

# Ziekte en (on)geluk: het (medisch) psychologisch perspectief

NIP jaarcongres 2023 Bruto nationaal (on)geluk- Evluon Eindhoven, 9 juni 2023

Prof. dr. Rudolf Ponds, klinisch neuropsycholoog,  
hoogleraar/afdelingshoofd Medische Psychologie Amsterdam UMC





DE MEESTE PATIENTEN ZIJN GELUKKIG

Mensen  $\neq$  'slecht'

ziek  $\neq$  'ongelukkig'



## Eigen 'casuïstiek'

“waarom is opoe toch zo blij”





## Eigen 'casuïstiek'

zo veel aandoeningen en pillen en toch tevreden?

MAAS-studie (promovendus)





## Eigen 'casuïstiek'

appje van mijn oudste zus afgelopen week ....  
(..citeer met toestemming ...)



### ***Nichtjesdag in Doorn.***

*Wat info: Axx (bijna 68) gaat in september met pensioen.*

*Txx is goed hersteld na de CVA in febr. dit jaar; is wel kwetsbaarder geworden maar is in doen en laten niet veranderd. Gxx is een goede mantelzorger ondanks het moeizame lopen.*

*Axx is door het oog van de naald gekropen: gereanimeerd na een hartstilstand. Bleek ook een aneurysma te hebben én een lekkende hartklep; beide succesvol geopereerd. Glaucoom van Sxx is stabiel, ze maken samen mooie reizen.*

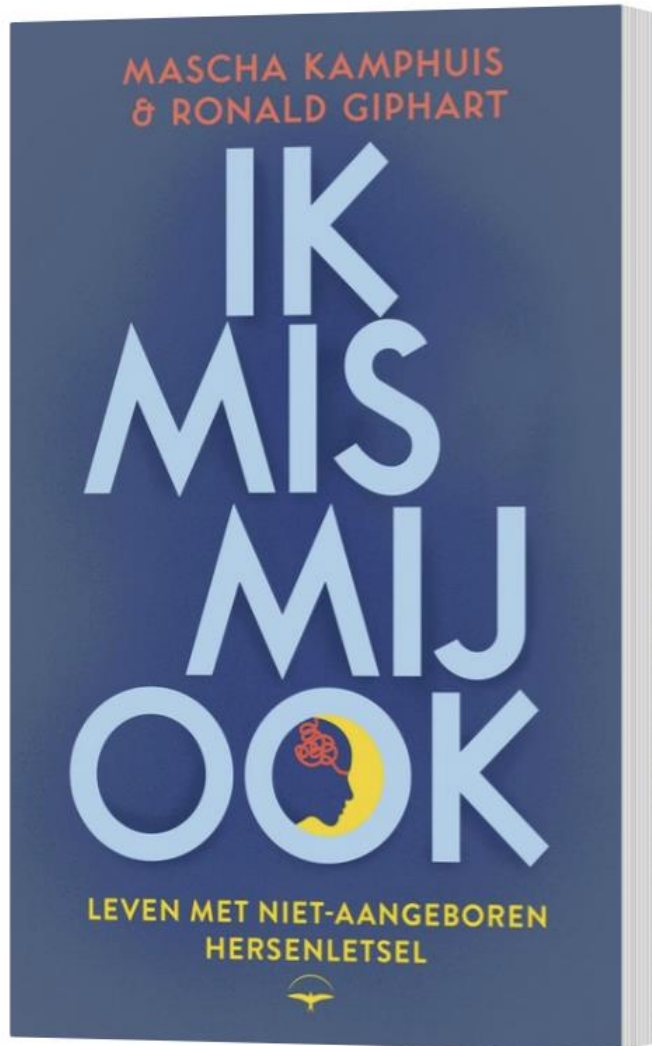
*Cxx heeft longkanker, ws uitzaaiing van de blaaskanker. Hij laat er niets aan doen en kan er vlgs de artsen een aantal jaren mee leven.*

*Volgend jaar bij ons: de 30e keer.*

*Hartelijke groet van iedereen.*



## Recent in het nieuws ....



(VK, 23-05-2023)

K&J arts, ook actief beroepsvereniging/branche  
'goudhaantje', 'overperformer', rijk sociaal leven

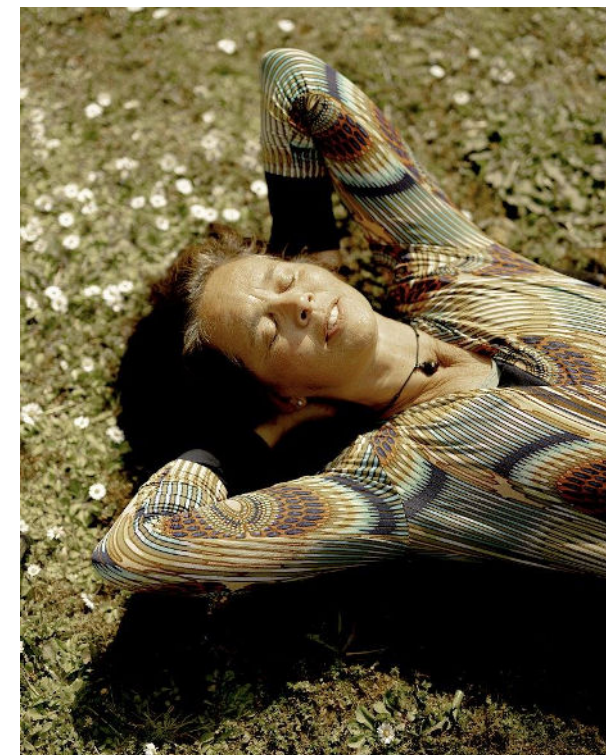
2021: hersentumor (goedaardig) verwijderd, pa overlijdt kort daarna  
**Prognose:** mogelijk wat taal/spraakproblemen

### **Realiteit:**

- traag spreken, dysarthrie
- emotioneel 'labiel' (snel huilen, lachen)
- onzeker lopen, stok
- stemmingswisselingen
- vermoeidheid
- snel overprikkeld

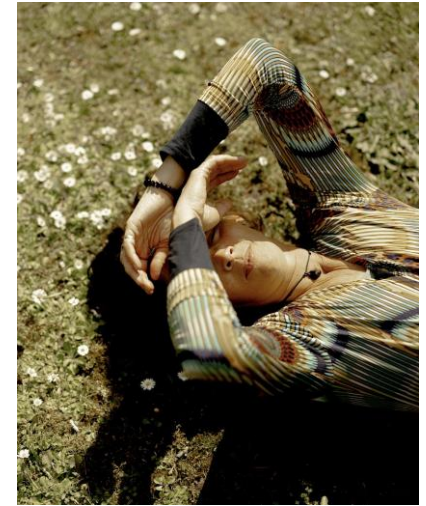
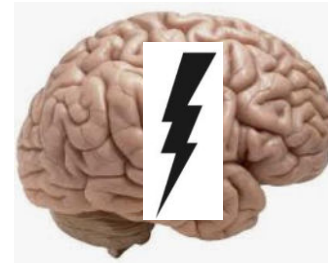
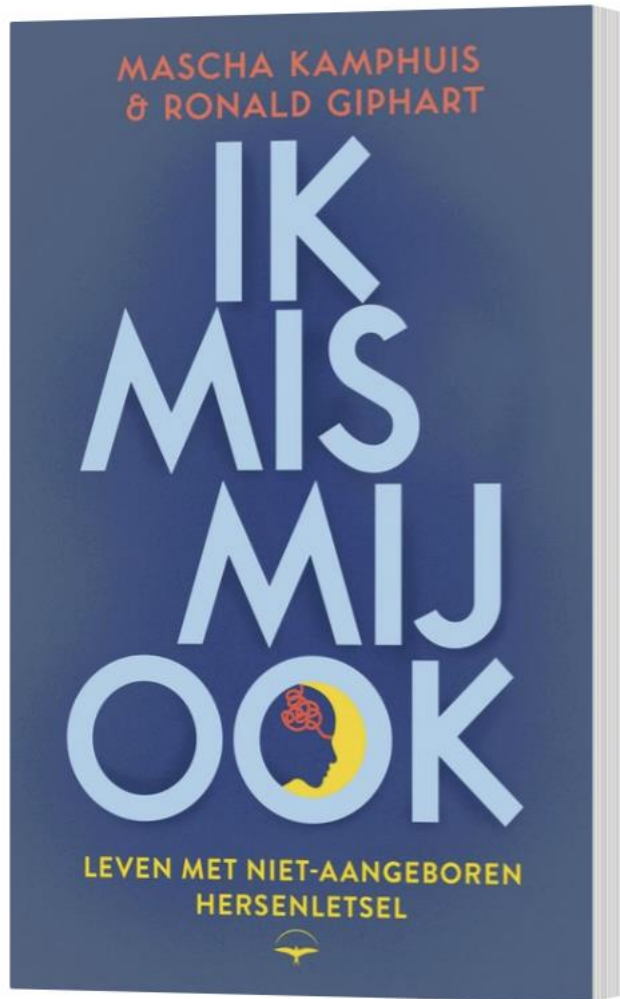
**Als ik dit zou zijn dan .....? (daar kom ik wel/niet uit)**

Recent in het nieuws ....



Laatste vraag daarom: hoe vond ze het om haar eigen verhaal terug te lezen, opgetekend door Ronald Giphart? 'Mooi. Bijzonder. Ergens ook wel gek dat het over mij gaat. Ik kan nog steeds niet geloven dat ik het ben die deze bak ellende meemaakt. Hoe kan het dat ik hier nog zit? Dat ik nog kan lachen? Ik kan oprecht genieten van de kleinste dingen. Dat vind ik echt de kracht van de mens.'

## Recent in het nieuws ....



... genieten van die kleine dingen, het is allemaal waar. Maar ik mis mijn werk, de verschillende rollen die ik vervulde, en ook gewoon de lol die ik erin had, de mensen die ik allemaal sprak. Ik ben meer alleen nu. Leuke dingen doen met mijn gezin is veel moeilijker geworden. Ik kan niet meer hardlopen, geen reizen meer maken, niet meer wandelen in de bergen met mijn man, ik kan mijn zoon niet meer met zijn wiskunde helpen. Nu bakken we cakejes samen. Je vindt heus wel alternatieven, maar het is niet meer hoe het was.' In tranen: 'Ik mis het gewoon.'





## Recent in het nieuws ....

### Netta Hermanns uit Sittard wordt 107 jaar en nu oudste Limburgse

OUDESTE LIMBURGSE (107)



“nooit ziek”

(wel recent gevallen na aanval door een parkiet! → rollator)

*Het geheim (zoon) .....*

- veel relaties/vriendschappen
- optimistisch, altijd tevreden
- elke avond gymnastiek op bed
- ‘opstaan en weer doorgaan’ bij tegenslag  
(niet klagen, maar dragen generatie)



Recent in het nieuws ....

# Geluksprofessor met pech

**Geluk en gezondheid gaan hand in hand. Het een kan niet zonder het ander. Of zit het toch iets anders? Ruut Veenhoven doet wereldwijd**



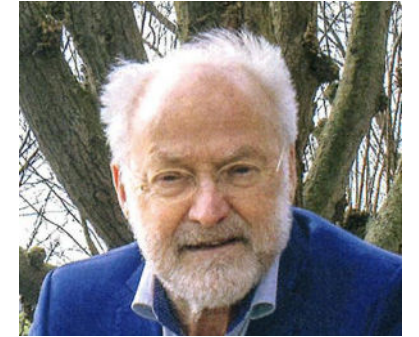
Hematon Magazine, 2022

Ruut van Veenhoven



## Recent in het nieuws ....

Ziekte van Kahler (kanker plasmacellen beenmerg - botpijn, bloedingen, Vermoeidheid, infecties), geen curatie



“mijn leven geef ik nog steeds een 8, net als de meeste andere Nederlanders”

(kan nog werken, autonomie, doe wel minder sociale dingen)

eigen keuzes kunnen maken, ontplooiing en relaties zijn vooral bepalend voor geluk

einde leven, zieke ouderen: nog steeds een 7



## De grote getallen van CBS ....

Hoe gelukkig bent u? (rapportcijfer)

‘gevoel’

Hoe tevreden bent u met het leven dat u leidt? (rapportcijfer)

‘rationaliteit’

1

2

3

4

5

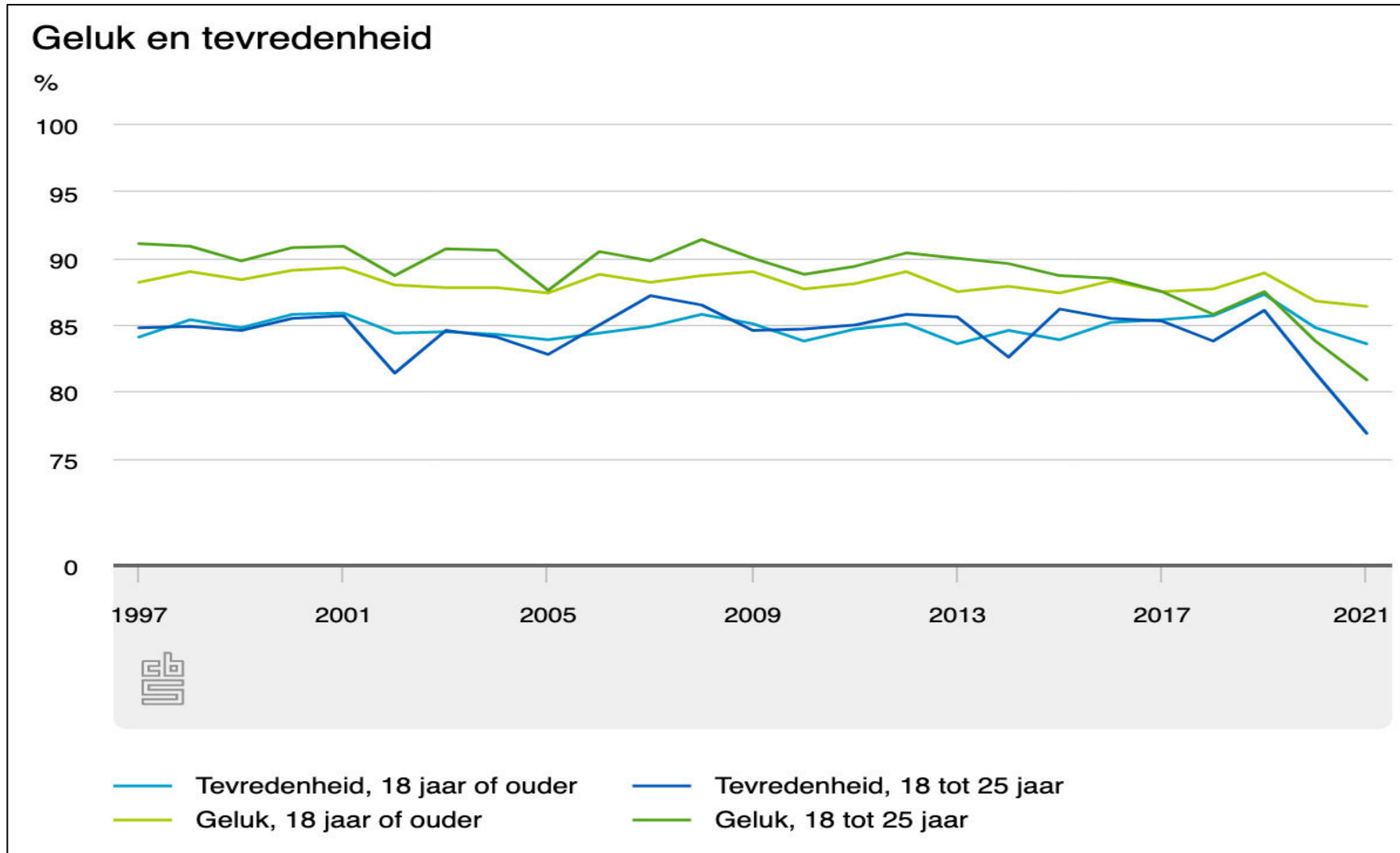
6

7

8

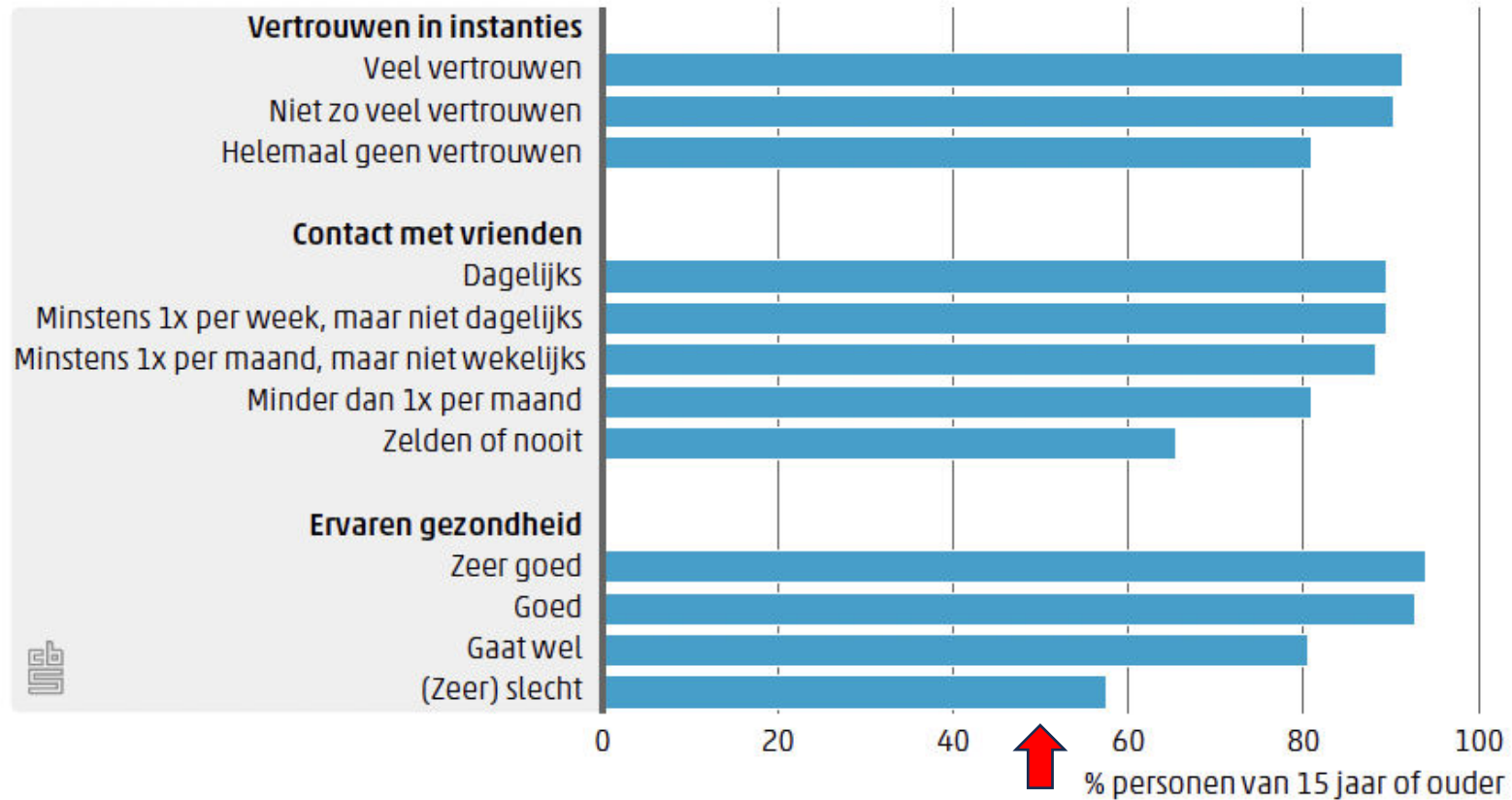
9

10





## 2.1 Gelukkigen naar vertrouwen, contact met vrienden en gezondheid



CBS, 2016

Verder:

Geen effect lft, m/v

Beetje effect opleiding  
(hoog, meer gelukkigen)

Migratie-achtergrond  
(niet-Ned. 80% gelukkig,  
Ned. 90%)

LET OP: ervaren gezondheid



## Verkorte Big Five (3 vragen per schaal)

### *Altruïsme*

- Ik zie mijzelf als iemand die soms grof tegen anderen is\**
- Ik zie mijzelf als iemand die vergevingsgezind is*
- Ik zie mijzelf als iemand die attent en aardig is voor bijna iedereen*

### *Openheid*

- Ik zie mijzelf als iemand die origineel is, met nieuwe ideeën komt*
- Ik zie mijzelf als iemand die waarde hecht aan kunstzinnige ervaringen*
- Ik zie mijzelf als iemand die een levendige fantasie heeft*

### *Consciëntieusheid*

- Ik zie mijzelf als iemand die grondig te werk gaat*
- Ik zie mijzelf als iemand die geneigd is lui te zijn\**
- Ik zie mijzelf als iemand die dingen efficiënt doet*

### *Extraversie*

- Ik zie mijzelf als iemand die spraakzaam is*
- Ik zie mijzelf als iemand die hartelijk, een gezelschapsmens is*
- Ik zie mijzelf als iemand die terughoudend is\**

### *Neuroticisme*

- Ik zie mijzelf als iemand die gemakkelijk zenuwachtig wordt*
- Ik zie mijzelf als iemand die zich veel zorgen maakt*
- Ik zie mijzelf als iemand die ontspannen is, goed met stress kan omgaan\**

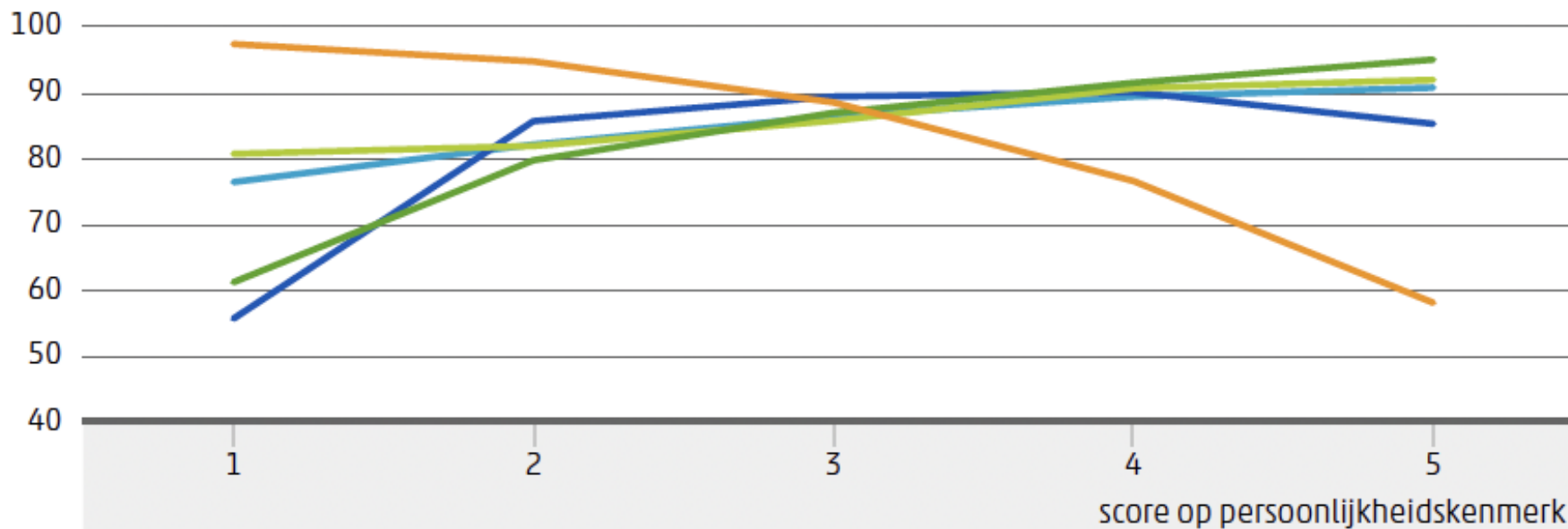


## 2.2 Gelukkigigen naar persoonlijkheidskenmerken

CBS, 2016

Verkorte Big Five

% personen van 15 jaar of ouder



- Altruïsme
- Openheid
- Consciëntieusheid
- Extraversie
- Neuroticisme





## Geluk en gezondheid/ziekte

“zolang ik maar gezond blijf” / “als je maar gezond blijft” (vaak i.v.t. geld/rijkdom)

Gezondheid wordt door de meeste mensen wordt als cruciaal gezien voor geluk, maar klopt dit ook?

### Onderzoek

- conceptueel en meet-technisch een mijnenveld
- richting van de relatie: (on)geluk ↔ (on)gezondheid
- naar interventies? (geluk ↑ - gezondheid. ↑)





## Complexe relaties .... (Step toe, 2019)

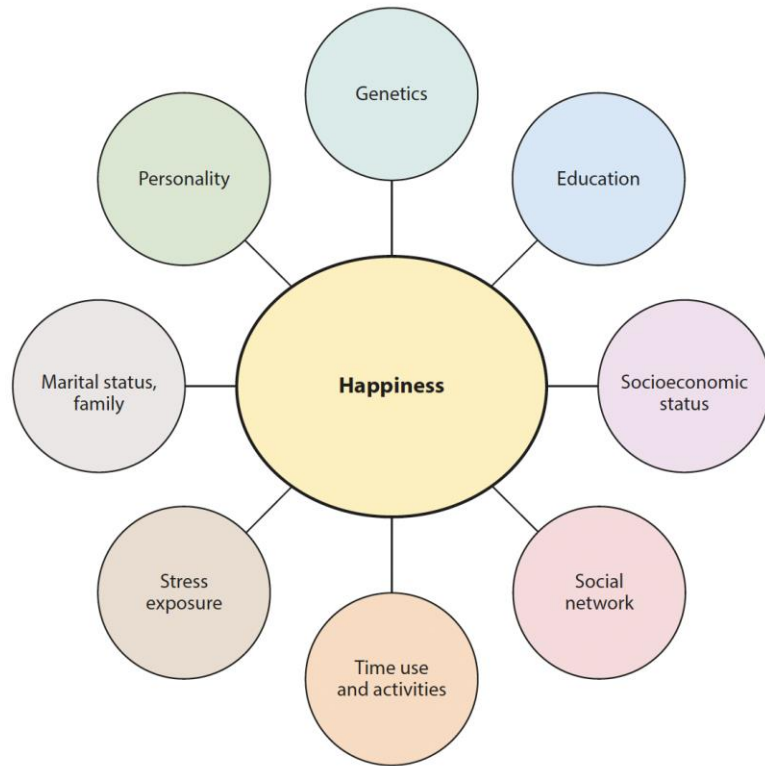


Figure 1

Summary of factors contributing to happiness.

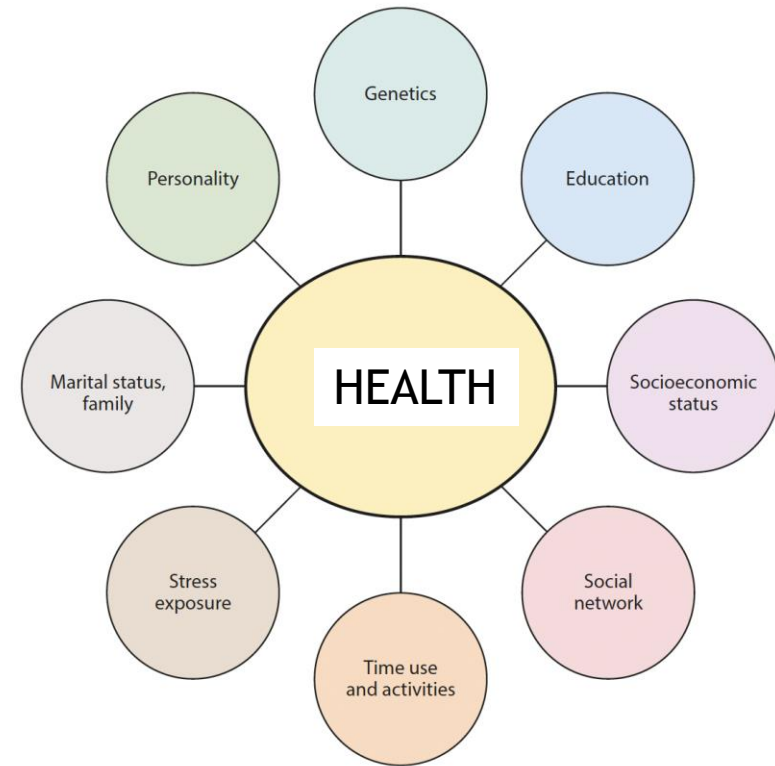


Figure 1

Summary of factors contributing to happiness.

‘Spurieuze’ verbanden: geluk correleert met gezondheid omdat beide hoog correleren met SES, etc (‘echte oorzaak’)



## Gelukkig zijn → overlijden en gezondheid/ziekte

(NB: Geluk is niet hetzelfde als afwezigheid depressie - relatie depressie gezondheid is robust)

### Protectieve rol geluk/interventies

Meta-analyse 2017 (Martin-Maria cs): geluk en kans op overlijden.

- 62 studies, algemene populatie (1.250.000 personen), 52% FU van > 10 jaar
- pooled hazard ratio: **0.92** voor gelukkige mensen (versus minder gelukkige mensen)

Geluk en kans op ziekte:

- 'mixed results'
- lagere kans hartinfarct, CVA, diabetes, hoge bloeddruk, dementie/MCI...
- langer iADL en ADL onafhankelijkheid (alg)

Stephoe, 2019



## Waarom relatie geluk en gezondheid/ziekte

Gedrag: geluk leidt tot gezonder gedrag (mediator)  
... meer bewegen, eten, alcohol/drugs, preventie etc.

Biologie: vooral gezonde cortisol-respons (niet te hoog, snel dalen)  
minder ontstekingen

## Interventies geluk en gezondheid/ziekte

Direct: Positive Psychology Interventions (PPIs): mindfulness, positieve PT, “in je kracht” interventies, etc.

Indirect: sociale activiteiten versterking, fysieke training etc.

Nog heel weinig lange termijn studies, wel veel directe korte termijn effecten op geluk (maar niet gezondheid)

Voor nu: suggestie ‘nastreven van geluk’ voordeliger is voor gezond leven/voorkomen ziekte geheel ongegrond



Stephoe, 2019



Ziekte → gelukkig zijn

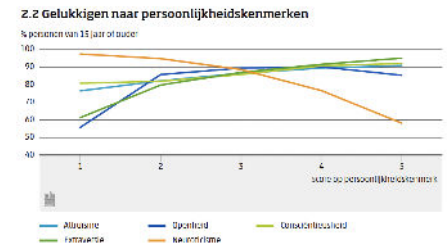
“... het is belangrijker is om te weten wie de persoon is die een ziekte heeft, dan te weten wat voor ziekte deze persoon heeft ...”





## Ongezonder zijn/ziekte → gelukkig zijn

- Diagnose, ziekte heeft uiteraard (ktn) impact op geluksgevoel, maar meeste patiënten ‘veren terug’ na herstel/in de chronische fase (ook bij ernstige aandoeningen)
- Patiënten die niet terugveren: interventies medische psychologie
- Veerkracht (van Harmelen, DP, okt 22):
  - Complex dynamisch proces van positieve adaptie aan stress met als ‘bouwstenen’ individuele neurobiologische en persoonskenmerken (cognitief flexibel, emotionele controle, etc) en sociale (gezin, sociaal netwerk) en culturele aspecten (normen en waarden).
  - culturele aspecten
  - Geen direct meetbare eigenschap, meer emergent als reactie bij/na stress (waarbij ook persoonlijke verschillen)
  - Jeugdervaringen/trauma's, cq aanhoudende blootstelling aan stress belangrijk.
- ‘Response shift’





Ziekte → gelukkig zijn

Proces van ziek worden: Wat? Beloop? Genezing? Toekomst?

‘Bumpy ride’ met wisselende mate van (ervaren) controle voor patient

1. Realistische controle (invoegen, de meesten)
2. Neurotische controle (beheersing, vaak al premorbide kenmerk)
3. Fatalistische controle (verlies, ook vaak al premorbide aanwezig)
4. Illusoire controle (overschatting)



Heuvel et al. 2020



RESEARCH



## Intensity of mental health treatment of cancer-related psychopathology: the predictive role of Early Maladaptive Schemas

Irene H. de Vlaming<sup>1,2</sup> · Melanie P. J. Schellekens<sup>1,3</sup> · Marije L. van der Lee<sup>1,3</sup>

Table 1 Organization of the 16 EMSs in four domains

Domains Schema	A. Disconnection and rejection	B. Impaired autonomy and performance	C. Excessive responsibility and standards	D. Impaired limits
1	Emotional Deprivation	Dependence	Self-sacrifice	Entitlement
2	Social isolation/alienation	Failure	Unrelenting standards	Insufficient Self-control
3	Emotional inhibition	Sugjugation		
4	Defectiveness	Abandonment/instability		
5	Mistrust	Enmeshment		
6		Vulnerability to harm and illness		

Onverbonden en afwijzing

Verzwakte autonomie

Hoge verantw./stand. Verzwakte grensen

Kanker:  
minderheid depressie, angst, PTSS

EMS: relatie jeugdtrauma, stress

Prospectieve cohort studie (HDI)

EMS vaker intensieve  
behandeling

vaker switch van ‘basis’  
naar intensieve behandeling

duur behandeling langer

Idem: andere ziektebeelden?





## **A change of perspective?**

### **An explorative study on why patients may not subjectively report cognitive impairments after a cardiac arrest**

Pauline van Gils<sup>1,2,3</sup>, Caroline van Heugten<sup>1,3,4</sup>, Simone Sep<sup>5,6,7</sup>, Véronique Moulaert<sup>8</sup>, Jeannette Hofmeijer<sup>2,9</sup>, Jeanine Verbunt<sup>5,6,7</sup>



## Response-shift

Het verschuivende  
evaluatiekader na  
ziekte (acuut, chronisch)

Hartstilstand: 50% cognitieve stoornissen, maar relatief weinig cognitieve klachten - gebrek ziekteinzicht?

Neen, ook partners rapporteerden weinig cognitieve problemen bij partner

Positieve impact “tweede kans” overschaduwde impact cognitieve problemen (worden betrekkelijk en niet/minder gesignaleerd/gewaardeerd)

Algemeen: *gegeven de gevolgen van ziekte X ben ik toch nog wat blij met ....*

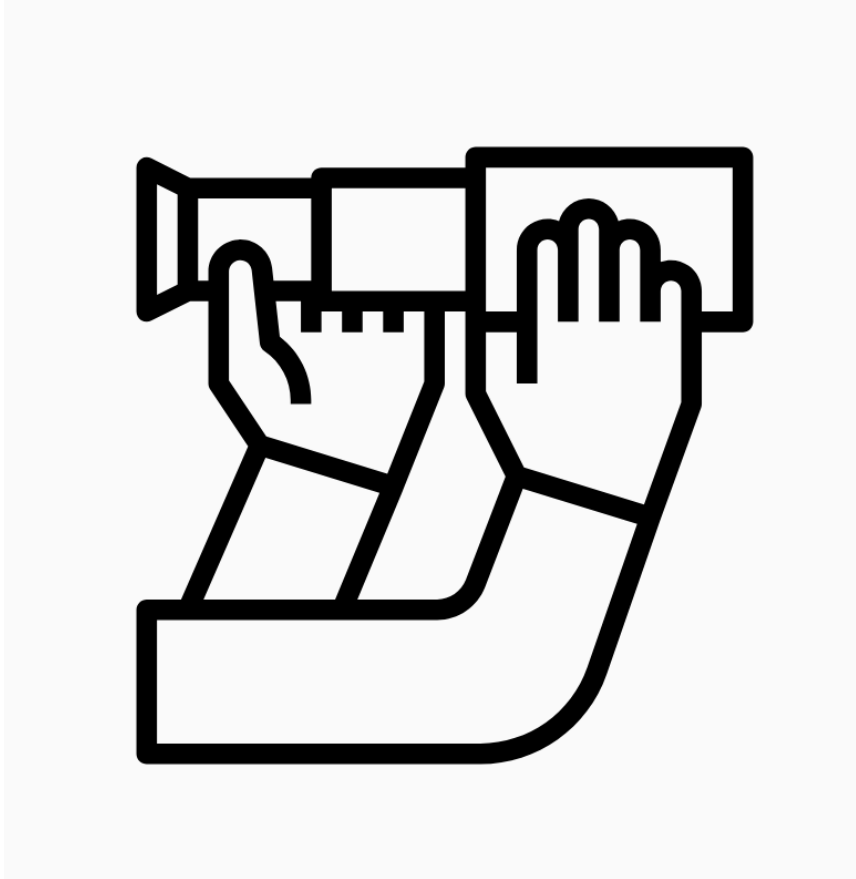


Federatie  
Medisch  
Specialisten

Visiedocument

# Medisch Specialist 2025

*ambitie, vertrouwen, samenwerken*





**Gezondheid:** het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven

#### Dagelijks functioneren

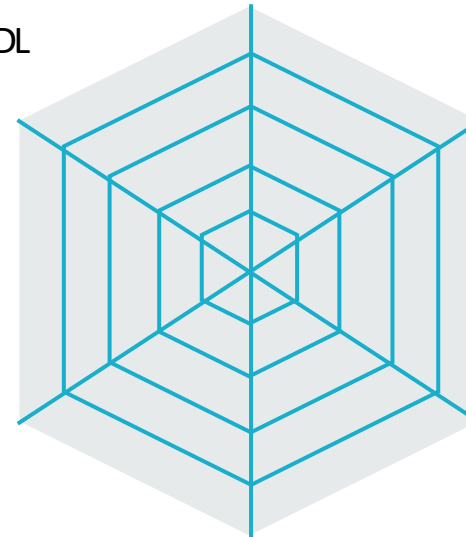
- Basis ADL
- Instrumentele ADL
- Werkvermogen
- Health literacy

#### Sociaal-maatschappelijk participeren

- Sociale communicatieve vaardigheden
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

#### Lichaamsfuncties

- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie



#### Kwaliteit van leven

- Kwaliteit van leven/welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust
- Balans

#### Mentaal welbevinden

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben/manageability
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, resilience, SOC

#### Spirituele/existentiele dimensie

- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



# ALGEMENE MAATSCHAPPELIJKE TRENDS EN VERWACHTE ONTWIKKELING VAN DE ZORG IN 2040

knmg

Voorop voor dokter en zorg

NIEUWE SPELERS MET ANDERE WAARDEN

VAN ZORG NAAR KWALITEIT VAN LEVEN

AFNEMEND VERTROUWEN IN AUTORITEIT

MEDISCHE MOGELIJKHEDEN NEMEN TOE

RISICOFACTOEGESTUURDE VRAAG

1,3 MILJOEN DIGIBETEN  
2,5 MILJOEN LAAG-GELETTERDEN

GRÖTERE INKOMENS ONGELIJKHEID

WELVAART NEEFT TOE

DRIK OP BETAALBAARHEID EN TOEGANKELIJKHEID VAN DE ZORG

Z<sup>1</sup>/<sub>5</sub> VAN DE ARTSEN WERKT BUITEN HET ZIEKENHUIS

FEMINISERING VAN DE ZORG

ARTS ZIJN: ROEPING OF BERDEP

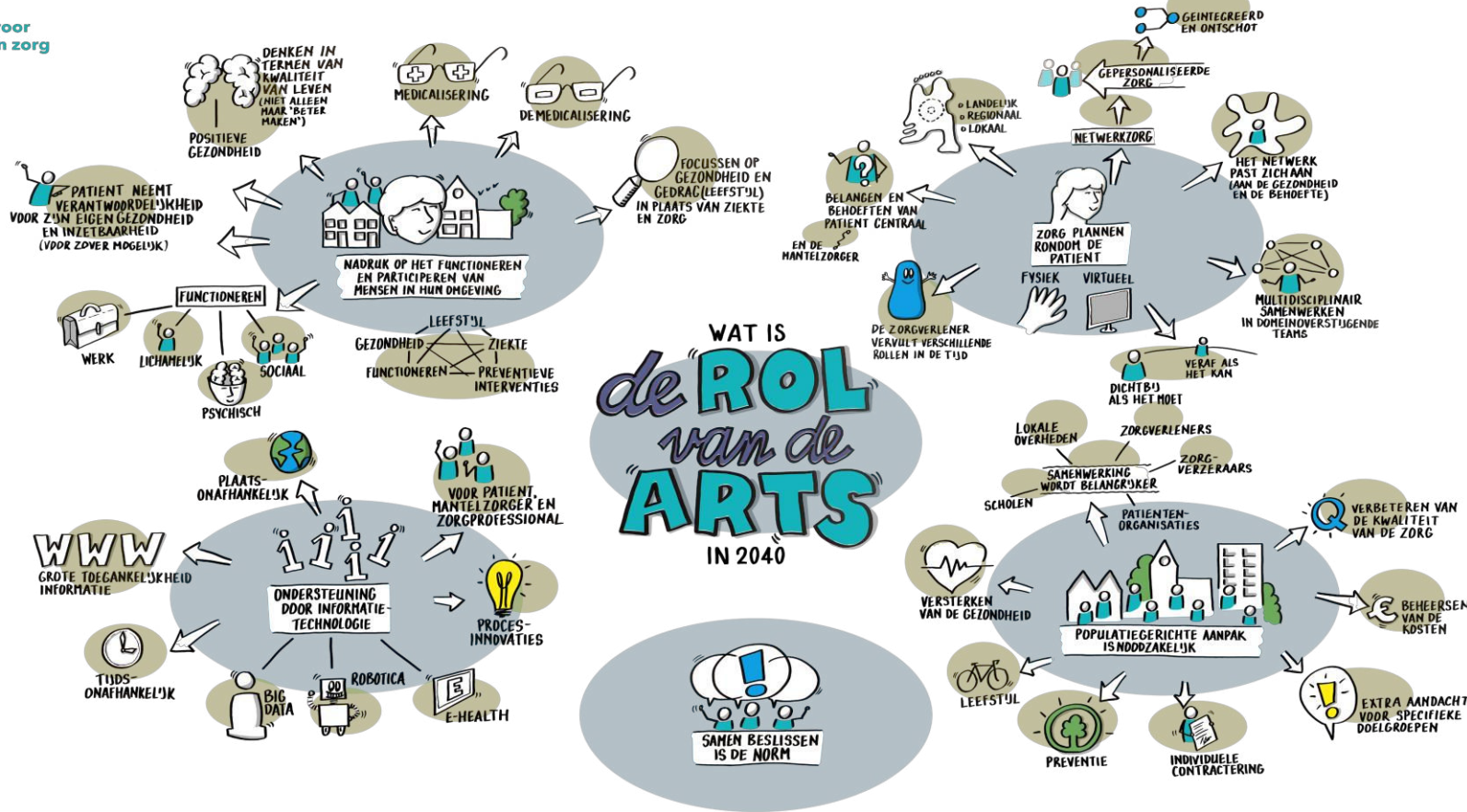
DUURZAAMHEID

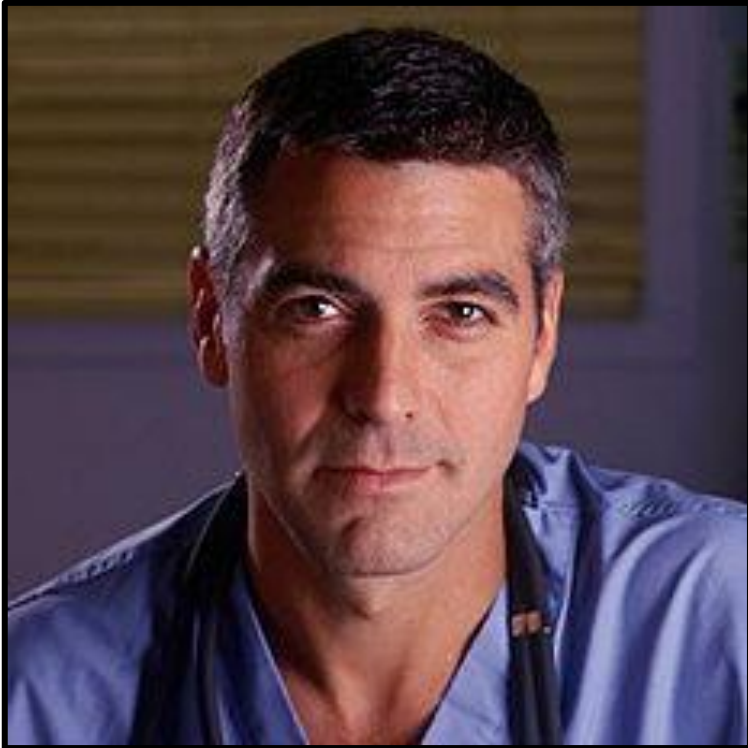
KLIAMAAT

UITKOMSTGESTUURDE VRAAG

PERSONEELSTEKORTEN

MIGRATIE





DANK

