

## Tilburg University

### Na het zomerreces

van de Goor, L.A.M.

*Publication date:*  
2013

*Document Version*  
Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link to publication in Tilburg University Research Portal](#)

*Citation for published version (APA):*  
van de Goor, L. A. M. (null). (2013). Na het zomerreces: Meer oog voor wat de omgeving doet met onze gezondheid.

#### General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

#### Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.



## Na het zomerreces: meer oog voor wat de omgeving doet met onze gezondheid?

3 september 2013


len van de Goor, bestuurslid van de NPHF en bijz. hoogleraar Effectiviteit Individuele Preventie

Thomas Ploch had het over de zomer als periode van rust en bezinning. Herkenbaar. Maar de zomer is ook: even iets anders. Dat merk ik nu vakanties ten einde lopen. "En..hoe was je vakantie, waar ben je geweest?" klinkt het en dan volgen enthousiaste verhalen over een meer of minder ver land. Een andere omgeving, andere bezigheden, dat inspireert blijkbaar.

Deze zomer veranderde toevallig mijn werkomgeving. Tranzo verhuisde twee verdiepingen naar beneden. Niet dramatisch anders, wel mooier en met één wezenlijk verschil. Waren we eerder gehuisvest op de vijfde en zesde verdieping, nu is dat op de derde en vierde etage. De dagelijkse lift werd dus de dagelijkse trap! En niet alleen ikzelf ook mijn collega's nemen nu vaker de trap. Terwijl dat daarvoor eigenlijk 'not done' was. Want tja, om je dag hijgend te beginnen na 100 traptreden is inderdaad ook niet alles. Maar deze kleine verandering in onze werkomgeving brengt mij en mijn collega's structureel meer in beweging. En is dat nu niet precies waar het in de Public Health over moet gaan? Wat die dagelijkse omgeving doet met onze gezondheid. Vroeger was die relatie "kraakhelder": de hygiënisten gingen de ziekmakers uit de omgeving met succes te lijf. Riolering, schoon drinkwater, schone lucht, het verbeteren van woningen, arbeidsomstandigheden. De stille successen van preventie. Het leverde ons in de vorige eeuw een flink hogere levensverwachting op. En méér welvaart. Want gezondheid en welvaart gaan hand in hand, voor individu én maatschappij.

Hoe zit dat tegenwoordig eigenlijk? Speelt de omgeving nog een rol bij de huidige bedreigingen van onze volksgezondheid? Toename van diabetes, hartvaatziekten, COPD wordt in hoge mate beïnvloed door leefstijl. Maar dan gaat het om individuele keuzes, toch? Onze leefstijl, wat je eet en drinkt, dat bepaal je immers zelf? Neem overgewicht. De "individuele keuze" benadering reduceert het ontstaan ervan tot een verleidelijke eenvoud. Ben je te dik, dan kies je er blijkbaar individueel en bewust voor om te veel (te calorierijk) te eten en te weinig te bewegen. Maar hoe individueel is die keuze als de helft van alle volwassenen in Nederland te zwaar is? We leven in een toenemend 'obesogene omgeving' waar we overspoeld worden met goedkoop, calorierijk (zoet, zout en vet) eten en drinken en waar stilzitten of stilstaan (in de lift!) de norm is. Dus ja, wij kiezen wel allemaal zelf, maar nee, het zijn geen individueel bepaalde bewuste keuzes. Het is vooral onze omgeving die bepaalt wat wij kiezen, wat we eten en drinken en of en hoe wij bewegen. De omgeving doet er dus wel degelijk nog toe in de volksgezondheid. En de Public Health heeft die daar nog oog voor?

Na enkele jaren bungelen, lijkt "preventie" –getuige het springlevende NPP- van een wisse dood te zijn gered. Preventie leeft weer! Dat is winst. Tenminste, als we preventie niet alléén als onderdeel van de zorg gaan zien. Zorg gaat over individuele risico's en ziektes.



En zeker, verbinding tussen preventie en zorg kan een uitstekend middel zijn om hoogrisicogroepen beter te bereiken, ze te motiveren en te begeleiden naar een gezondere leefstijl. Maar preventie mag alleen daarom niet ingelijfd worden bij de zorg, die zich per definitie op het individu richt. Public Health en preventie moeten actief blijven zoeken naar manieren om ons allen te behoeden voor ziekmakende factoren in onze omgeving. Juist als het gaat over leefstijl en onze dagelijkse omgeving! Want daar ligt de valkuil van de 'individuele keuze' benadering op de loer.

De aanpak van roken laat zien dat het kan. Pak overgewicht ook zo aan. Met een lange termijn aanpak en een combinatie van effectieve wet- en regelgeving, voorlichting en individueel gerichte interventies waar nodig. Niet alleen dweilen, ook de kraan dicht draaien!