

Een APK'tje voor je lijf

Hoe is dat, om preventief door de medische molen te worden gehaald? En heeft dat nut? Redacteur Heleen Spanjaard werd uitgenodigd door *Prescan* en zocht het uit.

Eens even kijken, wat staat er voor vandaag op het programma? Ach natuurlijk, ik moet naar Duitsland voor een MRI-scan van hoofd tot en met bekken, een CT-scan van mijn hart, van mijn longen en een hartonderzoek. Zomaar een dag uit het leven van een redacteur? Geenszins. Het gaat in dit geval om een preventief onderzoek, aangeboden door *Prescan*. Dit bedrijf maakt zich zichtbaar in de pers doordat veel bekende Nederlanders - soms gratis, soms niet - een uitgebreide medische check-up laten doen. Een

Simon Keizer? Het aneurysma bij Anne Wil Blankers? Dat de Nederlandse gezondheidszorg alleen alles uit de kast trekt wanneer er sprake is van klachten, of bij een door genetische factoren verhoogd risico is begrijpelijk. Het is immers al moeilijk genoeg om onze gezondheidszorg betaalbaar te houden. Bijkomend probleem zijn de wachtlijsten die niet nog eens extra belast moeten worden door - in principe - gezonde mensen. Het nut van een preventieve check-up wordt bovendien betwijfeld. Het is niet *evidence based*, zoals dat heet. Ofwel: er is geen wetenschappelijk bewijs voor. Desondanks zijn er genoeg mensen die hier wel behoefte aan hebben. Omdat ze zeker willen weten dat er 'echt' niets aan de hand is, hoe tijdelijk of relatief die geruststelling ook is. Die zelf willen beslissen of ze door de medische molen gaan en niet afhankelijk willen zijn van een nee of ja van een arts. *Prescan* speelt in op die behoefte en werkt samen met

in mijn directe omgeving een paar leeftijdgenoten ernstig ziek werden. Sommige collega's vinden mijn beslissing dapper: "Dat zou ik niet durven hoor," hoor ik. "Stel je voor dat ze iets vinden!" "Dan hoop ik maar dat ze er op tijd bij zijn," werp ik tegen, "dan is er misschien nog iets aan te doen."

Stel dat...

Het onderzoek zal plaatsvinden in Duitsland, waar *Prescan* met verschillende ziekenhuizen samenwerkt. In mijn geval is dat het *Mathias-Spital*-ziekenhuis in Rheine, zo'n drie kwartier over de grens. Van tevoren heb ik een uitgebreide anamnese ingevuld waarin naar eventuele erfelijke factoren, mijn algemene gezondheid, leefstijl en medicijngebruik is gevraagd. Klachten heb ik, op een onwillige schouder na, niet. Wel heb ik een aangeboren hartruis en kampte ik een aantal jaren geleden met een extreem hoge bloeddruk, maar die is goed onder controle. Toch wil ik dol-

Er is bij *Prescan* geen verwijzing nodig en er is geen wachtlijst. Daar hangt, zoals dat heet, natuurlijk wel een prijskaartje aan

BN'er genereert immers publiciteit en een BN'er die door het oog van de naald kruipt helemáál. Wie kent niet het verhaal van Willeke van Ammelrooy bij wie door het *Prescan*-onderzoek eierstokkanker werd ontdekt? Of de (goedaardige) niertumor bij de vriendin van (Nick &

12 klinieken en met een totaal van 52 medisch specialisten. Er is geen verwijzing nodig en er is geen wachtlijst. Daar hangt, zoals dat heet, natuurlijk wel een prijskaartje aan, variërend van een paar honderd tot een paar duizend euro. Ook daarom hapte ik graag toe toen de mogelijkheid zich aandiende. Maar bovenal vind ik het een prettig idee om eens goed te worden onderzocht. Als vijftigplusser voel ik me kwetsbaar worden, niet in de laatste plaats omdat

graag weten hoe het met de bloedvaten in mijn hoofd is gesteld; ik heb me altijd zorgen gemaakt over de schade die die gevaarlijk hoge hypertensie mogelijk heeft aangericht. En zo stap ik op een mooie donderdagochtend met vriend Kees als ondersteuning ('Je weet nooit en als er iets Ergs is, wil ik niet alleen zijn.') in de auto en zet monter koers naar Duitsland. Hoewel, hij is monter, maar naarmate de grens dichterbij komt word ik steeds stiller en ►

de kronkel in mijn buik steeds groter. De afgelopen dagen begon het 'stel dat...' en 'wat als...' al behoorlijk te knagen, na het passeren van de grens word ik geheel in beslag genomen door de vraag 'begraven of cremeren?' Wat zal er straks worden gevonden? Een dichtge-slibde kransslagader? Ernstige slijtage? Een tumor? Een dreigend aneurysma? Kortom: Iets Heel Ergs? Aangekomen in het ziekenhuis word ik opgevangen door een gastvrouw die mij zal begeleiden en zo nodig zal vertalen, want mijn Duits is tamelijk belabberd. Eerste stop is bij dokter Sommerfeld, een vriendelijke radioloog die mijn anamnese nog eens doorneemt. Mijn programma, bevestigt hij, bestaat uit de

afkorting van *Magnetic Resonance Imaging*. Een half uur lang zal deze reuzen-magneet met behulp van weerkaatsende radiogolven signalen aan een computer doorgeven, die deze signalen vervolgens omzet in beelden. Zo word ik virtueel in dunne plakjes gesneden, waardoor mijn organen en bloedvaten ook in doorsnee voor de radioloog zichtbaar zijn. Liggend op de brancard klets ik nog wat met de gastvrouw als er in mijn linkerarm op eens een naald wordt geprikt. Hola, wat is dat? Dat is voor de contrastvloeistof, wordt mij uitgelegd, die nodig is om de bloedvaten in het hoofd en halsgebied zichtbaar te maken. Wonderlijk toch, hoe snel je in zo'n operatiehemd, ingesnoerd op een brancard, in een machteloze patiënt verandert. Op mijn hoofd wordt een koptelefoon met muziek gezet - 'Een MRI maakt de herrie van een bouwput.' - en in mijn hand wordt een paniekbelletje gestopt 'voor al je het niet

naar de ECG met fiets-inspanningstest van het cardioplusprogramma. Daar bak ik - onspontief als ik ben - zoals gewoonlijk weinig van. Tijdens het consult met de cardioloog wordt een echo-gegevens zijn verzameld en bekeken, wordt mij verteld dat alles dik in orde is. Op die inspanningstest na dan. "Wat meer sporten zou raadzaam zijn, Frau Spanjaard," zegt dokter Savova. "Das geht wahrscheinlich nicht kebeuren," antwoord ik in mijn steenkolen-Duits, waarop Dokter Savova is kennelijk

'Meer sporten zou raadzaam zijn,' zegt de dokter. 'Das geht waarschijnlijk nicht kebeuren,' antwoord ik in mijn steenkolen-Duits

MRI-scan, het 'cardio plus'-programma, en behalve een CT-scan van hart en longen, zal er aanvullend een aparte CT-scan van mijn longen worden gemaakt, omdat die op een standaardscan niet helemaal zichtbaar zijn. Met een ex-roker kun je blijkbaar niet voorzichtig genoeg zijn. Daarnaast zullen bloed, urine en ontlasting worden onderzocht. Totale kosten van mijn medische molen: ongeveer twaalfhonderd euro.

Rustig blijven, gewoon ademhalen

Kleedhokje in, kleren uit, gebloed ziekenhuishemdje aan en daar staat-ie dan: de beroemde MRI-scan. MRI is de

meer houdt.' En dan schuift de brancard de tunnel in. Ik ben niet claustrofobisch, maar van het idee om een half uur lang doodstil te moeten blijven liggen moet ik toch even slikken. Dan begint het. Alle-machtig, dit zijn wel drie bouwputten! De esoterische klanken van *Enya* komen er nauwelijks bovenuit. Rustig blijven. Als er maar niets gaat jeuken, want dan moet ik krabben en dan... Rustig blijven, gewoon blijven ademhalen. Af en toe krijg ik de opdracht: 'Inademen... adem vasthouden... en weer uitademen...' Zo ga ik van hoofd tot en met bekken door het apparaat. De CT-scans van hart en longen ervaar ik daarna als een eitje, die gaan tenminste snel. Even koffie en op

ook geen fanatieke sporter. Gelukkig zijn we het erover eens dat 'viel spa-zieren mit unsere Hund' ook heel gezond is. Vier uur duurt deze reis door mijn lichaam - aldus *Prescan* - en in de namiddag word ik voor het eindgesprek naar de kamer van de radioloog gedirigeerd. Het uur U!

Goede moment-opname

Gelukkig opent dokter Sommerfeld de deur met

de geruststellende mededeling dat er niets alarmerends is gevonden. Samen bekijken we de opnamen van de scans. Vreemd om jezelf zo van binnen te zien. Hersenen, hart, longen en kransslagaders zijn allemaal in orde. Ik heb de wervelkolom van een achttienjarige, vindt Sommerfeld, want nul slijtage. Wel zijn er in mijn nieren een paar onschuldige cystes gevonden en ook zit er één in mijn lever, maar die lever is verder mooi glad. Hoera, zeg ik dan als wijnliefhebber. Dat er in mijn baarmoeder twee myomen (vleesbomen) zitten is geen reden voor

ongerustheid, die verdwijnen door de overgang vanzelf. Eigenlijk is het enige wat opvalt een duidelijk vergrote milt, maar mijn bloedwaarden zijn niet afwijkend, dus is de kans dat er iets aan de hand is bijzonder klein, aldus de dokter. Over bloed gesproken, dat laat wel een licht verhoogd glucosebeeld zien.

op kweek is gezet. Wel vraag ik, omdat ik niet goed uit de voeten kan met zinnen als *Kein Anhalt für eine signifikante stenosierende koronare Herzkrankheit*, een Nederlandse vertaling van het eindrapport aan. En dan gaan Kees en ik naar het ziekenhuisrestaurant om taart te eten, want dit moet gevierd worden.

Er zit een onschuldige cyste in mijn lever, maar verder is die mooi glad. Hoera, zeg ik dan als wijnliefhebber

Oppassen voor diabetes dus. Al met al een uitslag om blij mee te zijn. Het is wellicht verstandig om in Nederland die bloedwaarden nog eens te laten checken en om bij de gynaecoloog naar die myomen te laten kijken, krijg ik als advies mee, evenals de map met het eindrapport en de cd-rom van de scans. De definitieve uitslag van het laboratoriumonderzoek zal na twee weken worden thuisgestuurd omdat een en ander

"Fijn hè," zegt Kees. Ik knik. Gek, ik durf nog niet zo goed blij te zijn. "Maar dit is wel een momentopname hoor," relativeer ik. "En ik moet wel weer wat kilo's gaan afvallen, want er dreigt misschien diabetes omdat er een licht verhoogde glucose en..." "Neem alsjeblieft een hap taart," zegt Kees.

Kijk voor alle informatie en prijzen op www.prescan.nl

HET TEGENGELUID

Hoe verstandig is het eigenlijk om zo'n preventieve scan te laten maken? Veel medici zijn niet onverdeeld gelukkig met preventief onderzoek, zoals de drie medisch specialisten die ik heb gesproken: een internist-oncoloog, een radiotherapeut-oncoloog en een longspecialist. Zij zijn alle drie dezelfde mening toegedaan. "Waarom zou je je, als je geen klachten hebt en je gezond voelt, voor veel geld door de medische molen laten halen?" Afgezien van bepaalde erfelijke risicofactoren is preventief - en dus gericht - screenen volgens deze medici alleen zinvol bij aandoeningen als borst- en darmkanker, en zelfs die winst houdt niet over. Dat er bij zo'n preventieve scan weleens iets ernstigs in een nog behandelbaar stadium wordt ontdekt is logisch, maar het gaat dan om een zeer klein percentage. Veel ontdekte 'afwijkingen' hoeven bovendien niets te betekenen, maar vragen toch om vervolgonderzoek. Dat brengt extra

stress en onzekerheid met zich mee. In ziekenhuizen is merkbaar dat het aantal consulten bij medisch specialisten flink is gestegen door 'prescan'-onderzoeken. In de meeste gevallen is er niets aan de hand en is het resultaat alleen een extra bezoek, extra onderzoek - met nog meer stralingbelasting - en dus extra kosten. Wat men zich ook vaak niet realiseert is dat niet alles zichtbaar is op een scan. Het gevolg is schijnveiligheid, met het risico dat de patiënt te laat met klachten naar een arts gaat, want: 'Ik ben toch gezond verklaard?' Tot slot: ook de *Inspectie voor Volksgezondheid* maakt zich om bovengenoemde redenen zorgen over de toenemende populariteit van preventieve medische onderzoeken. Of de Nederlandse wetgeving op preventieve screening wel of niet moet worden versoepeld wordt onderzocht door een projectgroep op initiatief van het *Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport*.