
Drijfveren

Tekst en fotografie: Cai Vosbeek

In 'Drijfveren' spreken we met apothekers en huisartsen over hun vak, ambities en keuzes die ze maken. Oftewel: 'Wat bezielt uw collega?' In deze editie spreken we met ziekenhuisapotheker Rinske Pauw.

De overtuiging van een Nutritheker

We spreken af in de tuin van Rinske Pauw. Het perfecte decor voor een ziekenhuisapotheker die met een frisse blik naar haar vak kijkt. Onder haar profiel staan de volgende functies: ziekenhuisapotheker, intervisiecoach i.o., docent PAOFarmacie, dagvoorzitter, voorzitter landelijke Werkgroep Voeding en Farma en oprichter van de Nutritheker. Rinske is een enthousiaste, betrokken persoonlijkheid die haar kennis over geneesmiddelen en voeding graag deelt met andere zorgprofessionals. Ze maakt zich hard voor interdisciplinaire samenwerking en in eerste plaats het voorschrijven van een gezondere leefstijl, met waar nodig medicatie ernaast. Als ik vraag naar haar laatste inzichten op dit gebied bekent ze meteen: "Hoe meer ik weet, hoe meer ik beseft dat ik veel niet weet. Er is nog veel te leren."

Waarom koos je na je afstuderen voor een ziekenhuisapothek?

Rinske: "Toen ik met de studie farmacie begon, wist ik dat ik in het ziekenhuis wilde werken. Vanwege bijzondere casuïstiek, de complexiteit, ingewikkelde logistieke processen en het werken in multidisciplinaire teams. Geen dag is hetzelfde en die dynamiek heb ik erg boeiend gevonden. Ik heb twaalf jaar in het Elisabeth-TweeSteden Ziekenhuis in Tilburg gewerkt en was inhoudelijk verantwoordelijk voor de afdeling logistiek en inkoop. In tegenstelling tot een openbaar apotheker heb je minder blijvend contact met patiënten, dat klopt. Maar dat menselijk contact werd ruimschoots gecompenseerd door het samenwerken met collega's en lesgeven. Lesgeven doe ik graag. Daarin lijk ik op mijn moeder."

Toch ben je dit jaar voor jezelf begonnen?

"Het was tijd voor iets nieuws. Op de achterkant van mijn visitekaartje staat: 'where pharma and prevention meet'. Op dat grensvlak ga ik me nu richten. Als apotheker ben je opgeleid in geneesmiddelenkennis, de distributie en het bereiden ervan. Een patiënt heeft een aandoening en krijgt doorgaans medicatie. Hoe meer ik van medicatie weet, hoe beter ik ook de

keerzijde leer kennen. Door toenemende kennis over voeding, (micro-)nutriënten en de interacties ervan met geneesmiddelen, begrijp ik ook steeds beter hoe bijwerkingen ontstaan en waar mogelijk verstandigere keuzes gemaakt kunnen worden. Met name bij chronische aandoeningen, met langdurig geneesmiddelgebruik, is dit relevant.

"Mét elkaar moeten we bekijken hoe we gedragsverandering aanpakken."

Veranderen van leefstijl en gedrag schijnt moeilijk te zijn?

"Dat is inderdaad een lastig onderdeel. Het kan alleen als er een intrinsieke motivatie bij de patiënt is. Je moet ze dus goed informeren en daarna de keuze geven. Het eerste congres van de Vereniging Arts en Leefstijl dat ik bijwoonde, vond plaats in



een klein zaaltje met een paar aanwezigen, tijdens het laatste congres zaten er honderden leden in de zaal. Met name artsen maar ook diëtisten, apothekers, fysiotherapeuten, tandartsen, psychologen en leefstijlcoaches. Mét elkaar moeten we bekijken hoe we gedragsverandering aanpakken. In ieder geval multidisciplinair met inbreng van ieders expertise. Vanwege het succes van de vorige editie, organiseert de werkgroep Voeding en Farma samen met PAOFarmacie eind september weer een nascholingsdag over geneesmiddelen en voeding. Daarin benadrukken we ook het belang van samenwerken."

Waar haal jij je kennis vandaan?

"Veel lezen, van collega's en ik heb o.a. een basiscursus Orthomoleculaire Geneeskunde gevolgd gericht op hoe je met gezonde leefstijl en goede voeding het lichaam kunt versterken. Zo nodig met de tijdelijke inzet van (voedings-)suppletie. Ik weet dat deze vorm van geneeskunde een geitenwolvensokken imago heeft maar het heeft mijn ogen geopend. Ik heb nog nooit zoveel fysiologie geleerd en wetenschappelijk onderbouwde feiten gehoord. Ik ben hierdoor zelfs de werking van bepaalde geneesmiddelen beter gaan begrijpen. Wanneer ik tijdens FTO's mijn kennis over medicatie, vitamines en mineralen deel, merk ik bijvoorbeeld dat artsen en apothekers niet altijd bekend zijn met de invloed die geneesmiddelen kunnen

hebben op micronutriënten levels. Voedingsleer zou naar mijn idee een belangrijker onderdeel moeten zijn in de studies geneeskunde en farmacie."

Je hebt de Nutritheker opgericht. Nieuwe functie?

"De Nutritheker is een kennisplatform. In het ziekenhuis hadden we vaak overleg tussen apotheker en diëtiste. Daar is de functie farmadiëtist gecreëerd. In het verlengde hiervan en met een knipoog, noem ik mezelf de Nutritheker. Een apotheker die kennis over voeding en farmacie bij elkaar brengt en vervolgens deelt door scholing op universiteiten en FTO's te organiseren en intervisies te begeleiden. Daarnaast ben ik gevraagd om een interactie-database op te zetten tussen (voedings-) supplementen en geneesmiddelen. Voorlopig ben ik volop bezig om me in te zetten voor mijn passie."

De recorder gaat uit. De zon schijnt volop, kikkers kwaken, vogels zingen en bladeren ruisen. We sluiten af met koffie en een aardbeientaartje. "Heb ik vanmorgen even bij de bakker gehaald. In dit verband misschien niet het meest verantwoorde tussendoortje", lacht Rinske. Misschien niet, maar toch. Ik merk hoe goed gastvrijheid smaakt. En aardbeien? Dat is toch gewoon fruit... 🍓