

# MO

## MedischOndernemen

Succesvol ondernemen en samenwerken in de eerste lijn

8

'GROENSTE HUISARTS' **DENNIS POT**:

**'Als de zorg  
preventie niet  
op de agenda zet,  
dan doet  
niemand dat'**

14

HUISARTS **IRIS WICHERS**:

**'Maak duurzaamheid en milieu  
onderdeel van elke richtlijn'**

24

MARC BRUIJNZEELS (JAN VAN ES INSTITUUT):

**'De eerste lijn komt weer  
centraal te staan'**







‘GROENSTE HUISARTS’ DENNIS POT:

# ‘Als de zorg preventie niet op de agenda zet, dan doet niemand dat’

Door: Martin Zuithof, Foto's: Claudia Kamergorodski

Dennis Pot besloot de eerste CO2-neutrale huisarts van het land te worden. Dit deed hij door afval te scheiden, het energiegebruik en de reisbewegingen van personeel en leveranciers te compenseren. Beroepsorganisaties zouden veel actiever moeten zijn in het aankakten van de suikertax, verantwoord medicijngebruik en de keuze voor duurzame alternatieven. ‘Het is gek dat ik in 2021 nog de eerste CO2-neutrale huisarts ben.’

In 2015 begon Dennis Pot samen met Anke Oudhof – Smulders een ‘nulpraktijk’ in Hilversum-Oost. ‘We startten met nul patiënten en dus ook nul inkomsten. We wilden de kosten zoveel mogelijk beperken. Daarom kozen we bij de praktijkinrichting voor tweedehands producten, met name via Marktplaats: behandelbanken, de kunst aan de muur, de medische producten, eigenlijk alles. Alleen pc’s, beeldschermen en telefonie hebben we nieuw aangeschaft. Tegelijk voerden we de standaardmaatregelen in, die we thuis ook doen zoals plastic scheiden.’

Het openen van een groene bankrekening was het eerste obstakel dat Dennis Pot (40) tegenkwam. ‘Bij ASN kreeg ik geen voet aan de grond. Ze wilden niet eens met me praten. Ik koos een bank die minder duurzaam is, maar wel goed voor huisartsen, ABN AMRO. Ook bij andere groene banken kregen we geen poot aan de grond, eigenlijk heel frustrerend.’

#### ‘Duurzaam in DNA’

De praktijkhouders huurden de eerste drie jaar een oud pand, voordat ze in 2018 naar een nieuw gezondheidscentrum verhuisden. ‘Toen de praktijk goed begon te lopen en we omzet begonnen te maken, wilden we ook verduurzamen door geld te investeren in compensatie. Duurzaamheid wilden we systematisch verweven in het DNA van de praktijk. We wilden de eerste CO2-neutrale huisarts van Nederland worden. Dan moet je eerst je uitstoot berekenen, bijvoorbeeld met de milieubarometer van Stimular.’

## ‘Minderen is altijd beter, maar je kunt makkelijk compenseren’

Pot en Oudhof-Smulders bekeken daarbij de verlichting, het vervoer en de contracten. ‘We hebben het hele bedrijfsproces doorgelicht om te zien welke stappen we verder kunnen zetten. Grijs stroom is bijvoorbeeld significant goedkoper dan groene stroom. Punt is dat onze praktijk onderdeel is van een medisch centrum. Wij huren samen met twee andere praktijken van een stichting en die huurt weer van de woningbouw. Bij de start van ons centrum kreeg ik het er niet doorheen dat we op groene stroom zouden overgaan.’

#### ‘Compensatie via Trees for All’

Pot besloot de grijze stroom te compenseren via Trees for All, aanbieder van CO2-compensatie via boomaanplant. ‘Nu ons contract afloopt probeer ik het toch erdoor te krijgen dat we groene stroom afnemen. Het gaat over veel geld en de andere bestuursleden

moeten daar wel achterstaan. De compensatie kost mij 312 euro per jaar, daar plant ik dan bomen voor. Maar als je kiest voor groene stroom bespaar je al de helft van de CO2-uitstoot die grijze stroom veroorzaakt.’

‘Ik heb berekend wat de CO2-uitstoot van het woon-werkverkeer is van het personeel, van en naar de praktijk en de huisartsenpost, maar ook van alle leveranciers. En ook afstanden van de koerier voor bloedonderzoek voor het hele centrum. Van de boodschappendienst van

### STAPPEN OP WEG NAAR EEN DUURZAME PRAKTIJK

Vier adviezen van Dennis Pot:

#### 1. Pak de grootste klappers als eerste aan.

Verander daar waar de duurzaamheidseffecten het grootst zijn. ‘Afval scheiden is positief, maar beter nog is het voorkomen van afval. Koop minder producten of schrijf minder belastende producten voor.’

#### 2. Zet in op zinnige zorg, zinnige medicatie en zinnige diagnostiek.

‘Medicatie is het meest milieubelastend. Het niet voorschrijven van dosisaërosolen bij astma of COPD maakt groot verschil. Als twee mensen een jaar lang van een dosisaerosol omgezet worden naar een poederinhalator, is het milieueffect groter dan een jaar lang een elektrische auto rijden, in plaats van een benzineauto. Kruis je alle waarden op het labformulier voor een bloedonderzoek, of kruis je alleen aan wat zinnig is? Je kan wel een longfoto laten maken, maar is dat wel echt nodig? Verandert het je beleid?’

#### 3. Kijk ook naar vervoer, huisvestingskosten en de stroomvoorziening.

‘Het is heel makkelijk om van grijze stroom naar groene stroom over te gaan. Als je overstapt op een 100% groene stroomleverancier sla je een enorme klap. Als je samen met je personeel qua vervoer ook minder CO2-uitstoot, bijvoorbeeld door met de fiets te gaan, levert dat ook heel veel winst op.’

#### 4. Compenseer zelf de resterende CO2-uitstoot.

‘Minderen is altijd beter, maar het is heel makkelijk om te beginnen met compenseren. Als je op die manier op nul uitkomt is dat ook fantastisch. Wat je van iedereen kan berekenen zoals energie, alle kilometers van personeel en leveranciers, kortom alles wat je kunt invullen in de milieubarometer van Stimular.’





Albert Heijn compenseer ik de enkele reis, hoewel ze nog naar andere klanten gaan. Zo heb ik gekeken naar welke afstanden de leveranciers en diensten afleggen en hoe vaak ze komen per jaar. Dat heb ik allemaal opgeteld tot de totale CO<sub>2</sub>-uitstoot en dat ben ik gaan compenseren.'

#### **Zo te horen voert u nog geregeld discussies met personeel en praktijken in uw centrum?**

'Ja, als iets geld of moeite kost, gaan mensen vaak weerstand bieden. Afval scheiden kost niet veel geld, maar wel moeite. Het lastige is dat ik in een medisch centrum zit, met veel personeel. Ik heb te maken met alle assistenten van praktijken in dit centrum en die gebruiken allemaal dezelfde afvalbak. Dat maakt het lastiger aan te sturen.'

#### **Wat voor initiatieven voor duurzaamheid zijn er in de huisartsenzorg nodig?**

'De beroepsorganisaties LHV en NHG hebben zich in 2018 gecommitteerd aan de Green Deal Zorg, om de zorg duurzamer te maken. Als je kijkt naar wat ze hebben bewerkstelligd, is dat zeer minimaal. Daarover overleggen we met de NHG, want we zien weinig terug van de intenties.'

#### **Wat zouden ze meer kunnen doen?**

'Ongeveer alles. Neem de NHG-standaarden, de protocollen voor huisartsen. Kijk naar de inhalatie-medicatie voor astma- en COPD-patiënten, waarvan de een heel vervuilend is en de ander veel minder. Nu is er voor het eerst in de standaard een onderdeel duurzaamheid opgenomen, waarbij de duurzame puffer wordt aanbevolen. Zo zou in alle standaarden een onderdeel 'duurzaamheid en milieu' moeten worden opgenomen. Doe dat ook bij antibiotica: schrijf niet te veel voor want het leidt tot resistentie en het komt via het toilet in het oppervlaktewater terecht. Zo kun je de bewustwording van artsen en patiënten verbeteren.'

#### **U vindt dat beroepsorganisaties bij leefstijl-onderwerpen actiever kunnen zijn?**

'Als je inzet op gezond ouder worden, het voorkomen van cardiovasculaire ziektes en overgewicht, laat je dan ook horen over de grote hoeveelheid suiker en zout in producten. Stap naar de overheid en roep op tot een suiker- en zouttaks. Pak de producenten aan, zodat ze minder suiker in hun producten doen. Mensen worden

dan minder dik, je krijgt minder hartinfarcten en de zorgkosten gaan omlaag. Dat is allemaal beter voor mens en milieu. Dat is preventie.'

#### **Waar wilt u in uw eigen praktijk naar toe?**

'Ik wil een steeds realistischer beeld krijgen over wat de totale CO<sub>2</sub>-belasting van de praktijk is. We zijn nu ook bezig met de aanvraag van zonnepanelen. In december loopt het energiecontract af en wil ik overstappen van grijze naar groene stroom en hoop ik mijn collega's daarin mee te krijgen. Bovendien wil ik mijn hele patiëntenbestand doorlichten om te achterhalen welke patiënten die dosisaërosolen nog steeds gebruiken. Als volgende stap wil ik nu de reisbewegingen van patiënten naar de praktijk toe ook compenseren. Zo probeer ik steeds duurzamer te worden.'

## *'Ik hoop dat de beroepsgroep meer naar zichzelf kijkt en CO<sub>2</sub>-neutraal wordt'*

'Ik hoop dat in de toekomst mensen mij gaan volgen. Zodat meer huisartsen CO<sub>2</sub>-neutraal gaan werken. Het is gek dat ik in 2021 nog de eerste ben. Per praktijk zou bekend moeten zijn wat de CO<sub>2</sub>-uitstoot is. Die zou je moet kunnen compenseren, zelf opwekken met zonnepanelen of reduceren. Ik hoop dat de beroepsgroep daar naartoe gaat en meer naar zichzelf kijkt. Een CO<sub>2</sub>-neutrale praktijk realiseren is gewoon mogelijk.'

#### **LINKS:**

- Huisartsenpraktijk Hilversum Oost. De Groene Huisarts, [huisartsenpraktijkhilversumoost.nl](http://huisartsenpraktijkhilversumoost.nl)
- Trees for all. Wij willen een groene en gezonde aarde doorgeven, [treesforall.nl](http://treesforall.nl)
- Milieubarometer van Stimular, [www.milieubarometer.nl](http://www.milieubarometer.nl)
- De Klimaat Dokter, [www.deklimaatdokter.nl](http://www.deklimaatdokter.nl)



Dennis Pot: 'In standaarden voor medicijnen moet 'duurzaamheid en milieu' worden opgenomen'

## HOE ZIET DE KLIMAAT- EN TOEKOMSTBESTENDIGE PRAKTIJK ER VOLGENS DENNIS POT UIT?

- **Preventie staat centraal**

De huisartsenpraktijk die toekomstbestendig wil zijn, zet in op preventieve geneeskunde, stelt Dennis Pot. 'Mensen komen nu als ze klachten hebben, maar in de nabije toekomst krijgen we meer contact met gezonde mensen, die ook gezond willen blijven. Kijk naar alle smartwatches die data verzamelen, zoals zuurstofgehalte, bloeddruk, hartslag. Al die data gaan in de toekomst naar de huisarts. Patiënten zullen meer preventief onderzoek laten doen en jaarlijks bloed laten prikken op bepaalde waarden.'

- **Gezondheid wordt meer prominent**

Mensen zullen zo steeds bewuster met de eigen gezondheid omgaan, verwacht Pot. 'Na stoppen met roken en afvallen wordt gezonde voeding een groot thema. Obesitas neemt enorm toe en daardoor ook hart- en vaatziekten. Vegetarisch of veganistisch eten is voor lichaam en milieu verreweg het beste. Nog meer bewegen komt prominent op de agenda. Patiënten worden zich daar steeds meer bewust van. Als we ons meer focussen op preventieve gezondheid, wordt het aandeel zieke patiënten ook weer minder. Praktijkondersteuners zullen bij preventie een grote rol spelen.'

- **Duurzaamheid krijgt meer aandacht**

Er komt een duurzaamheidslabel voor de eerste lijn, naast de huidige accreditatie op kwaliteit, denkt Pot. 'Het wordt vanzelfsprekend om de praktijk op duurzaamheid door te lichten. Zulke labels komen ook op alle medicijnen en alle voedingsproducten te staan. Dan kun je zien hoeveel CO<sub>2</sub>-uitstoot bijvoorbeeld een pakje cholesterolverlagende met zich meebrengt. Huisartsen en zorgverzekeraars kunnen dan sturen op de duurzaamheid van medicijnen per fabrikant.'

- **Een andere financiële aansturing**

'Verzekeraars gaan preventie vergoeden, omdat dat vele malen goedkoper is dan ziektes behandelen. In de toekomst zal het ook vanzelfsprekender worden om kortingen te krijgen op je verzekering als je niet rookt of lid bent van een sportclub. Een andere stap is nog dat de overheid schadelijke producten belast met een extra taks, zoals een suiker- en zouttaks.'