

In gesprek met Judith M. Deckers-Kocken

Dr. Judith M. Deckers-Kocken is kinderarts MDL en auteur van het boek *Kinderbuik*. Daarnaast is ze oprichter van Kinderbuik&co, het eerste integrale ziekenhuis voor kinderen in Nederland.



Kun je iets vertellen over jezelf en over je professionele pad?

'Op jeugdige leeftijd wist ik al, dat ik kinderarts wilde worden en ik kwam er tijdens mijn studie al gauw achter dat ik met name het maagleverdarmstelsel een interessant onderdeel van ons lichaam vond. Om te begrijpen hoe het lichaam werkt en te onderzoeken of het anders kan, ben ik wetenschappelijk onderzoek gaan doen. Mijn drijfveren: kritisch zijn en blijven naar de manier van werken, en het effect van wat je voor ogen hebt, toetsen aan uitkomsten en hiervan leren. Hierbij kleur ik graag buiten de lijntjes en kijk naar nieuwe manieren vanuit een diep verlangen om te leren.'

Onze toekomst en kinderen zijn mijn grote bron van inspiratie; het is mijn wens om een bijdrage te leveren aan gezondheid en geluk voor kinderen. Door aandacht te geven aan de hele mens en niet alleen aan de ziekte of het fysieke probleem, heb ik geleerd hoe belangrijk een gelijkwaardige en menselijke relatie is, dat veiligheid en vertrouwen de basis zijn in een behandelrelatie, waarbij kind en ouders gezien en gehoord worden.

Helaas zie ik ieder jaar meer mensen met chronische aandoeningen (overgewicht, buikpijn, eetstoornissen, suikerziekte enz.), niet alleen volwassenen, ook kinderen. Het hebben van een chronische aandoening betekent dat de huidige behandeling het probleem niet oplost. Nederland telt 800.000 kinderen met een chronische aandoening, 15% van de kinderen in Nederland heeft ernstig overgewicht en er zijn 8 miljoen mensen (volwassenen en kinderen) (veel) te zwaar. Dit vraagt om een andere manier van kijken naar gezondheid en kwaliteit van leven.

Dit nodigt uit om zelf de regie te nemen. Ouders en kinderen wensen voor zichzelf een rol in het huidige zorgsysteem, alleen is deze nog niet georganiseerd. Ik wil daarbij helpen kinderen zich bewust te laten worden van de levensstijl die het beste bij hen past.'

Wanneer en hoe is Kinderbuik&co tot stand gekomen?

'Als kinderarts MDL was ik vaak eindstation; een patiënt had gedurende 3-5 jaar veel onderzoeken gehad, veel verschillende dokters gezien en vaak voelde hij/zij zich niet gehoord. Er zou een korte lijn moeten zijn met huisarts en directe doorverwijzing, zodat mensen onvoorwaardelijke aandacht krijgen en hun kwetsbaarheid kunnen laten zien om daarna samen te kijken naar wat nodig is. De ervaring heeft me geleerd dat steeds meer kinderen en ouders uit heel Nederland behoefte hebben aan een integrale werkwijze. Daarom heb ik in 2013 mijn baan opgezegd om het eerste integrale ziekenhuis van Nederland op te richten, een ziekenhuis waarin de nadruk ligt op gezondheid door een combinatie van reguliere, verzekerde medische zorg en niet-verzekerde integrale begeleiding. Door er werkelijk te zijn voor een ander mens, door heel de mens te zien kom je bij de oorzaak van de klachten. Een kind kan veel zelf veranderen en wij begeleiden een kind hierbij.'

Hoe gaat dat in de praktijk? Is er genoeg tijd voor zulke behandelingen?

'Ja en nee. Met ingebracht geld heb ik pioniersprojecten, innovatie en wetenschappelijk onderzoek gedaan; gezorgd voor een extra verpleegkundige, yogatherapeut en psycholoog in het multidisciplinaire behandelteam.

Kinderen komen eerst bij de kinderarts om hun klachten door te spreken. Daarna volgt eventueel aanvullend onderzoek om te kijken of de klachten een lichamelijke oorzaak hebben. Er komt hoe dan ook iets uit. Functionele klachten, dus zonder lichamelijke oorzaak, zijn ook klachten die we serieus nemen. Zodra is vastgesteld wat er speelt, wordt er naar een passende behandeling gezocht vanuit verschillende disciplines om weer in evenwicht te komen. Het voorgelegde behandelplan wordt met ouders en kind besproken en samen bepalen zij wat bij hen past en goed voelt.

Kinderen hebben korte behandeltrajecten, komen minder vaak naar het ziekenhuis; we nemen kinderen niet op en behandelen poliklinisch of in dagbehandeling.

“Ik wil helpen kinderen zich bewust te laten worden van de levensstijl die het beste bij hen past.”

Helaas zijn de zorgverzekeraars nog niet zover dat ze een contract willen afsluiten met Kinderbuik&co, terwijl de integrale aanpak effectief is en heel veel kosten bespaart (een besparing van miljoenen euro's). Ouders betalen nu zelf een deel van de niet-verzekerde zorg.'

Mensen hebben steeds vaker en eerder gezondheidsklachten. Hoe komt dit volgens jou?

'De wereld is gericht op de buitenwereld. Technologie is prachtig en hierdoor lijkt het alsof we alles kunnen regelen. We denken dat, als dit of dat is bereikt, als de lichamelijke klachten, de pijn of ziekte weg zijn, we gelukkig kunnen worden. Op deze manier word je niet gelukkig: omstandigheden zullen blijven veranderen en bij een chronische aandoening zijn er langdurige en terugkerende lichamelijke problemen.'

Wat zijn de meest voorkomende klachten in je praktijk?

'We zien kinderen van 0 tot 20 jaar met mogelijke klachten en problemen tussen mond en billen, en klachten die een relatie hebben met de buik zoals moeheid, eten en psychosociale problemen. Regelmatig gestelde diagnoses: coeliakie, chronisch inflammatoir darmlijden, obstipatie, functionele en SOLK-gerelateerde klachten, voedingsproblemen.'

Wat is je ervaring met het voorschrijven en innemen van medicijnen en voedingssupplementen?

'De westerse geneeskunde is zeer waardevol: er kan onderzocht worden hoe dingen ontstaan, hoe een lichaam werkt en hoe je die werking m.b.v. medicatie kan veranderen. Ik zie echter dat een behandeling met medicijnen niet altijd voldoende is, dat kinderen toenemend niet lekker in hun vel zitten. Door een kind en het gezin eromheen uit te nodigen te kijken hoe ze met zichzelf omgaan, hoe ze met anderen omgaan en hoe ze willen dat er met hen wordt omgegaan, wordt duidelijk waarom ze doen wat ze doen. Gezonde voeding, bodymind-technieken zoals meditatie en yoga hebben indrukwekkend positieve resultaten op het ervaren van klachten, op het keuzes maken voor een levensstijl en het hanteren van stress.'

Hoe is je boek tot stand gekomen?

'In *Kinderbuik* beschrijf ik mijn ervaring van de afgelopen 20 jaar. Dit boek is voor iedereen die wil leren hoe je zelf kunt leren om je gezond en gelukkig te voelen. Met praktische oefeningen, tips en recepten kun je zelf aan de slag. Het boek is praktisch: wat gebeurt er in je buik, wat doet voeding met je, wat is



geluk? Met het boek *Kinderbuik* bouw ik een brug tussen de reguliere gezondheidszorg en integrale begeleiding. Ieder mens is zijn kinderbuik: alles wat bij je binnenkomt, wordt verwerkt (of niet) en verteerd. Eten, drinken, gedachten en emoties geven je bijvoorbeeld creativiteit, blijdschap, verdriet, of pijn.'

Wat zou je graag zien voor de toekomst voor jouw centrum en de gezondheidszorg?

Kinderbuik&co is dé plek voor een kind met buikgerelateerde klachten. Wij luisteren naar het kind; elk kind kan leren negatieve ervaringen om te zetten in kracht en ouders leren hoe om te gaan met hun kind. Het is mijn grote wens dat de zorg die Kinderbuik&co aanbiedt, voor 100% normale, verzekerde zorg wordt. Bovendien wens ik dat er in de opleiding voor geneeskunde meer aandacht komt voor de invloed van de binnenwereld: voeding als het beste medicijn, het effect van gedachten op welzijn en de invloed van bodymind-technieken op klachten en kwaliteit van leven. Jullie hulp als ambassadeur is hierbij belangrijk en nodig.

Wat zou je therapeuten nog mee willen geven?

Sta jezelf toe om met jezelf aan de slag te gaan: weet hoe je voor jezelf kunt zorgen, ben vriendelijk naar jezelf, geef toe dat we als mens niet perfect zijn en dat dit geen geheim hoeft te zijn, ben een voorbeeld voor anderen en geniet van wat er is. Dan ben je als zorgverlener in staat om onvoorwaardelijk een ander te ondersteunen in wat er nodig is.

www.kinderbuikenco.nl

Kinderbuik, ISBN 9789020211030