

### 25 JAAR AIOTO-TRAJECT

Sinds 1998 is het mogelijk om de huisartsopleiding te combineren met promotieonderzoek als arts in opleiding tot huisarts en onderzoeker (aioto) bij 1 van de academische instituten. Het traject duurt 6 jaar: 3 jaar voor de huisartsopleiding en 3 jaar voor het promotietraject. De SBOH en ZonMw lanceerden in 2012 een subsidieprogramma om het aioto-traject te financieren.

Deze maand wordt het 25-jarig jubileum gevierd met het symposium '25 jaar AIOTO-traject', georganiseerd door de LOVAH, de afdeling huisartsgeneeskunde van het UMC Groningen en het NHG. In deze reportage leest u van 4 betrokkenen wat hun ervaringen zijn en hoe ze hun opgedane kennis gebruiken.

*Tekst en foto's: Margot Scheerder*

## Kritisch leren kijken

**Hà Ngo is sinds april 2022 bezig met een promotietraject over de implementatie van een online zelfhulpmethode bij chronische duizeligheid. Zij doet dit in Amsterdam, waar ze vanaf september begint met het eerste jaar van de huisartsopleiding.**

'De combinatie van onderzoek doen en in de praktijk werken trekt mij erg aan, omdat ik de resultaten van mijn onderzoek direct kan toepassen. Je ziet meteen of het werkt, leert daarvan en past het toe op je onderzoek. Mijn implementatieonderzoek leent zich daar ook uitstekend voor.

Ik hoop dat dit aioto-traject veel brengt op wetenschappelijk niveau, maar ook op het gebied van de huisartsgeneeskunde; mensen leren kennen en ontdekken of er nog andere vlakken zijn waarop je je kunt ontwikkelen als huisarts. Het aioto-traject heeft me nu al veel gebracht, ook al ben ik net begonnen. Ik heb kritisch leren kijken naar mijn eigen onderzoek en dat van anderen. Ik heb geleerd heel veel geduld te hebben. Onderzoek doen kan traag gaan, het is een langdurig proces. Je ziet niet heel snel resultaat en werkt naar een groter doel toe.

Het is belangrijk dat je je fijn voelt in een onderzoeksgroep. Je moet het onderwerp leuk vinden en een goede communicatie

tussen jou en je onderzoeksgroep, maar ook tussen jou en je opleiders van de huisartsopleiding is essentieel.

Het aioto-traject kan bij de huisartsen en de huisartsopleiding meer onder de aandacht gebracht worden. Een huisarts(opleider) kan dan huidige en toekomstige aiossen motiveren om ook zo'n traject te volgen of onderzoek te doen. Niet iedere opleider weet van het bestaan af.

Of ik na dit traject verder wil in het onderzoek? Dat weet ik nog niet. Er zijn zo veel verschillende manieren waarop je je als huisarts verder kunt ontwikkelen.'



# Snel tot de kern van een probleem komen

**In 2005 begon Bart Knottnerus met onderzoek naar urineweginfecties en een jaar later met de huisartsopleiding in Amsterdam (AMC-UvA). Hij is programmaleider huisartsenzorg bij het Nivel en waarnemend huisarts.**



‘Ik studeerde geneeskunde om dokter te worden, maar wilde daar graag iets bij doen. Om via een aioto-traject als onderzoeker en als huisarts te werken, was een mooie combinatie. Ik verwachtte veel te leren op verschillende gebieden. Ik vond het doktersgedeelte van mensen helpen in de praktijk interessant, maar ook het ‘waarom doen we het eigenlijk zo’. Het aioto-traject was toen nog vrij nieuw.

Het was een geweldige tijd, waarin ik naast het onderzoek ook veel andere leuke dingen heb gedaan. Zo ging ik naar congressen, zat ik in de Werkgroep Europese Samenwerking van de LOVAH en richtte ik samen met een enthousiast clubje aioto’s het aioto-netwerk op en integreerde dat in de Werkgroep Wetenschap van de LOVAH. Ik leerde veel mensen kennen en ontwikkelde vaardigheden die nog steeds van pas komen, zoals vergaderen, plannen, organiseren en prioriteren. Zonder dit traject had ik nooit de baan bij het Nivel gehad die ik nu heb. Ik merk dat ik als huisarts én onderzoeker iets kan toevoegen.

Tijdens mijn aioto-traject werkte ik mee aan een aantal richtlijnen. Doordat je weet hoe een richtlijn tot stand komt

en welke overwegingen er zijn gemaakt, begrijp je richtlijnen beter en is het makkelijker om ervan af te wijken als dat nodig is. Als onderzoeker kom ik snel tot de kern van een probleem en kan ik literatuur beoordelen en wegen, waardoor ik een weloverwogen keuze kan maken. Door mijn wetenschappelijke ervaring vraag ik ook minder snel aanvullend onderzoek aan als dat geen toegevoegde waarde heeft. Ik vraag mij eerst af of het echt is wat de patiënt die tegenover mij zit nodig heeft.

Na mijn opleiding lag de focus op het werk als huisarts en deed ik 1 dag per week onderwijs of onderzoek. Later wilde ik meer onderzoek gaan doen en kreeg ik kinderen. Toen is de focus verlegd. Nu werk ik 4 dagen per week bij het Nivel als leider van het onderzoeksprogramma huisartsenzorg, werk ik af en toe als waarnemer en zorg ik voor mijn jonge kinderen.’

## Vorming tot een vollediger

**De Apeldoornse huisarts Caroline van Wayenburg volgde van 2003 tot 2010 het aioto-traject. Daarin combineerde zij huisartsgeneeskunde met biomedische gezondheidswetenschappen. ‘Ik deed onderzoek naar voeding in de huisartsenpraktijk.’**

‘Omdat ik 3 jaar achter elkaar was uitgeloot voor geneeskunde, ging ik biomedische gezondheidswetenschappen studeren en het aioto-traject doen. Na inloting voor geneeskunde en het doorlopen van een verkort doorstroomprogramma, combineerde ik beide studies.

Het aioto-traject heeft me als huisarts gevormd. Ik denk dat ik kritischer ben dan de gemiddelde huisarts. Dat doe ik onder meer door te praten met anderen over een onderwerp. Het helpt om je conclusie te toetsen en er goed over na te denken wat die conclusie nou eigenlijk betekent. Vervolgens breng je die in de praktijk. In onze praktijk prikken we bijvoorbeeld eerder het HbA1c en grijpen al in als deze iets verhoogd is om mensen te motiveren tot leefstijlverandering. Daar zien we heel mooie preventieve effecten van.

Na mijn promotieonderzoek ben ik niet verder gegaan als onderzoeker. Ik vond dat ik nog te weinig werkervaring als huisarts had om onderzoek goed te kunnen implementeren in de praktijk. Daarnaast wilde ik graag een eigen nulpraktijk opstarten. Dat kostte ook erg veel tijd. Aan het aioto-traject heb ik mooie vriendschappen overgehouden; ik ga nog steeds met iemand uit die periode op fietsvakanties.

Inmiddels draait mijn praktijk volop en heb ik weer ruimte voor andere dingen. De ambitie om iets op te pakken heb ik wel, maar of het nu het onderwijs wordt of de wetenschap weet ik nog niet.



# Nog leuker werk

**Floris van de Laar was in 2000 in Nijmegen de tweede aioto die startte met dit traject. In 2008 promoveerde hij op onderzoek naar diabetes en voeding. Hij is huisarts in Lent, opleider, en onderzoeker bij de afdeling Eerstelijnsgeneeskunde aan het Radboudumc.**

‘Vijfentwintig jaar geleden was het aioto-traject nog onontgonnen gebied. Je moest zelf uitvogelen wat er mogelijk was en hoe het mogelijk was. Er was geen vastomlijnd traject. Ook hoe de onderzoeksopleiding eruitzag, moesten we zelf uitvinden. Nu wordt er meer planmatig gewerkt. Er moet een onderzoeksopleidingstraject zijn en het is meestal veel duidelijker wat je gaat doen en wat je gaat afleveren. Dat geeft meer houvast, maar minder ruimte voor het nemen van afslagen. Tijdens mijn aioto-traject kwam ik veel tegen wat ik



## huisarts

De combinatie met de praktijk en daar de balans in vinden, dat is nog een beetje waar de schoen wringt.

Mijn advies aan toekomstige aioto's: je bijdrage aan de wetenschap is misschien klein, maar jouw vorming tot een vollediger huisarts is des te groter. Begin er aan voor je algemene wetenschappelijke vorming, maar vooral ter verrijking van het huisartsenvak.’



interessant vond en zo ontstonden er telkens nieuwe projectjes binnen mijn onderzoek. De vrijheid was heel groot en ik kreeg spelenderwijs ervaring met allerlei verschillende onderzoekstechnieken. Het hangt nu van de persoon af hoeveel je eruit haalt. Met de juiste mindset is dat nog steeds heel veel, maar het is wel strakker georganiseerd door de opleiding.

Door het aioto-traject heb ik nu nog leuker werk. Ik heb geen talent om te kiezen. Ik ben bezig met patiëntenzorg, maar heb ook de vaardigheid om overstijgend te kunnen kijken. Heb je eenmaal onderzoek gedaan, dan weet je beter hoe iets tot stand komt en kun je onderzoeken makkelijker interpreteren en gebruiken in je dagelijks werk. Als huisarts-onderzoeker heb ik binnen het Radboudumc regelmatig contact met specialisten over transmurale vraagstukken. Zo kun je meedenken en worden allerlei projecten geboren.

Als je afstand wilt nemen van je werk, kun je gaan vissen, maar je kan ook onderzoek gaan doen. Het geeft echt het gevoel van een werkvakantie, want je kijkt op een heel andere manier naar de materie. Interesse in hoe je onderzoek doet en wat er in de gereedschapskist van de onderzoeker zit is voor mij belangrijker dan inhoudspecifieke kennis. Zo houd je de rest van je carrière afwisselend werk. ■