



■ Joke Lanphen, wethouder Sociaal Domein, is daarvoor 35 jaar huisarts geweest en weet uit ervaring hoe belangrijk een brede blik op gezondheid is. Foto: © BOB AWICK

AndersKijkers Positieve Gezondheid

# ‘Veel mensen vinden gelukkig al veel positieve gezondheid in zichzelf’

**REGIO** In deze serie vertellen inwoners en professionals, onze ambassadeurs Positieve Gezondheid, over wat voor hen belangrijk is als het gaat om gezondheid, veerkracht en levenskunst. Deze keer: Joke Lanphen, wethouder in Blaricum.

door Koojsje de Beer

“Ik voelde met hen mee: al die mensen die hun hart op mijn spreekuur hebben gelucht. Veel mensen vinden positieve gezondheid in zichzelf, anderen hebben meer moeite om mee te vibreren met het bestaan.” Joke Lanphen is 35 jaar huisarts in Blaricum en het Gooi geweest voordat zij in 2022 als wethouder in het brinkdorp aantrad. Nog steeds ontmoet zij Blaricummers die haar als huisarts kennen.

#### Luisterend oor

Ze zag geregeld patiënten terugkomen op consult met vage klachten. De geboren en getogen Blaricumse heeft in die 35 jaar geleerd hier realistisch over te zijn. “Er is een groep mensen die niet uit hun situatie kunnen komen, alle goede raad ten spijt. Zij gaan naar de huisarts om nieuwe energie te krijgen, hen moed in te laten spreken. Niet voor een diagnose. Ik vond dat niet erg, maar ik ken collega’s die hier niet tegen kunnen. Die een oplossing willen aandragen, wat juist niet werkt.”

#### ‘Vrij grenzeloos’

Heel soms verwees Lanphen deze patiënten door naar een eerste lijnspsycholoog. Meestal was zij

zelf het luisterend oor. En dat kostte veel tijd, geeft de huidige wethouder meteen toe. “Ik ben vrij grenzeloos, werkte tot heel laat door. Het spreekuur bij de huisarts is bijna de enige plek waar iemand onverdeelde aandacht krijgt. Ik wilde mensen die niet ontnemen, maar ik begrijp dat dit niet mogelijk is voor elke huisarts.”

#### Leefstijlpunten

Terugkijkend begrijpt Lanphen dat Machteld Huber met het concept Positieve Gezondheid iets heel relevants heeft blootgelegd. “Als huisarts ben ik opgeleid te onderzoeken of er wel of niet een lichamelijke oorzaak is voor een klacht. Ik zag het niet als mijn rol om het sociale domein te verkennen. Ook wist ik mijn weg hierin niet goed.”

De coaches van de leefstijlpunten kunnen huisartsen en zorgverleners hierbij helpen. Zij kennen het bewegings- en ontspanningsaanbod en hebben een ingang bij het sociaal domein, maatschappelijk werk of de schuldhulpverlening. “Wanneer behandelaars mensen naar dit loket doorverwijzen, heeft dat voor iedereen meerwaarde. Let wel: eerst moet echt zeker zijn dat

er geen fysieke oorzaken zijn.”

#### Generalisten

Bestuurlijk erkent de wethouder Sociaal Domein dat de resultaten van de leefstijlpunten achterblijven. “In anderhalf jaar tijd hebben wij in de BEL-gemeenten met deze voorziening honderdtachtig contacten gerealiseerd. In een gemiddelde praktijk zijn er zo’n achtduizend contacten per jaar. Wie

in het woud van regelingen binnen het sociaal domein dat er helaas is. Binnen de HBEL-gemeenten ontwikkelen wij een digitale sociale kaart om hen daarbij te helpen.”

#### Wens

Privé scoort ze goed op alle domeinen van het spinnenweb Positieve Gezondheid, besluit Lanphen. “Ik heb kwalen en doe daaraan wat nodig is, maar geef er geen prioriteit aan. Gelukkig ben ik niet eenzaam, gaat het mij financieel goed en heb ik voldoende zingeving in mijn leven. Mijn wens voor de toekomst is dat iedereen zich realiseert waar de oorzaak van ongemak werkelijk ligt.”

## Het spreekuur van de huisarts is de enige plek waar iemand onverdeelde aandacht krijgt

deze cijfers naast elkaar legt, kan eenvoudig vaststellen dat huisartsen onze leefstijlpunten nog niet helemaal hebben ontdekt. Zeker als het waar is dat 50 procent van de patiënten psychosociale klachten heeft.”

Lanphen ziet ruimte voor verbetering. Te beginnen met de naam ‘leefstijlpunt’. “Die dekt de lading niet, het gaat om veel meer dan gezonder leven. Verder zie ik te vaak nichespelers achter het loket. Wij hebben hier juist generalisten nodig die de mensen wegwijs maken

Gezondheid is meer dan je lichamelijk goed voelen. Gezondheid is ook contact hebben met anderen, jezelf verzorgen en een doel hebben in het leven. Kijk voor meer verhalen op [ggdgv.nl/positievegezondheid](https://ggdgv.nl/positievegezondheid).