BEDRIJFSGENEESKUNDIGE DAGEN · 21 MEI 2026 · PAPENDAL

Patiënt op losse schroeven:

kantelpunten in een wankele wereld

Sanne Gijzel, MD, PhD

Specialist ouderengeneeskunde · sanne@gijzel.com

Disclosure belangen spreker

(POTENTIËLE) BELANGENVERSTRENGELING	Geen bijzonderheden
WERKZAAM ALS	Specialist ouderengeneeskunde bij Cordaan (zorgaanbieder in Amsterdam voor Verpleging, Verzorging en Thuiszorg)
RELATIES MET BEDRIJVEN	Geen voor de bijeenkomst relevante relaties

BEDRIJFSGENEESKUNDIGE DAGEN · 21 MEI 2026 · PAPENDAL

Patiënt op losse schroeven:

kantelpunten in een wankele wereld

Sanne Gijzel, MD, PhD

Specialist ouderengeneeskunde · sanne@gijzel.com

Kantelpunten lijken onvoorspelbaar, maar ze kondigen zichzelf wel degelijk aan

EEN NIEUW DENKKADER

Van	**lineair**	naar	**complex**
Van	**klacht**	naar	**systeem**
Van	**inzicht**	naar	**interventie**

Van **lineair** naar **complex**

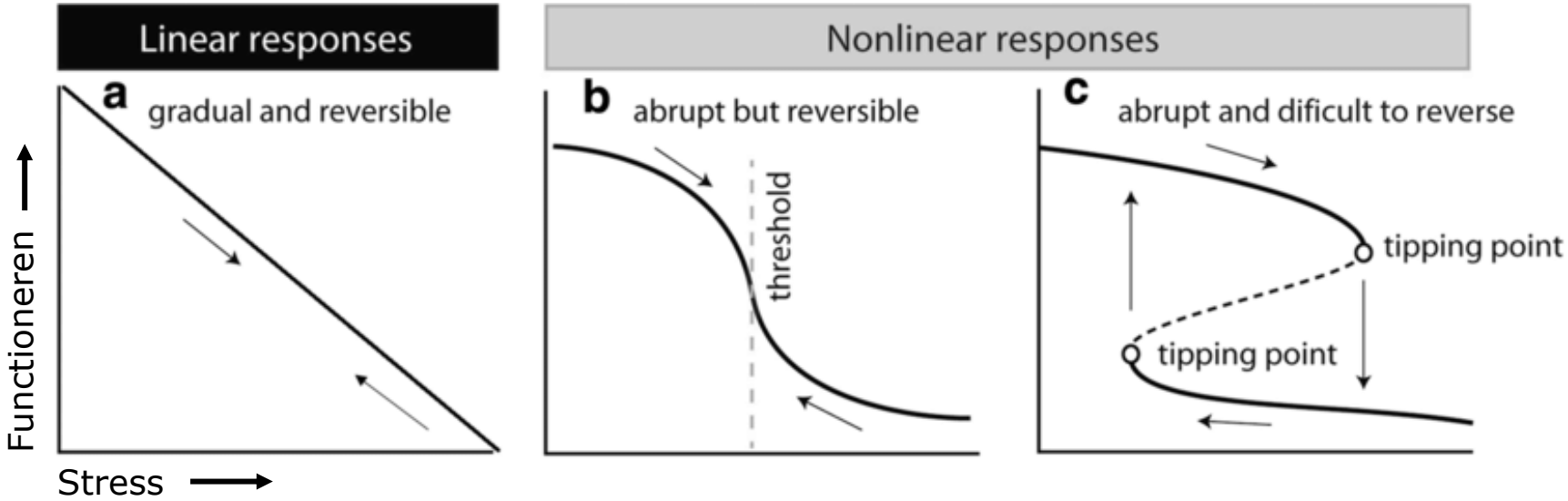
Complexiteit gaat over het onzekere en onverwachte

Wanneer is een patiënt **complex**?

- Onverwachte uitval door plots ontstane klachten
- Onverwachte wendingen in herstel door de omgeving
- Langdurige, ernstige klachten zonder eenduidige biologische verklaring

Complexiteit zit nooit op één plek!

In de geneeskunde staat het denken in lineaire causale verbanden centraal

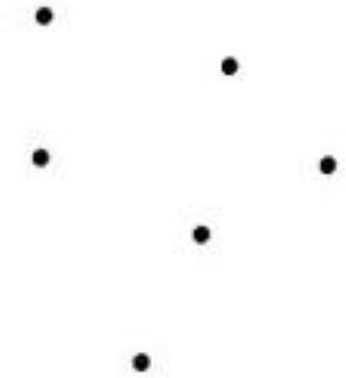


Latty en Dakos 2019
Biodiversity Conservation

Systeemdenken biedt een andere manier van denken

- Taal om aanwijsbaar en bespreekbaar te maken wat je voelt **sluimeren**

- Aanknopingspunten voor interventies om veerkracht te ondersteunen



Kantelpunt: een klein duwtje met grote gevolgen

Wereldwijde financiële crisis
2008

Arabische Lente
2010

Kantelpunten: een generiek mechanisme

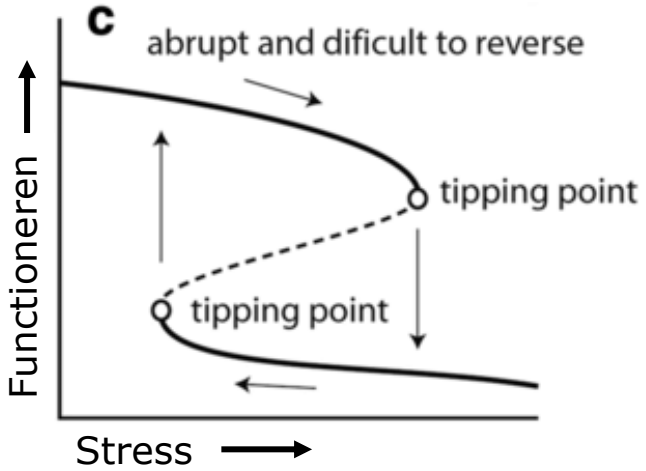
Vijver met algenovergroei

Bomenkap in het Amazoneregenwoud

Smeltende ijskappen

Kantelpunten in eenvoudige systemen

Veel kennis over de ‘**wetten**’ waaraan het systeem beantwoordt

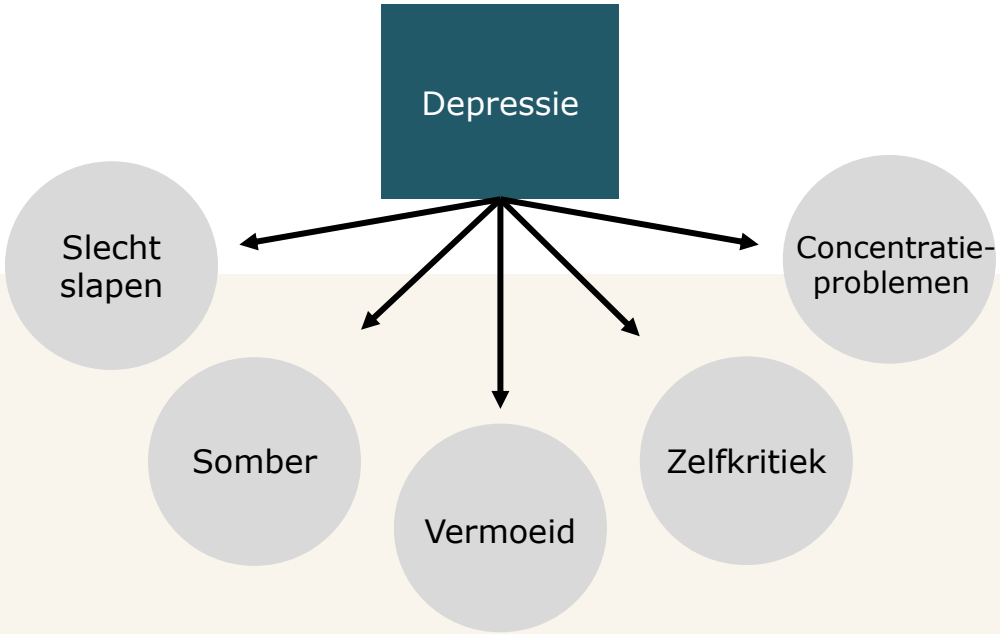


Van **klacht** naar **systeem**

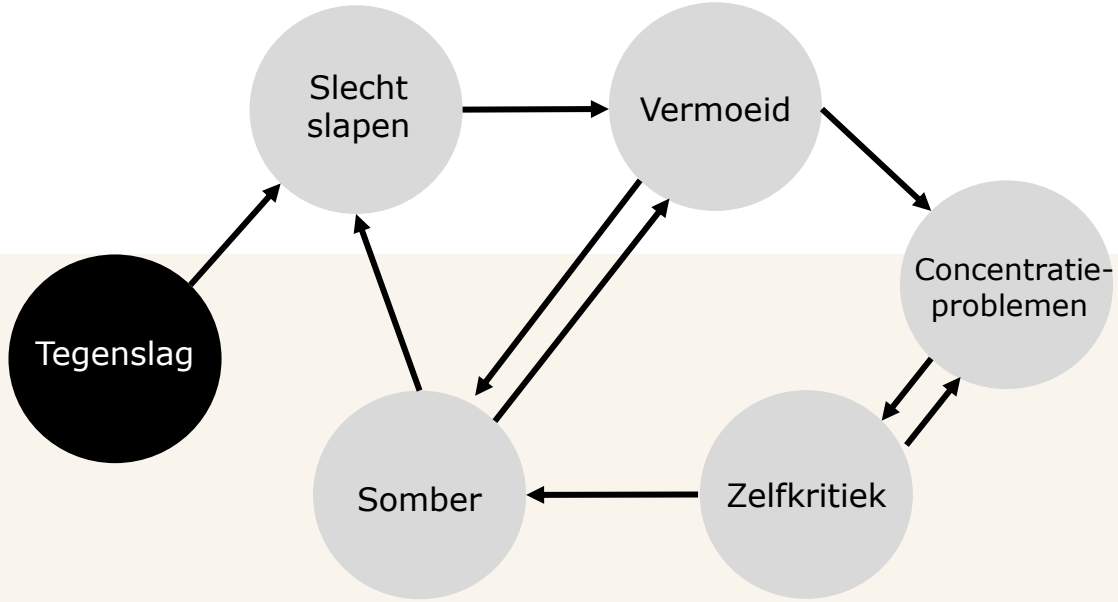
Depressie

Bekhuis et al. 2019 BJGP

Klassieke medische benadering:
een geïsoleerde ziekte met symptomen die te herleiden zijn tot één gemeenschappelijke oorzaak

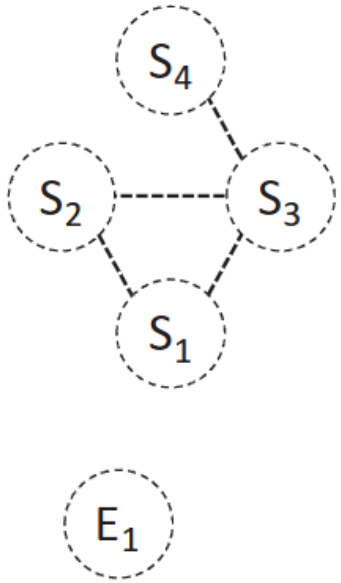


Systeembenadering:
een toestand die geleidelijk is ontstaan doordat symptomen elkaar oproepen en versterken

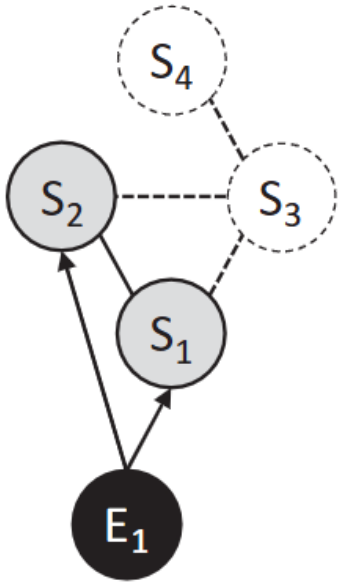


Symptomen kunnen elkaar langdurig in stand houden

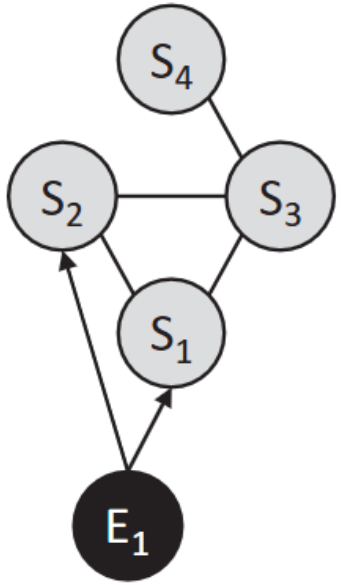
Fase 1
Slapend netwerk in stabiele toestand



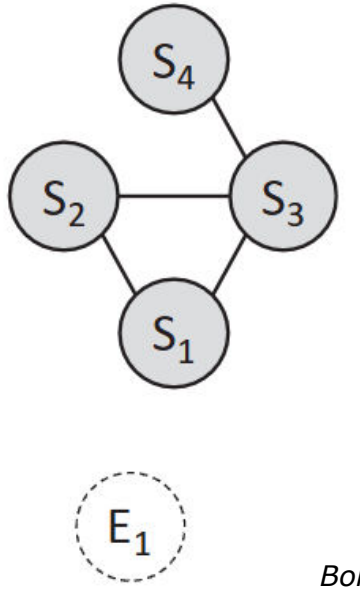
Fase 2
Netwerkactivatie



Fase 3
Verspreiding van symptomen



Fase 4
Actief netwerk in stabiele toestand

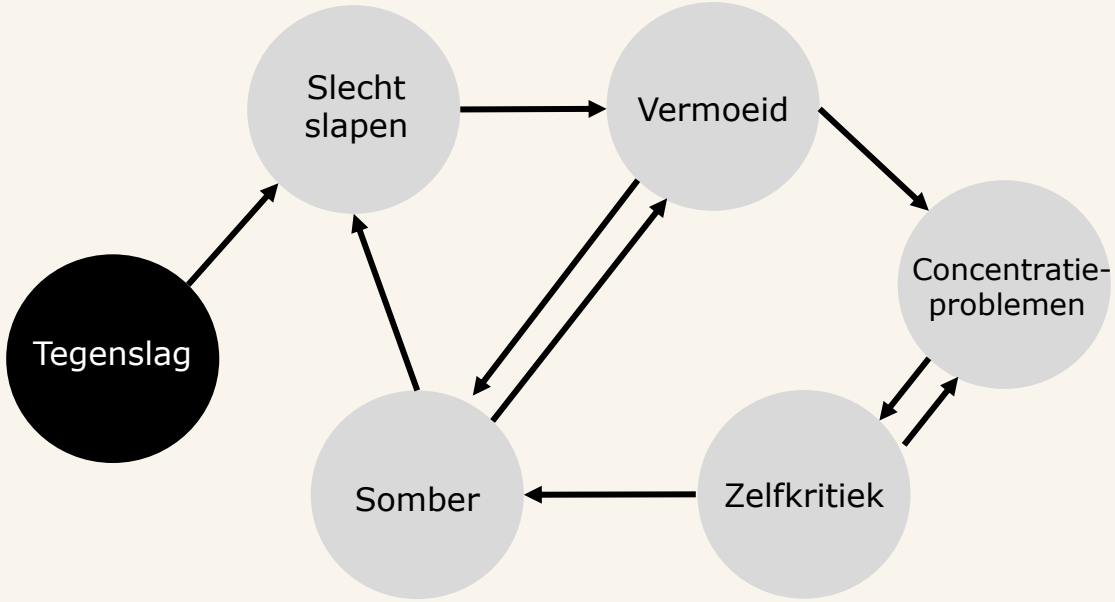


Borsboom 2017
World Psychiatry

Symptoomnetwerk verschilt per persoon

Hoe sterker de symptomen verbonden zijn, hoe groter het risico op een **kanteling**

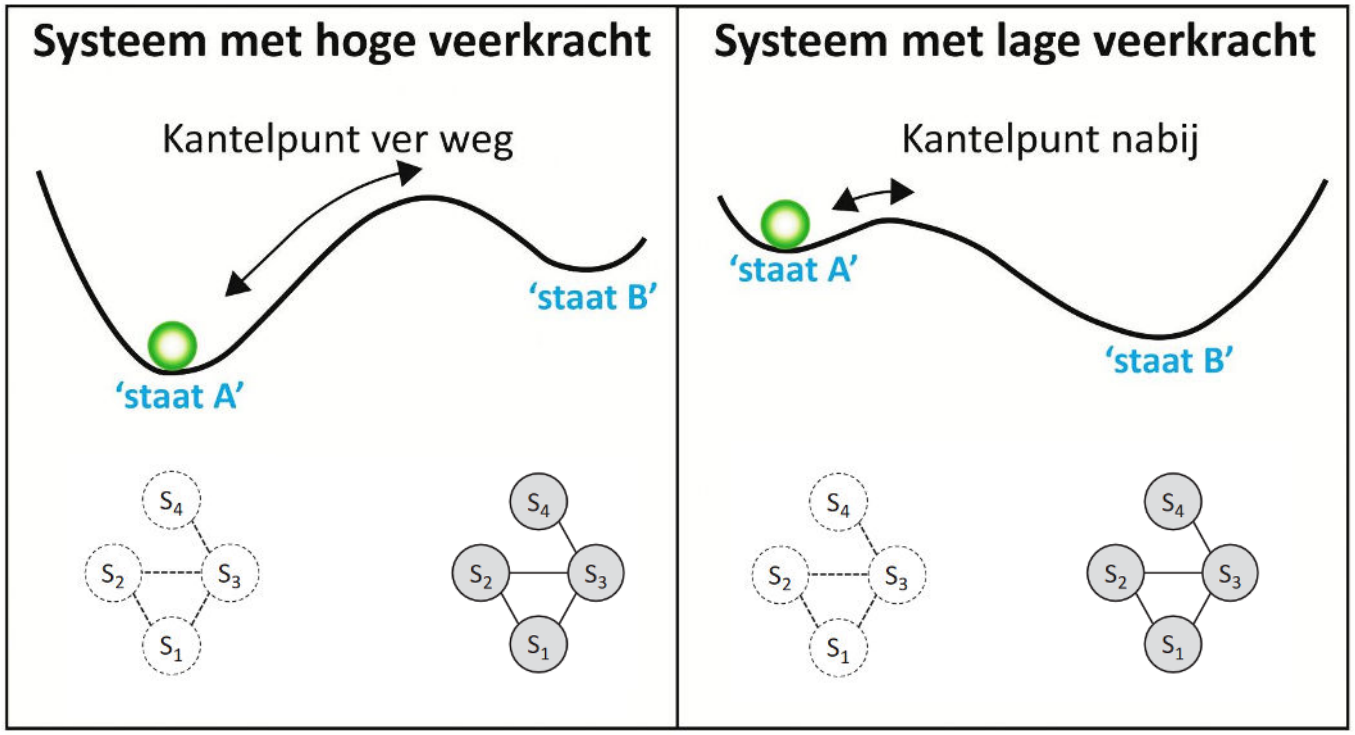
De doorgaande activatie van symptomen houdt je in de negatieve spiraal (**stabiele toestand**)



Veerkracht: het ‘stabiliteitslandschap’

Lage veerkracht: een relatief kleine **stressor** kan leiden tot het passeren van het kantelpunt

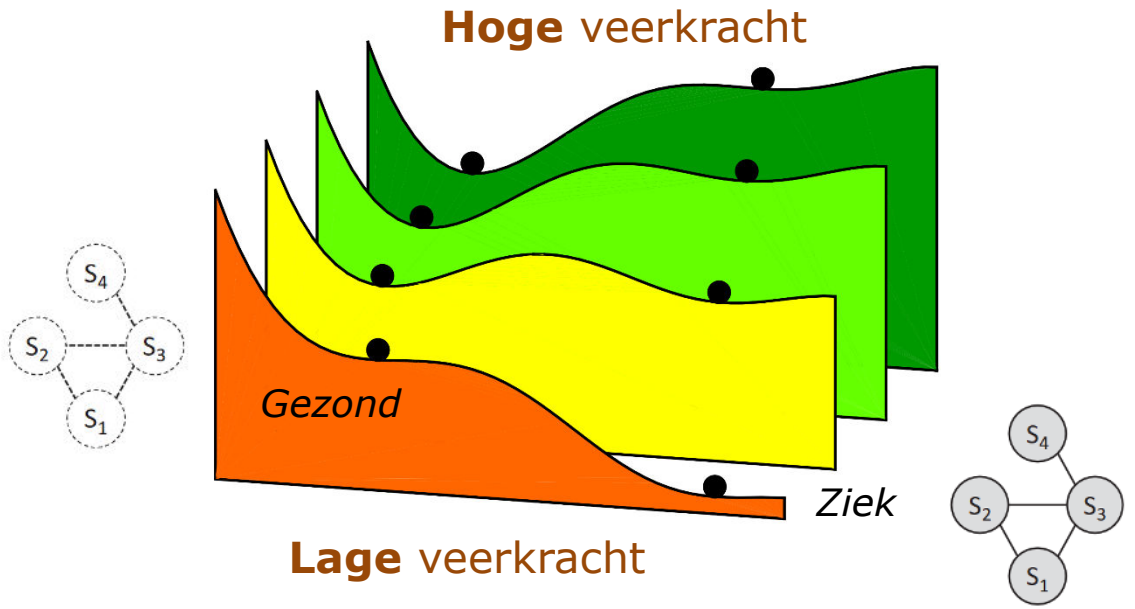
‘Veerkracht’ is waardevrij



Twee mechanismen onder kantelpunten

1. **Ondiep dal**: verlies van veerkracht → symptoomnetwerk verandert
2. **Duwtje**: zichzelf versterkende verandering binnen het symptoomnetwerk

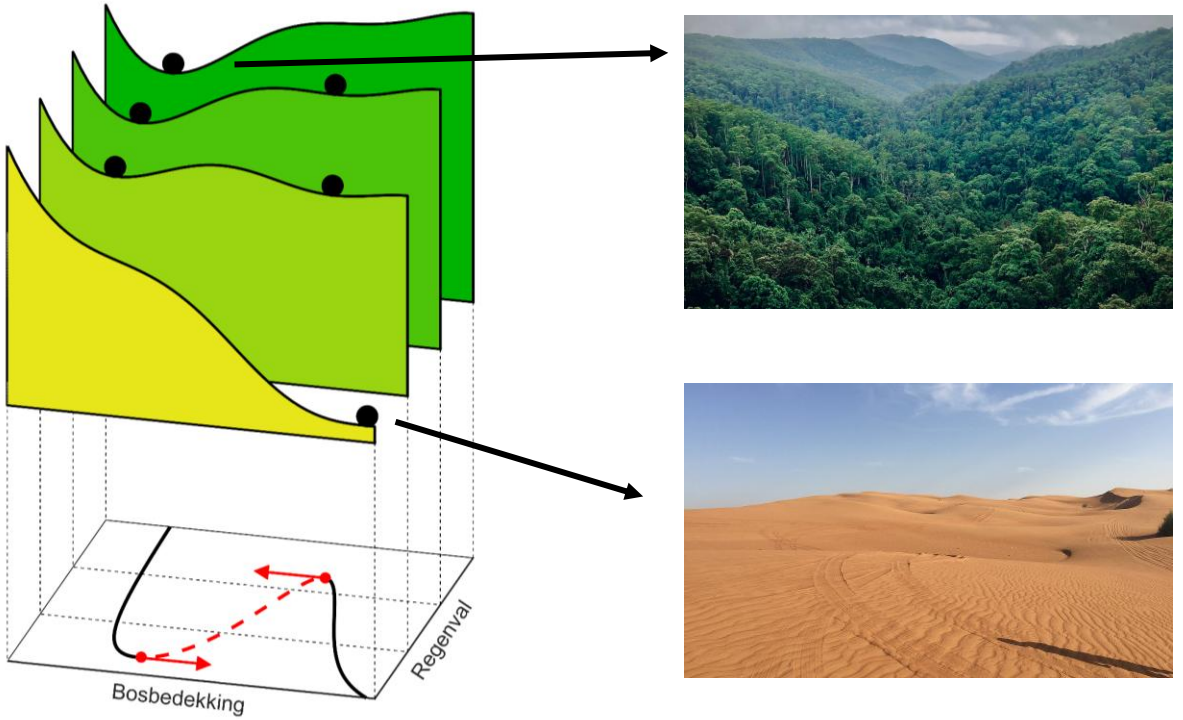
Welke symptomen?
Hoe snel geactiveerd?
Hoe sterk verbonden?



Twee mechanismen onder kantelpunten

1. **Ondiep dal**: verlies van veerkracht → symptoomnetwerk verandert
2. **Duwtje**: zichzelf versterkende verandering binnen het symptoomnetwerk

Bomenkap in het Amazoneregenwoud



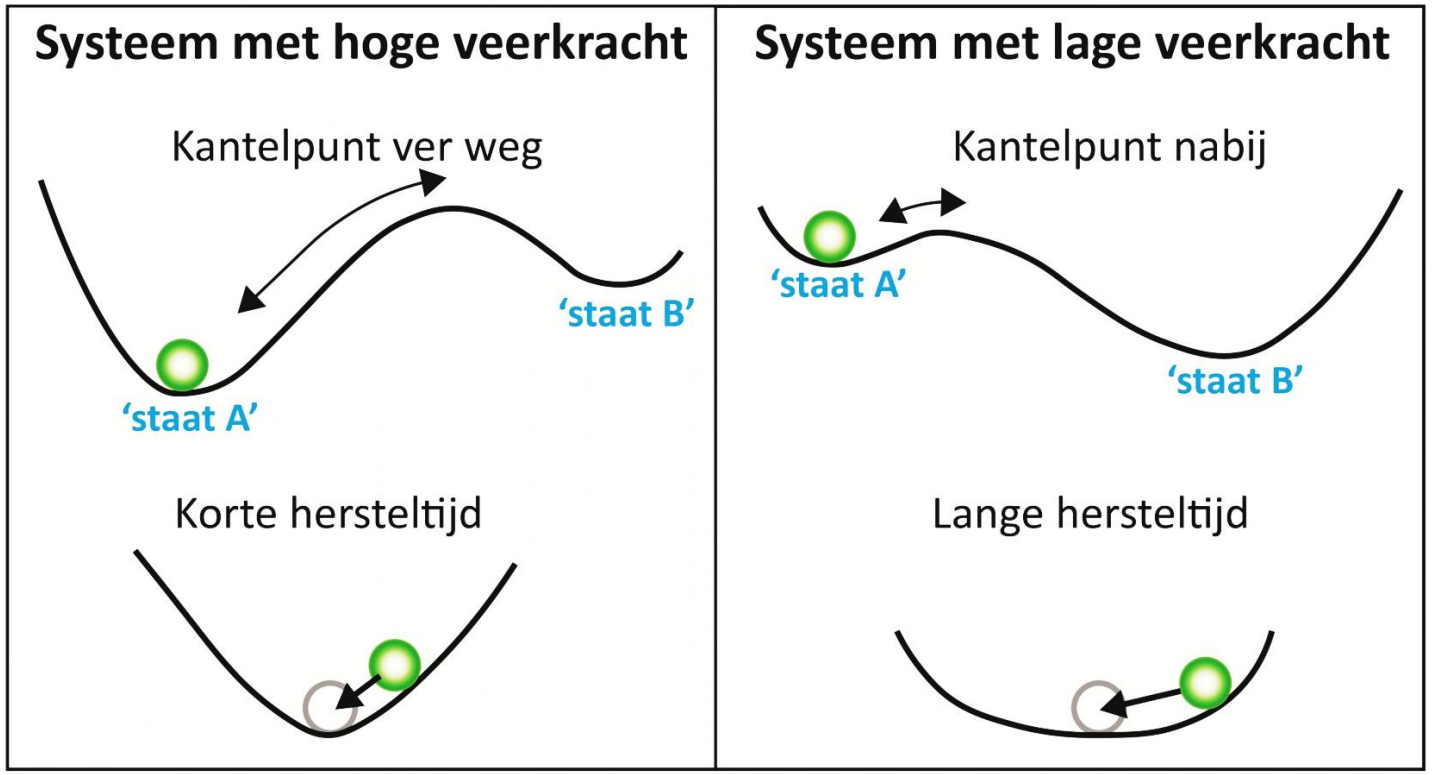
Buurpraat – 1 minuut

Welke signalen ziet u bij patiënten als het dal ondieper wordt – als de veerkracht afneemt – nog voordat iemand echt ziek wordt of uitvalt?

Bijvoorbeeld:

- Klinisch
- Gedragsmatig
- In werkcontext

Nabij het kantelpunt wordt het systeem instabiel

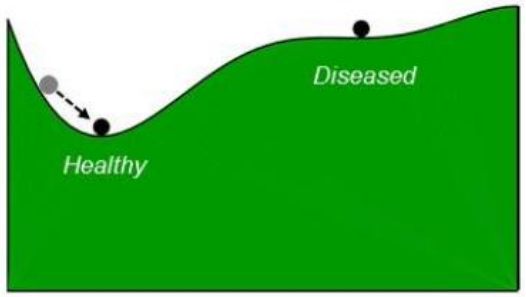


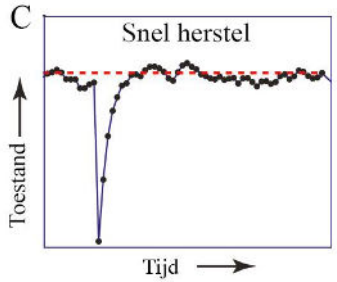
Afnemende veerkracht →

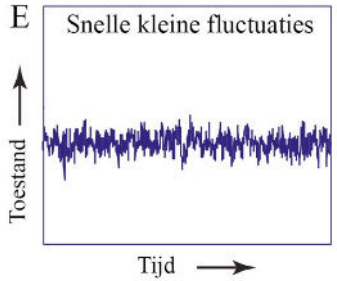
'Critical slowing down'

Verlies van veerkracht gaat gepaard met ‘critical slowing down’

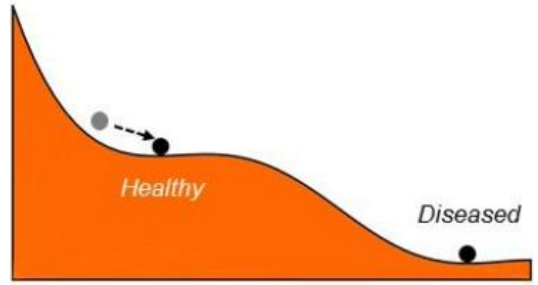
Hoge veerkracht

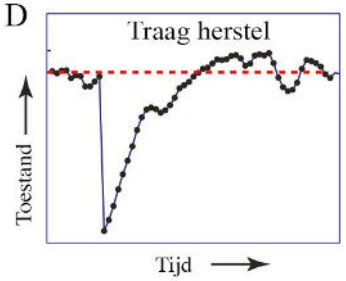


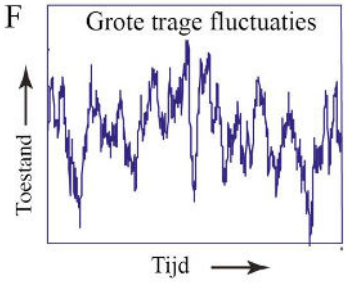




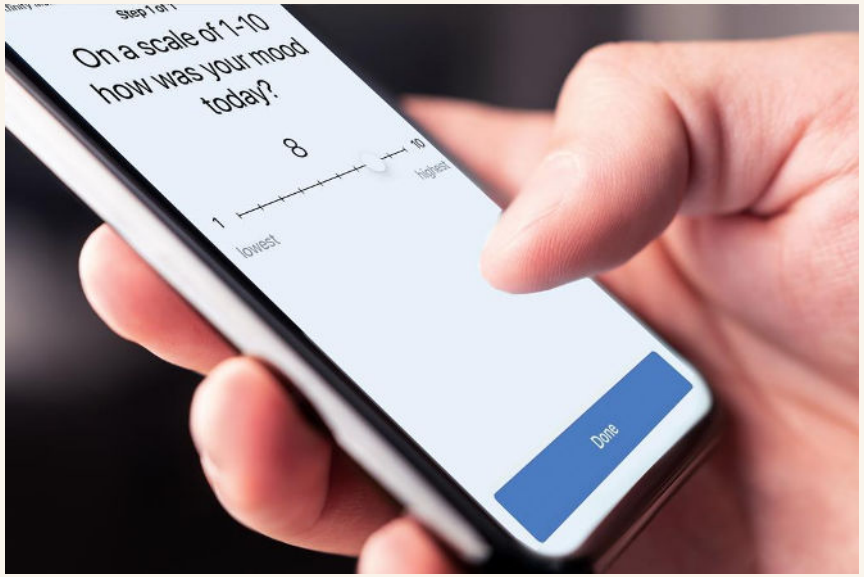
Lage veerkracht

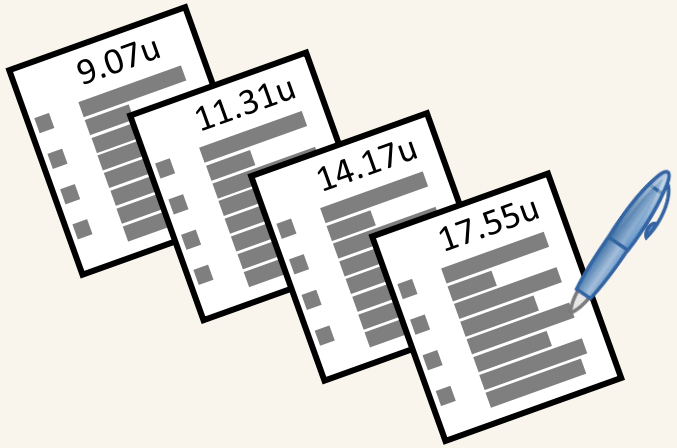






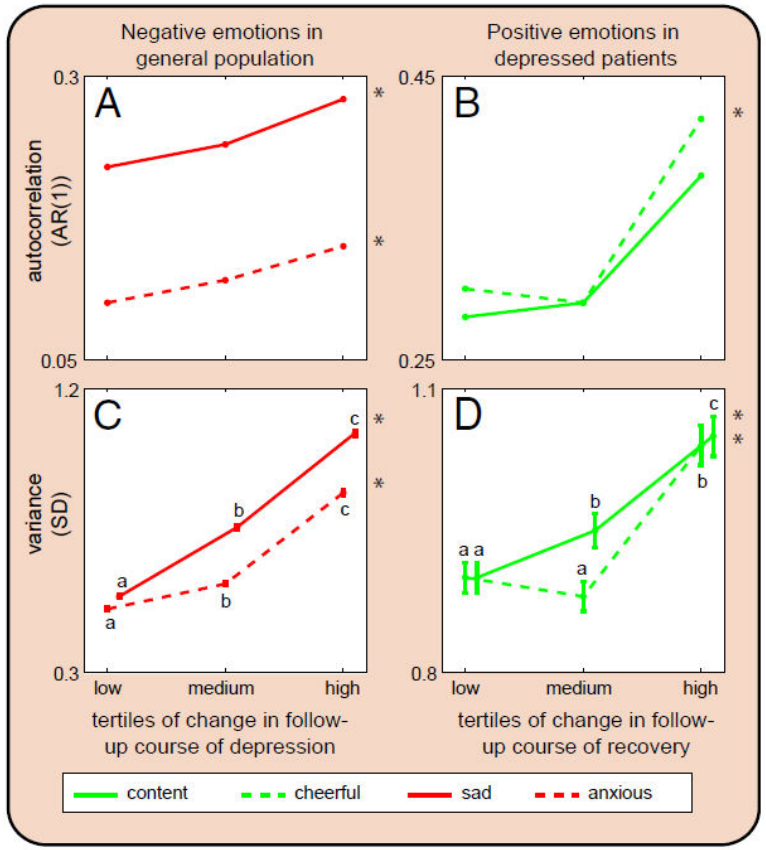
Stemming volgen met ‘ecological momentary assessments’

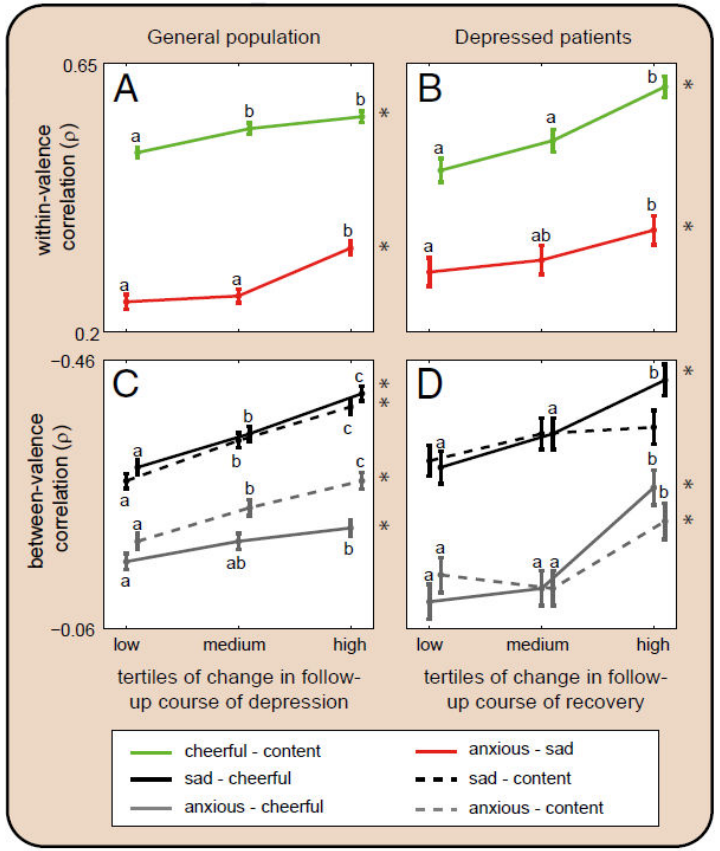




- 621 gezonde personen en 118 depressieve personen
- Gedurende 5-6 dagen 10x per dag

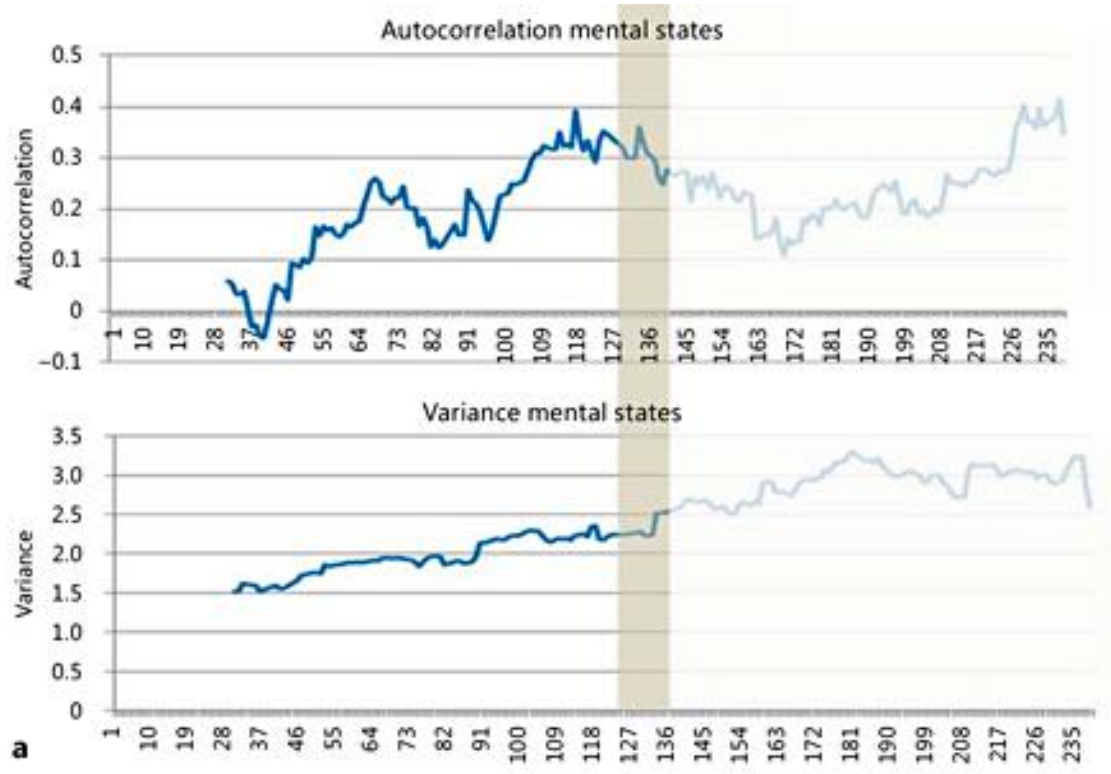
Critical slowing down is gerelateerd aan de kanteling naar depressie – op groepsniveau

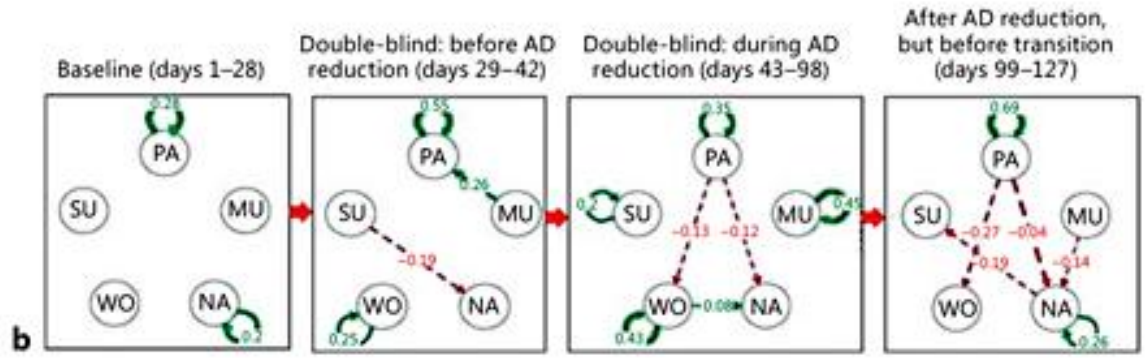




Van de Leemput et al. 2014 PNAS

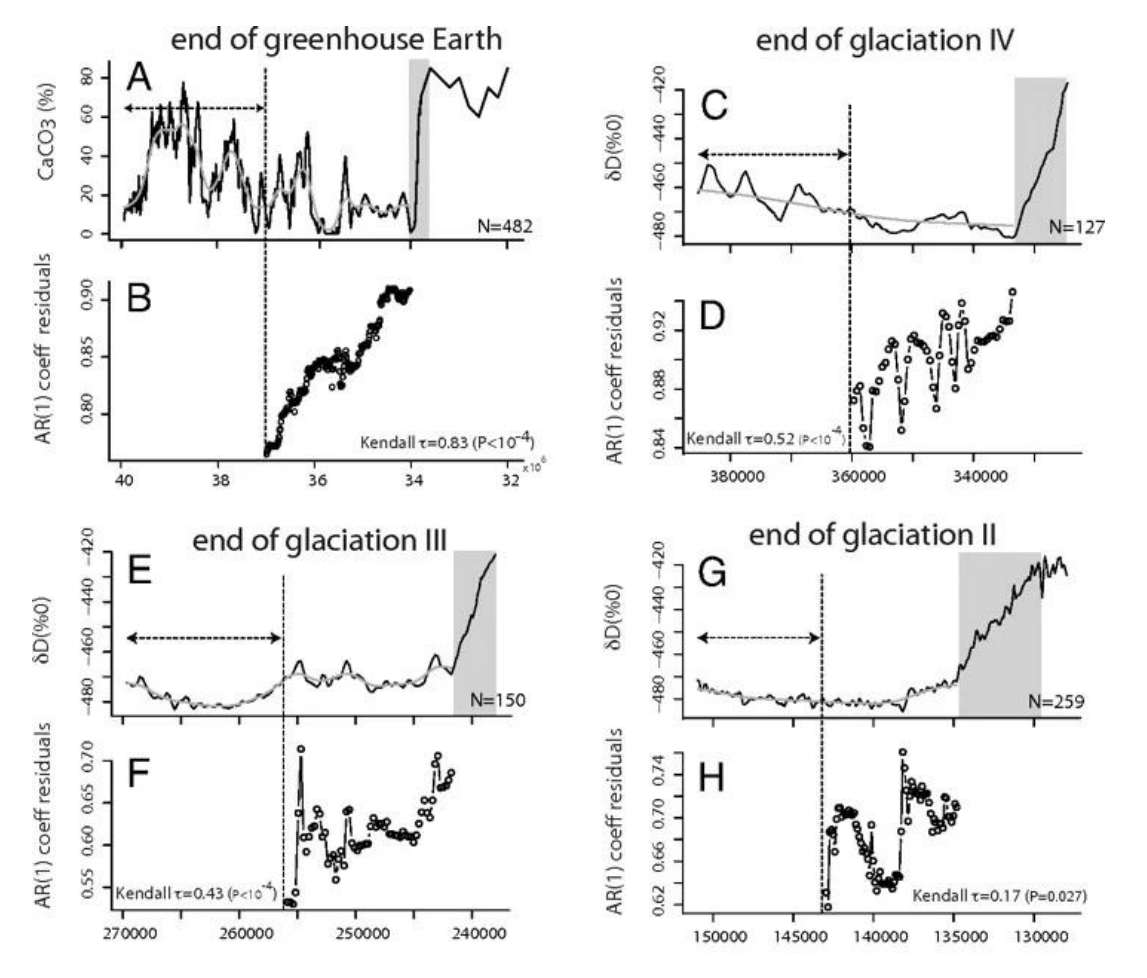
Critical slowing down is gerelateerd aan de kanteling naar depressie – binnen een individu





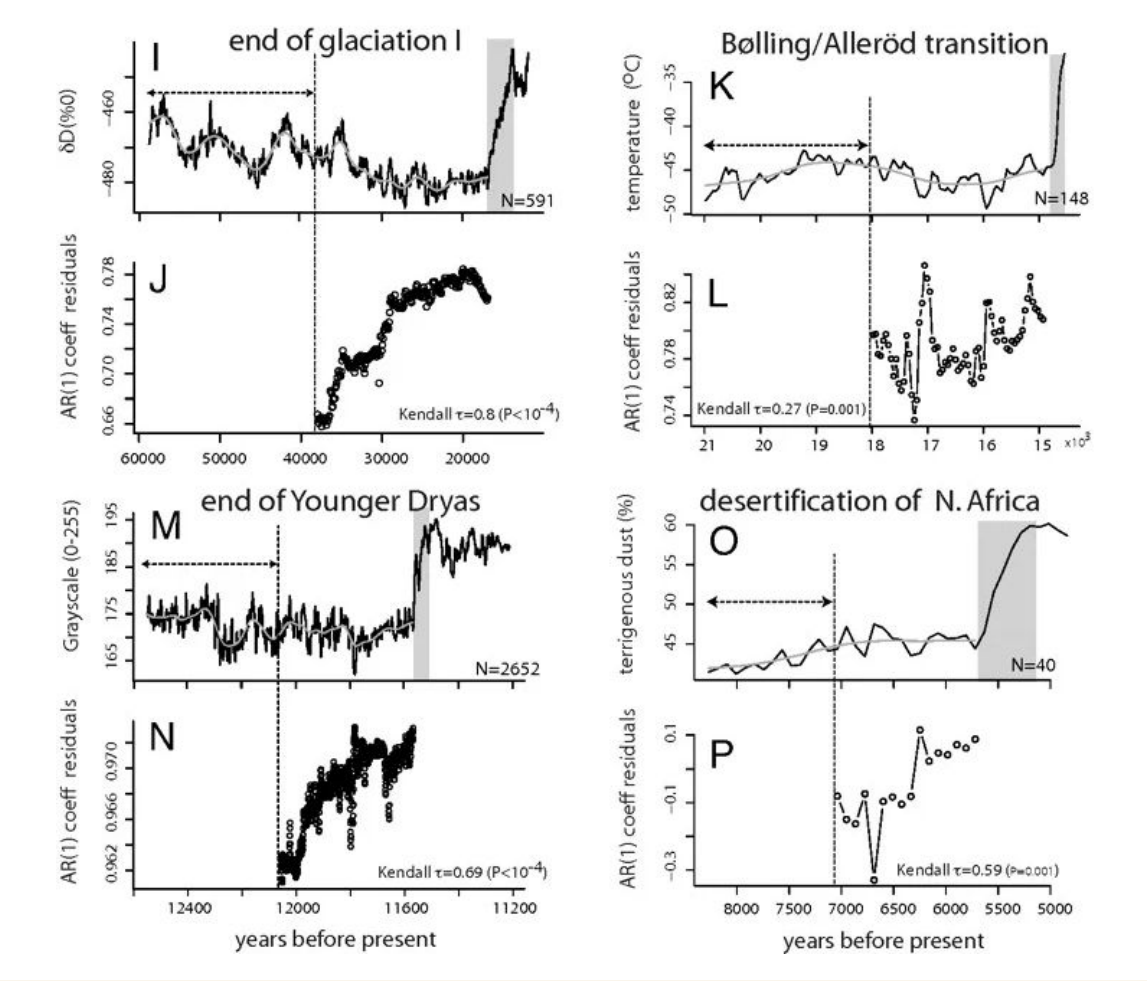
Wichers et al. 2016 Psychother Psychosom

Critical slowing down ging vooraf aan 8 abrupte klimaatveranderingen (1)



Dakos et al. 2008 PNAS

Critical slowing down ging vooraf aan 8 abrupte klimaatveranderingen (2)



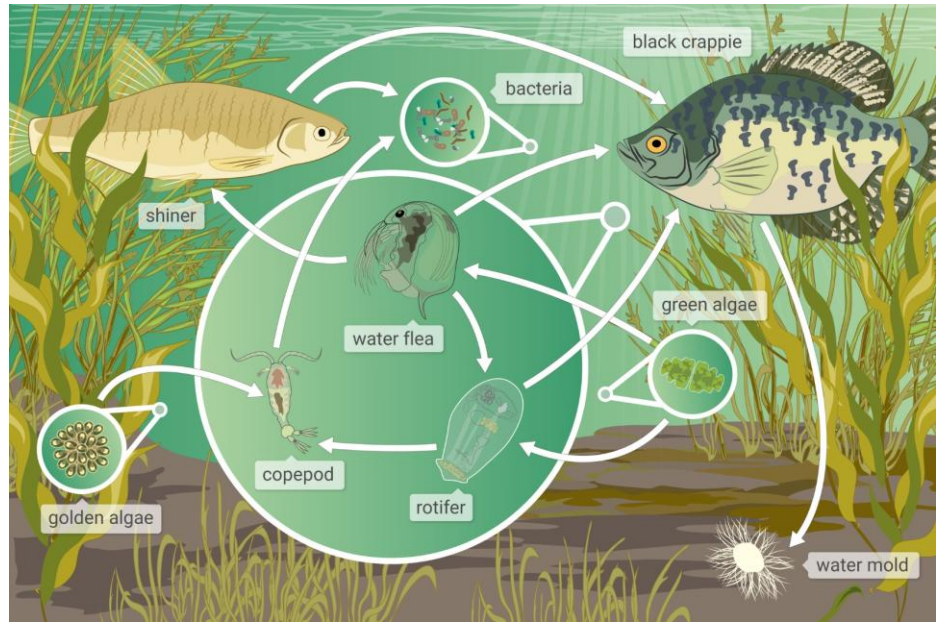
Dakos et al. 2008 PNAS

Waarom al die ecosystemen?

- Veerkracht en kantelpunten zijn **universeel**
- Systemen zijn in elkaar **ingebed**
- De werkende staat niet los van organisatie, samenleving en klimaat

Een gezond meertje is in evenwicht

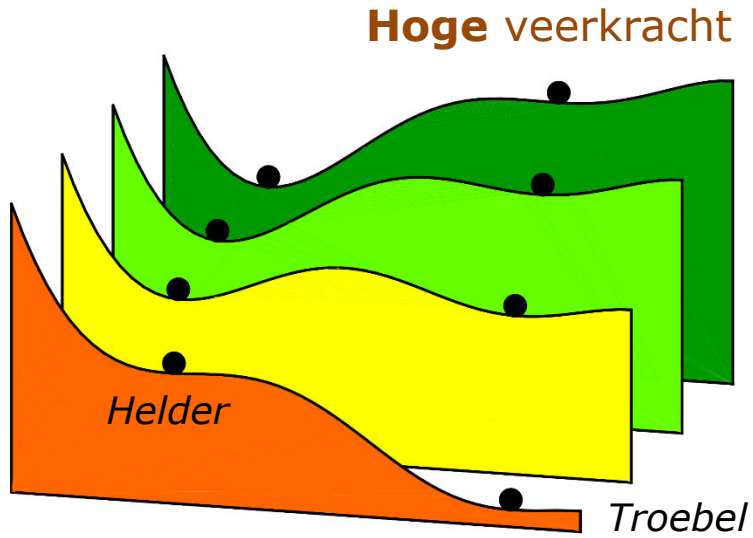
- Chronisch mestoverschot → afnemende veerkracht
- Storm → piekbelasting mestinstroom
- Sterfte van waterplanten + algenovergroei



Kanteling

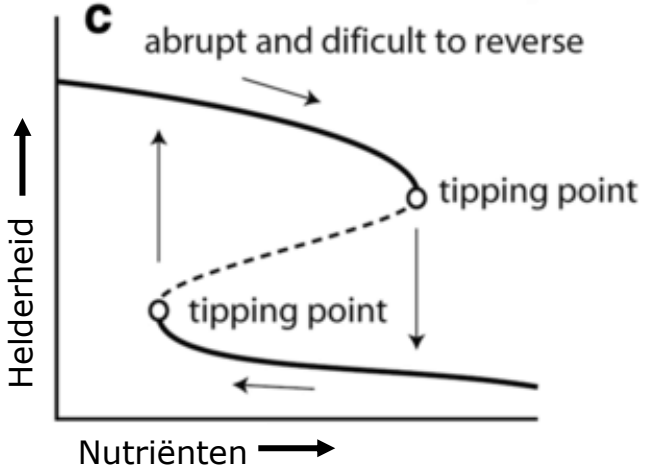
Sluipend verlies van veerkracht + kleine trigger = grote kanteling

Kanteling



Terugkantelen is moeilijk

- Dezelfde weg terug kan niet
- Nutriënten uit het water halen + vissen verwijderen = **combinatie-interventie**
- Doel: ondermijnen van de veerkracht van de nieuwe stabiele toestand



Van **inzicht** naar **interventie**

Aanbeveling 1

Let op signalen van afnemende veerkracht

- Rode vlaggen zijn niet symptomen, maar vooral **dynamieken**
- De theorie geeft taal om het gesprek over veerkracht en kantelpunten te voeren
- Preventie en vroegsignalering zijn noodzaak
- Werkgever is hierin medeverantwoordelijk

Aanbeveling 2

Beschouw de patiënt als ‘symptoomnetwerk’

Stap 1: Bespreek de symptomen / problemen

- Op psychisch, lichamelijk en sociaal vlak

Stap 2: Link de symptomen / problemen aan elkaar

- Teken een netwerk (mindmap)
- Verken feedbacks, identificeer loops

Stap 3: Moedig de patiënt aan om prioriteiten te stellen

Aanbeveling 3

Preventie op organisatie- en populatieniveau

- Monitoring van stress en veerkracht
  - Minder nadruk op burn-out als eindpunt
  - Vraagt proactief handelen van de werkgever

- De hypernerveuze samenleving → invoer van ‘bufferrechten’
  - Ruimte om critical slowing down op te vangen en veerkracht op te bouwen
  - Vertraging op systeemniveau

BEDRIJFSGENEESKUNDIGE DAGEN · 21 MEI 2026 · PAPENDAL

Bedankt voor uw aandacht

Sanne Gijzel, MD, PhD

Specialist ouderengeneeskunde · sanne@gijzel.com