



Eigen verantwoordelijkheid

Ed Moolenaar heeft een combinatie van obstructief en centraal slaapapneu. Hij is actief op de Facebookgroep van de vereniging en schrijft over wat hem daar opvalt.

Inmiddels is de enquête over hoe wij denken over apneuzorg massaal ingevuld. Over de resultaten kun je in dit magazine lezen. Ook ik heb de vragenlijst ingevuld. En ik heb daarover zo mijn bedenkingen. Wat mij betreft, gingen de vragen niet diep genoeg om mogelijke knelpunten aan te geven. Het is natuurlijk goed om de apneuzorg langs de meetlat te leggen, maar wordt het niet tijd om dat ook met onze eigen inzet te doen?

Er zijn bijvoorbeeld heel veel mensen die in de Facebookgroep andere proberen te helpen met het beantwoorden van hun vragen en problemen. Waar ik mij echt aan erger, is dat de vraagsteller naderhand niet even meldt wat er met het advies gedaan is en of het succes had. Ook zijn er negatieve reacties van mensen die denken dat je met de therapie kunt rommelen. Zodra ze er dan op worden gewezen dat dit de therapie geen goed doet, reageren ze met: 'Dat maak ik zelf wel uit.'

Wat mij ook opvalt, is dat er mensen zijn die het ene masker na het andere bestellen, tot wel acht stuks aan toe. Buiten dat wij allen samen verantwoordelijk zijn voor de hoge ziektekosten – al eens gekeken wat een masker kost? – is het ook een aanslag op het milieu. Om te wennen aan een masker heb je zeker een week de tijd nodig. De hersenen vertrouwen het vreemde voorwerp niet meteen. Daarnaast is geen enkel masker comfortabel. Maar er is voor iedereen een passend masker.

Ik lees over mensen die al jaren geen contact hebben gehad met de arts of de verpleegkundige. Tegenwoordig is het eerder regel dan uitzondering dat je, na een jaar succesvolle behandeling, alleen nog contact hebt met de leverancier. De behandelaars zijn natuurlijk niet helderziend en hebben eenvoudigweg geen tijd om alle patiënten jaarlijks te bellen.

Maar wil je zeker weten of alles nog goed gaat, neem dan ieder jaar zelf contact op met de verpleegkundige en vraag of zij je pap uitleest. In een jaar kan immers veel gebeuren: afvallen, aankomen, stress, maagoperatie en wat dies meer zij. Wacht je langer, dan moet je eerst weer een verwijzing bij je huisarts aanvragen.

Twijfel je of de therapie zijn werk nog goed doet, dan kun je via het programma Oscar op je pc zelf je SD-kaart uitlezen. Je pap verzameld meer gegevens dan je denkt. Maar hoe je je voelt, moet maatgevend zijn. Al met al is het belangrijk dat je binnen de gezondheidszorg zelf de regie hebt en daarbij je eigen verantwoordelijkheid neemt.

Er zijn mensen die het ene na het andere masker bestellen. Ooit gekeken hoeveel een masker kost?