

Drinkyoghurtinterventie



Foto: Margot Scheerder

‘Een ding nog, begin ik. Je moet echt stoppen met die flesjes’

Een gewone dinsdagmiddag. Tussen de Hollandse kaaskoppen zie ik een vrouw van Nigeriaanse afkomst met haar dochttertje van 3. Schattig meisje. Vlechtjes in haar donkere kroeshaar. Lief jurkje, spreekt een paar woordjes Nederlands. Ze speelt bij het tafeltje in de hoek met een houten puzzel, continu sabbelend aan een flesje drinkyoghurt. Aan het einde van het consult, waarin ik de moeder gerust kan stellen over de blaasjes op haar onderarm (mollusca), kan ik mij niet meer inhouden. ‘Een ding nog’ begin ik.

‘Je moet echt stoppen met die flesjes. Ze is er veel te groot voor en het is niet goed voor haar gebit.’ De moeder kijkt me aan. Haar gezicht is een groot vraagteken. Hoe dan? Haar dochter vraagt steeds om die flesjes! Ik geef haar wat tips. Moeder blijft even stil, kijkt me aan, loopt vervolgens met grote passen naar het speeltafeltje, rukt de fles met drinkyoghurt uit de mond van haar dochter en gooit hem met een zwaai in mijn pedaalemmer.

Ze bedankt me en neemt vriendelijk afscheid, mij met open mond achterlatend achter m’n bureau. Wat gebeurt hier nou?

Compliance? Therapietrouw? We weten allemaal, en dat is ook wetenschappelijk onderbouwd, dat patiënten onze adviezen en medicatievoorschriften lang niet altijd horen, onthouden en opvolgen. Aan de andere kant weten we ook dat een simpel maar stevig stoppen-met-rokenadvies van een (huis)arts een onverwacht positief effect kan hebben. Dit geldt ook voor gewichtsverlies en alcoholgebruik.

Recent opende het Center for Interdisciplinary Placebo Studies Leiden haar deuren. Deze week deed ik hun online nascholing ‘Behandeleffecten verbeteren via communicatie’, waarin je leert hoe je door communicatie placebo-effecten kunt optimaliseren en nocebo-effecten minimaliseren. Ik weet niet waarom mijn drinkyoghurtinterventie zo goed werkte. Had dit te maken met de communicatie, de relatie, de toevallige goede timing, of de cultuur? Ik vermoed een combinatie van factoren. Mijn conclusie uit dit voorval: wees niet te bang om je uit te spreken wanneer de gelegenheid zich voordoet. ■

Annet Sollie, huisarts & informaticus