

# Van Lijden naar Leiden



“Ethische aspecten...”



Nederlandse  
Vereniging voor **nvab**  
Arbeids- en Bedrijfsgeneeskunde



# BG-dagen 2024

## Disclosure belangen sprekers

Sprekers	(Potentiële) belangenverstrengeling	Geen / Zie hieronder
Els Carsouw Ger Dijkgraaf Lex de Jong	Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Geen
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sponsoring en onderzoeksgelden</li><li>• Adviseurschappen en honorarium incl. sprekersvergoedingen &gt; € 500</li><li>• Aandeelhouder</li><li>• Andere relatie(s)</li></ul>	Geen



# Agenda

1. Voorstellen CBE
2. (Snelle) Inleiding Ethiek
3. Lijden
4. Omgaan met lijden
5. Past Lijden in een kernkwadrant
6. Het Goede doen bij Lijden
7. Voorbeeld casus
8. Afsluiting



## Doelstellingen CBE

- Het scheppen van een ethisch en praktisch verantwoord kader voor de beroepsuitoefening door de beroepsgroep.
- Het bijstaan van individuele leden bij vragen met betrekking tot een verantwoorde en correcte beroepsuitoefening.
- Het gevraagd en ongevraagd adviseren van het NVAB-bestuur.



# Deelnemers CBE

<b>Voorzitter</b>	<b>Els Carsouw</b>	
Secretaris	Salmara Linsen-Akihary (Kwaliteitsbureau NVAB)	
Leden	Anco Straatman	Erik Rodrigues Pereira
	Ger Dijkgraaf	Hans Heijstek
	Henk Hennink	Huguette Klumperbeek
	Lex de Jong	Wil Duits
	Sylvia Beijen (asp. lid)	
	Jan Willem Peeters (vertegenwoordiger NVAB)	



# Ethiek

Ethiek is de wetenschappelijke of systematische studie van de moraal. Anders gezegd is ethiek 'kritisch nadenken over wat (moreel) goed is om te doen'. Van oudsher wordt de ethiek gezien als een onderdeel van de filosofie. Ethiek en moraal worden vaak door elkaar gebruikt, maar zijn twee verschillende zaken: ethiek bestudeert de moraal.

(Ethische Toolkit KNMG)



## Soorten ethiek (1)

**Gevolgenethiek** (ook consequentialisme genoemd)  
het ethisch juist handelen wordt gekenmerkt door  
een goed resultaat van ons handelen.

**Plichts- of beginselethiek** (ook deontologie  
genoemd)  
de juistheid van handelingen moet worden  
gebaseerd op absolute gedragsregels.

**Deugdenethiek**  
in de deugdethiek gaat het in eerste instantie om  
de vraag 'wat voor een persoon behoort ik te zijn'



## Soorten Ethiek (2)

### Principe ethiek

Een gebruikte theorie in de biomedische ethiek is de principe-ethiek van Beauchamp en Childress. Deze kent vier principes:

- respect voor autonomie,
- niet schaden (*primum non nocere*)
- weldoen
- rechtvaardigheid

### Zorgethiek

de aandacht in de zorgethiek richt zich met name op het verbeteren van het welzijn van zowel mensen die zorg verlenen als van mensen die zorg ontvangen. Volgens sommigen is de zorgethiek niet zozeer een theorie, maar meer een deugd of een praktijk.





## Lijden (1)

### Definitie volgens van Dale (bron internet)

het ondergaan van verdriet, ellende enz.:  
iem. uit zijn lijden verlossen (a) hem doden; (b)  
hem van een moeilijke taak ontheffen



## Lijden (2)

### Definitie van Lijden en manieren daar mee om te gaan

- Lijden is een negatief, gefrustreerd gevoel
- Lijden wordt veroorzaakt door verlangen, het verlies van beloning of het krijgen van straf
- Lijden kan (positief of negatief) verzadigd, essentieel of existentieel zijn.

(“Martin Appelo, Leren Lijden, 2016”)



## Lijden (3)

### Toelichting:

- Verzadigd lijden is teveel van het goede of het kwaad
- Essentieel lijden is iets proberen te bereiken, maar er niet in slagen
- Existentieel lijden is zich verloren voelen, geen houvast hebben

(Essentialisme of ietsisme: lijden onder het gemis van de essentie, het ware. Existentialisme of nietsisme: lijden onder het gebrek aan houvast en angst voor het grote niets.)



# Omgaan met Lijden (1)

Niet effectieve manieren:

- Vervallen in passiviteit
- Doorgaan met vechten bij essentieel lijden, terwijl er geen alternatief is
- Vluchten wanneer de oorzaak van essentieel lijden niet weg te nemen is zonder zich op een alternatief te richten
- Vluchten in struisvogelpolitiek, verdovende middelen of de dood, bij existentieel lijden



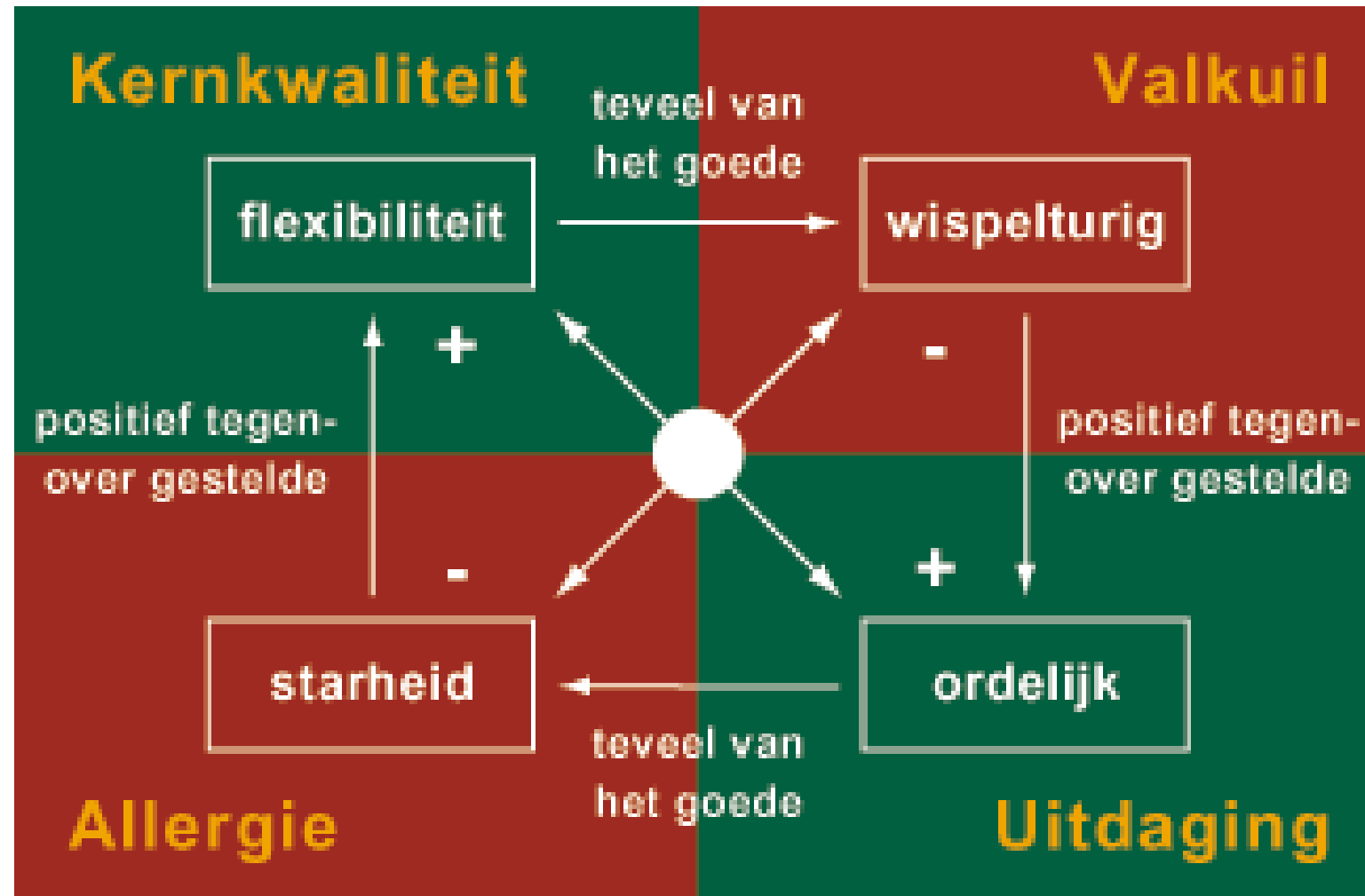
## Omgaan met Lijden (2)

### Effectieve manieren

- Verzadigd lijden veranderen in essentieel lijden door de juiste prikkeling
- Oorzaak van essentieel lijden weg te nemen dan is het goed er tegen te vechten
- Oorzaak essentieel lijden niet weg te nemen maar wel te ontvluchten, dan bewust op iets anders richten (functioneel vermijden)
- Is de oorzaak bij essentieel of existentieel lijden niet weg te nemen dan proberen te accepteren en erin te berusten



# Kernkwadrant “Lijden”





# Vervolg Kernkwadrant “Lijden”

Uiteen in groepjes

Probeer een Kernkwadrant te maken met Lijden...



# Discussie







# Het “Goede doen” bij lijden

## Principe ethiek

Een gebruikte theorie in de biomedische ethiek is de principe-ethiek van Beauchamp en Childress. Deze kent vier principes:

- respect voor autonomie
- niet schaden (*primum non nocere*)
- weldoen
- rechtvaardigheid

R. Meij en P. van Hengel (Quintesse 2019-3) voegen hier aan toe:

*Het principe van aandachtige zorg*

Behelst o.a. het erkennen van de patiënt in diens kwetsbaarheid, afhankelijkheid, **lijden** en soms ontluistering



# Ondraaglijk lijden

## Expertisecentrum Euthanasie

Parafraserend: Een toename van jongeren die zeggen dat hun lijden ondraaglijk is geworden; een gedeelte trekt zich terug na aanmelding; want, door de vragen die gesteld worden, is er kennelijk de eerste echte erkenning in hun lijden.

(Naar de psychiater om ziektebeelden te behandelen en om symptomen te verlichten.)

(NRC 5 april 2024)



## (H)erkennen van lijden (1)

### Heb oog voor het lijden van uw patiënt

Ingnace Schretlen, MC, 2015

Ps. De herkomst van het woord patiënt is van het Latijnse patientia, dat **lijden**, dulden, volharding of geduld betekent.



## (H)erkennen van lijden (2)

- 1 Sta open voor en handel vanuit het appel dat de patiënt als lijdende medemens op u als arts doet.

Standaarden, richtlijnen en protocollen houden artsen vaak in een ijzeren greep, waarbij voor inbreng van patiënten weinig plaats is.



## (H)erkennen van lijden (3)

2 Kijk naar de context van een klacht alvorens deze in een medische mal te gieten.

Niet iedereen met een tenniselleboog verzuimd.  
Waarom vormt deze patiënt een uitzondering?  
Paracetamol helpt wel tegen pijn maar niet tegen angst.  
Achter elke klacht zit een vorm van lijden. Een patiënt die niet wordt gerustgesteld voelt zich ongelukkig; de kans is reëel dat hij na korte tijd opnieuw een beroep op u doet.



## (H)erkennen van lijden (4)

3 Probeer zicht te krijgen op de ernst en de aard van de lijdensdruk bij een bepaalde klacht.

Een klacht is niet meer dan de titel van datgene waarvoor de patiënt uw aandacht vraagt; de aard van het lijden wordt pas duidelijk wanneer u ingaat op de inhoud. Hoeveel aandacht een patiënt krijgt, blijkt in de praktijk vooral af te hangen van de diagnose: griep, pijn onder in de rug en migraine scoren laag, zeldzame of ernstige aandoeningen staan hoog in de rangorde.



## (H)erkennen van lijden (5)

4 Breng ook bij klachten zonder diagnose het lijden ter sprake: vraag waar de patiënt het meest onder lijdt en vooral waarom.

Zeker bij onverklaarbare klachten is het op een gegeven moment beter om de aandacht te verschuiven naar het lijden c.q. de lijdensdruk die wordt ervaren. Wat zijn bijvoorbeeld de gevolgen van rug- of hoofdpijn voor het dagelijks leven van de patiënt? De mate waarin een patiënt lijdt, is bovendien van groot belang bij zijn motivatie om mee te werken aan de behandeling.



## (H)erkennen van lijden (6)

5 Neem uw patiënt serieus en respecteer zijn lijden, zelfs als u machteloos staat tegenover dat lijden of het lijden niet begrijpt.

Het advies 'primum non nocere' (op de eerste plaats geen kwaad doen) zou ook moeten gelden voor de communicatie tussen arts en patiënt. Er is naast onvermijdbaar lijden ook veel lijden dat voorkomen kan worden. Een patiënt niet serieus nemen kan een forse negatieve impact hebben. Pseudo-empathie voelen mensen feilloos aan en heeft een averechts effect.

Menig lijden kan niet of slechts gedeeltelijk behandeld worden, soms is het zelfs onmogelijk om lijden echt te begrijpen. Toch moet men de patiënt serieus blijven nemen. Gebeurt dat niet, dan gaat de vertrouwensbasis verloren.





## Casus / Arbeidsomstandigheden spreekuur:

Vijfenvijftig jarige man, onderhoudsmanager, sinds een jaar in dienst, heeft, sinds maanden, in toenemende mate (over)spanningsklachten. O.a. slecht slapen (vroeg wakker), snel emotioneel, snel kortaf piekeren, moe, komt niet aan ontspanning toe.

Op het werk gaat het niet goed, o.a. budget voor onderhoud is meer dan gehalveerd, terwijl er al 10 - 15 jaar achterstand is. Moet ook 24-7 bereikbaar zijn. Elke dag spanning over wat hij weer gaat aantreffen aan problemen op het werk. Heeft begrip bij de productiemangers, als hun probleem maar wordt opgelost.

Verder gezond en privé een en ander in orde.



# Vervolg Casus

Uiteen in groepjes.

Vragen (kunnen zijn):  
Is er sprake van lijden?  
Zo ja, wat voor lijden?  
Hoe te (h)erkennen?  
Hoe te helpen?



# Discussie





ChatGPT

Wat als het werk de bron van het lijden is?

Als werk de bron van het lijden is, zijn er verschillende stappen die genomen kunnen worden om de situatie te verbeteren. Hier zijn enkele strategieën die kunnen helpen:

**1. Identificeren van de Bron:**

- Probeer specifiek te identificeren wat aan het werk het lijden veroorzaakt. Is het de werkomgeving, de werkdruk, conflicten met collega's of leidinggevenden, een gebrek aan erkenning, of iets anders?

**2. Communicatie:**

- Bespreek je zorgen met een leidinggevende, HR-afdeling, of een vertrouwenspersoon op het werk. Het uiten van je gevoelens en problemen kan een eerste stap zijn naar verandering.
- Als directe communicatie moeilijk is, overweeg dan het schrijven van een e-mail of het zoeken van een mediator.

**3. Aanpassing van Werkomstandigheden:**

- Onderzoek of er mogelijkheden zijn om je werkdruk te verminderen, zoals flexibele werkuren, thuiswerken, of het verdelen van taken.
- Bespreek de mogelijkheid om taken te herverdelen of aan te passen om beter aan je capaciteiten en interesses te voldoen.

**4. Professionele Ondersteuning:**

- Zoek professionele ondersteuning, zoals counseling of therapie, om te helpen omgaan met werkgerelateerd lijden.
- Overweeg coaching of loopbaanbegeleiding om te bepalen of een verandering van functie of carrièrepad noodzakelijk is.

**5. Zelfzorg en Stressmanagement:**

- Zorg goed voor jezelf buiten werktijd door voldoende te rusten, gezond te eten, te bewegen en tijd door te brengen met vrienden en familie.
- Leer en pas technieken toe voor stressmanagement, zoals mindfulness, meditatie, en ademhalingsoefeningen.

**6. Grenzen Stellen:**

- Leer om duidelijke grenzen te stellen tussen werk en privéleven. Zorg ervoor dat je vrije tijd hebt waarin je niet aan werk denkt of ermee bezig bent.
- Wees assertief in het aangeven van je grenzen op het werk, bijvoorbeeld door niet altijd beschikbaar te zijn buiten werkuren.

**7. Onderzoek Nieuwe Mogelijkheden:**

- Overweeg of een andere functie binnen hetzelfde bedrijf, of een andere werkgever, beter bij je past.
- Verken de mogelijkheid van omscholing of bijscholing om een nieuwe carrière te starten die beter aansluit bij je wensen en capaciteiten.

**8. Steun Netwerk:**

- Praat met collega's, vrienden of familie over je situatie. Zij kunnen steun en advies bieden, en het gevoel van isolement verminderen.

**9. Werkklimaat en Cultuur:**

- Als het probleem te maken heeft met de bedrijfscultuur, kan het nuttig zijn om te werken aan een cultuurverandering binnen het bedrijf, bijvoorbeeld door deel te nemen aan werkgroepen of initiatieven die zich richten op een betere werkomgeving.

Het is belangrijk om actie te ondernemen als werkgerelateerd lijden je welzijn beïnvloedt. Door stappen te nemen om de situatie te verbeteren, kun je je gezondheid en welzijn beschermen en mogelijk een meer bevredigende en gezonde werkervaring creëren.