijn gemakkelijk in te voeren. Recepten gaan digitaal, aanvragen

voor het lab zijn steeds vaker digitaal. We gebruiken eigenlijk steeds minder papier.'

Vliegschaamte

Zelf introduceert Langens op een indirecte manier duurzaamheid in de spreekkamer: 'Ik vind dat we de patiënten te veel benaderen als zorgconsument, we kunnen ze als artsen helpen om geleidelijk te consuminderen.' Voor artsen is het misschien vanzelfsprekend dat ze geen medicijnen in de vuilnisbak gooien of doorspoelen, maar patiënten weten dat niet altijd, valt Langens op. Ze vraagt haar patiënten dan ook of ze een bepaald middel nog gebruiken, en, als dat niet zo is, of ze het willen inleveren bij de apotheek. 'En je kunt daarnaast de medicatie helpen afbouwen die de patiënt niet nodig heeft. Zo heb ik al best veel medicatie kunnen afbouwen door de nieuwe NHG-richtlijn Cardiovasculair risicomangement. Je kunt mensen stimuleren of inspireren om goed voor zichzelf te zorgen, zodat ze mogelijk minder medicatie nodig gaan hebben. Door de patiënten te laten merken dat ze zelf invloed hebben op hun gezondheid, heb ik zelf trouwens meer plezier in mijn werk – en dat vergroot weer mijn eigen duurzame inzetbaarheid.' Langens gelooft in 'kleine stapjes' benadrukt ze. 'Als je duurzaamheid belangrijk vindt, hoef je niet alles in één keer te veranderen. Praten over mogelijkheden is belangrijk. Wij hebben soms gesprekken tijdens de lunch en met andere collega's, dat gaat over de airco wel of niet aanzetten omdat het misschien wel warm gaat worden, afval scheiden, visites op de fiets, vliegschaamte. Zelf heb ik pas een medisch microbioloog gevraagd waarom er een plastic bijvoegsel zit bij de chlamydiatest; ze wist het eigenlijk niet, zo werd het nu eenmaal geproduceerd.'

Broodjes zonder vlees

Al zijn er steeds meer artsen die hun manier van werken verduurzamen, veel artsen weten evenwel nog niet goed waar te beginnen. Dat is een van de redenen waarom het ministerie van VWS vorig jaar Manon van Leeuwen benoemde tot Ambassa-

A woman with dark hair, wearing an orange and white jacket over a black shirt and grey pants, stands with her hands on the handlebars of a bicycle. A black leather bag is attached to the front of the bicycle. The background is a blurred outdoor setting with a wooden deck and some greenery.

huisarts Françoise Langens
'Nascholen
kan ook
gewoon in
Nederland'



ERIK VAN T WOUDE

ambassadeur Green Deal Zorg Manon van Leeuwen

‘De meeste mensen willen weten wat het hun oplevert’

deur Green Deal Zorg voor huisartsen. De directeur van huisartsenorganisatie Huisartsen Eemland werd al wat jaren geleden geraakt door documentaires over klimaatverandering, zoals *Before the Flood* met Leonardo DiCaprio. ‘Eerst was ik daar helemaal niet mee bezig. Maar doordat ik dat zag en las, ben ik anders gaan leven.’

De omslag naar meer duurzaam leven en werken is niet zo ingewikkeld, zegt Van Leeuwen. ‘Het boek *De verborgen impact* van Babette Porcelijn heeft me erg geholpen. Zij zegt: we zijn zelf de consument, de werknemer, de houders van bankrekeningen. Met elke beslissing, hoe klein dan ook, hebben wij invloed.’ Nadat Van Leeuwen radicaal haar privéleven had ‘ontspuld’, besloot niet meer te vliegen, haar BMW3 de deur uit had gedaan en merkte dat vrijwel alles met het ov te bereiken is, ging ze een stap verder. ‘Ik realiseerde me: ik ben bestuurder van een organisatie in de huisartsenzorg; kunnen we die ook niet wat duurzamer maken?’

Uiteenlopende milieuvriendelijke veranderingen zijn doorgevoerd. En zo liggen er nu zonnepanelen op het dak, zijn er steeds meer elektrische auto’s, en hebben de triagisten in het medisch centrum een herbruikbare waterfles gekregen – ‘Er gaat een ongelooflijke hoeveelheid drinkbekertjes en wegwerpflesjes doorheen tijdens een dienst.’ Er wordt nog altijd veel vergaderd, maar de huisartsen uit de regio Eemland die bijeenkomen krijgen broodjes zonder vlees. ‘Het werd bijna een orkwestie’, zegt Van Leeuwen, die veganist is en ‘moestuiniert’ om zoveel mogelijk lokaal te eten. Ze zorgde ervoor dat de T-shirts voor een teamuitje van organisch katoen waren, bedrukt door een ecodrukker. Ze doet het ambassadeurschap tussen de bedrijven door, een betaling staat er niet tegenover. Momenteel is Van

Leeuwen bezig met het ontwikkelen van een onlinetoolkit waarmee zorgverleners stap voor stap duurzame maatregelen kunnen nemen. ‘Mijn doel is om zoveel mogelijk huisartsen te helpen met het maken van hun eigen duurzaamheidsplan.’

Gedrag

De veranderingen die ‘groene ambassadeur’ Van Leeuwen voorstaat, gaan niet zonder slag of stoot. ‘De mentaliteit en het gedrag van mensen, dus ook van huisartsen, veranderen is de grootste uitdaging’, stelt ze – misschien wel groter dan de hygiëne- en veiligheidsaspecten. ‘Ik word in stad en land uitgenodigd om te komen

spreken, de interesse onder zorgverleners is groeiende. Vooral jonge professionals vinden duurzaamheid vanzelfsprekend. Wel willen de meeste mensen weten wat het hun oplevert. Ze vragen zich af: waarom zou ik het doen, ik móét al zoveel. Ze willen graag iets terugzien van hun inspanningen. Tja, dat is natuurlijk moeilijk; je kinderen en je kleinkinderen zullen het misschien merken. Als mensen het mij vragen, dan zeg ik: je wordt er wel gelukkiger van, als je op de fiets je visites rijdt in plaats van met de auto. Zet planten in je wachtkamer; een groene omgeving is prettiger voor jezelf en je patiënten. En het levert je veel op als je beter weet waaróm je iets doet.’

Huisartsenpraktijken zijn betrekkelijk kleine instellingen, bij grote zorginstellingen is grotere impact te bereiken. Maar groot of klein, in het algemeen loopt de zorg nog niet zo hard, constateert Marjan Minnesma, directeur van Urgenda, de organisatie achter de Klimaatzaak tegen de staat. ‘Ziekenhuizen lopen in vergelijking met andere sectoren niet achter, maar zijn ook niet bepaald koplopers. Ziekenhuizen behoren in de stad tot de grote uitstoters en zouden zich wel meer verantwoordelijk moeten voelen.’

Ketelhuis

Een van de Nederlandse ziekenhuizen die duurzaamheid in het beleid hebben opgenomen is het Antoni van Leeuwenhoek. Het is één van de nu bijna tweehonderd zorginstellingen die zich hebben aangesloten bij de Green Deal Zorg (zie *kader*), het initiatief om de zorg duurzamer te maken. ‘Het kan altijd sneller, maar we hebben afgelopen jaar een fikse stap gezet met het terugdringen van onze CO₂-uitstoot’, zegt Annemarie ter Heijne, servicemanager bij het AVL. ‘Naast dat we 100 procent

GREEN DEAL ZORG

De Green Deal Zorg heeft als doel om verduurzaming in de zorg te versnellen. Dit is in 2015 geïnitieerd door het Milieuplatform Zorg en wordt inmiddels gesteund door het ministerie van VWS. Bijna tweehonderd ziekenhuizen, zorginstellingen en andere partijen uit de medische wereld hebben zich aangesloten bij de deal. Ze willen hun CO₂-uitstoot terugdringen, maken afspraken om beter om te gaan met grondstoffen en zeggen toe te zorgen voor schoner water en een gezonde leefomgeving. Op 10 oktober, de Dag van de Duurzaam-

heid, is er een netwerkbijeenkomst in Zwolle, dan sluit opnieuw een groep instellingen zich aan. Tegelijkertijd wordt een nieuw kenniscentrum gelanceerd om de zorg te ondersteunen met de energietransitie. Ook presenteert Milieuplatform Zorg een zogenaamde tool en een handleiding voor instellingen, om de 50 procent CO₂-reductie mogelijk te maken. Inmiddels hebben tweehonderd zorginstellingen een certificaat 'Milieuthermometer zorg' verworven, zo meldt het Milieuplatform Zorgsector, vanwege hun duurzame omgang met energie,

water, afval en gevaarlijke stoffen. De certificaten hebben het niveau brons, zilver en goud. Het bronzen niveau staat voor net iets meer doen dan het voldoen aan de milieuwetgeving, terwijl 'zilveren' organisaties daarbovenop ook duurzaam inkopen. Ziekenhuizen die het gouden niveau van de Milieuthermometer hebben behaald, nemen duurzaam bouwen mee en transparantie in verslaglegging. Deze drie koplopers hebben 'goud' bereikt: het BovenIJ ziekenhuis en het OLVG in Amsterdam en Medisch Centrum Leeuwarden.

groene stroom afnemen, is dankzij het vervangen van een nieuw ketelhuis, ons gasverbruik bijna 50 procent gedaald ten opzichte van 2017.'

De volgende stap op het gebied van energie kan de installatie van zonnepanelen zijn. 'We hebben er net subsidie voor gekregen.' Wanneer die op het dak liggen, weet ze nog niet: 'Eerst moet er besluitvorming komen.' Daarmee stipt ze meteen aan wat de invoering van duurzaamheid kan vertragen. 'We vinden duurzaamheid als organisatie belangrijk, nu moeten we het naar het tweede niveau brengen: in hoeverre zijn we bereid om het door te voeren? Kijk bijvoorbeeld naar iets als medische materialen. We kopen nog niet altijd duurzaam medische producten in, maar duurzaamheid is wel een criterium bij de inkoop. Dat is nieuw.'

Technisch is er al veel mogelijk, op verschillende niveaus, zegt Ter Heijne. Dat gaat over zuiniger gebruik van grondstoffen, minder medicijnresten in het afvalwater, het recyclen van afval, het voorkomen van voedselverspilling. 'De omslag gaat geleidelijk, erkent Ter Heijne: 'We passen het in, zodat het verankerd wordt in ons hele beleid. Anders bestaat het gevaar dat je veel kleine, lokale initiatieven op afdelingen krijgt, die later stranden door gebrek aan mandaat.'

Energiestrijd

De klimaatinspanningen binnen zorginstellingen zijn vaak afhankelijk van de vraag of iemand in huis dat intern oppakt, zegt Minnesma van Urgenda. 'Terwijl het zo makkelijk is om het energieverbruik terug te dringen: isoleer de leidingen, gooi zonnepanelen op het dak, neem een warmtepomp of koop duurzame Nederlandse energie in.'

Maar ook zonder radicale investeringen is het tamelijk simpel om aan energiebesparing te doen in medische centra. 'Dat zien we met onze actie "Energiestrijd", waarin verpleeghuizen in het winterseizoen met elkaar in competitie energie proberen te besparen', geeft Minnesma als voorbeeld. 'Wat er kan worden bespaard, blijkt verrassend veel te zijn. In een ruimte staat de verwarming te blazen op 22 graden. Wat gebeurt er als je deze op 21,5 graden zet. Niks? Mooi, dan blijft ie op 21,5. In een wasruimte staat de vloerverwarming standaard aan, terwijl hij maar één keer per dag wordt gebruikt. Kan dat anders? Als je alles langsgaat, kun je zó 10 tot 20 procent besparen.' Het belangrijkste obstakel is dat de meeste instellingen tot nu toe geen trigger hebben om echt werk te maken van energiebesparing, stelt Minnesma. 'Dat verandert nu pas. Per 1 juli moeten grootverbruikers, waartoe ziekenhuizen zeker behoren, bepaalde energiebesparende maatregelen nemen. Ze moeten een plan hebben om duidelijk te maken hoeveel energie ze nu verbruiken en hoe ze dat gaan terugbrengen. Je ziet dat de koepels dat oppakken, al zou dit vermoedelijk harder gaan wanneer het daadwerkelijk wordt gehandhaafd. Dat is nu nog niet het geval.' ■

web

Meer over dit onderwerp vindt u onder dit artikel op medischcontact.nl.