

# Dokter Google weet raad



foto Bram Petraeus

## Bij een kwaaltje eerst dokter Google raadplegen. Bijna de helft van de Nederlanders kruipt zelf achter de computer en belt daarna een dokter. Helpen die medische sites of maken ze juist bang?

DANA PLOEGER

Van de week zag ze ineens een klein, donker vlekje op haar huid na een dagje zonnen. Ze dook direct achter haar laptop. Om plaatjes van huidkanker te vergelijken met haar eigen plekje. "Het leek niets bijzonders", vertelt Bianca Rekveld (40) uit Hoogland. Ze is verpleegkundige, moeder van twee kinderen en twee stiefkinderen en volgt Twitter, Facebook, LinkedIn, Instagram en diverse gezondheidswebsites. "Toch ben ik niet 'cyberchondrisch'; ik denk niet bij alles direct aan het ergste. Vooral kleine kwaaltjes googel ik." Bijvoorbeeld toen ze vier jaar geleden ontdekte dat haar dochter bijzonder veel plaste - enkele liters per nacht. "Dat vond ik vreemd en ik googelde gelijk 'nachtplassen'. Het kon diabetes zijn of door een stofje komen dat je hypofyse niet meer aanmaakt. Prima te verhelpen met een simpele neusspray. Gerustgesteld ging ik naar bed."

De plasklachten bleven aanhouden en de huisarts verwees naar de plas- en poeppoli in het ziekenhuis. Vele medische onderzoeken volgden en na een zoveelste mri-scan bleek haar dochter een uitzonderlijke hypofysetumor te hebben. "In de periode voor de diagnose keek ik niet zoveel op internet; niemand wist nog wat het

was. Maar toen ik eenmaal de kreet hersentumor hoorde, dook ik online overal in. Chemo, bestralen, opereren, haaruitval, hippe petjes, alles wat ik maar kon vinden. Mijn omgeving riep steeds: 'ga nou niet googelen, daar wordt niemand beter van'. Dit was het enige dat ik kon doen om nog een beetje controle te houden; verder was ik compleet machteloos."

Bianca is geen uitzondering: 83 procent van de Nederlanders zoekt medische informatie op internet, het merendeel is vrouw. Iets minder dan de helft (42 procent) van deze groep googelt eerst en gaat dan naar een huisarts of medisch specialist, blijkt uit onderzoek van de Radboud Universiteit (2013).

Dat ontdekte ook de Haagse huisarts Hedwig Vos toen zij vorig jaar het googlegedrag van haar patiënten onderzocht. "Zeker driekwart van mijn patiënten zoekt hun klacht op internet op voordat ze mij spreken. Ik vind dat heel goed. Zeker als mensen op betrouwbare websites kijken, leidt dat in de spreekkamer tot een prima gesprek en vlotte diagnose. Vaak vraag ik er actief naar. 'Heeft u al op internet gekeken wat u zou kunnen hebben?' Wanneer patiënten meer medische kennis meebrengen, heb je een gelijkwaardiger gesprek. Mensen willen graag meebeslissen en ik moedig ze aan. Ik verwijs mensen zelf ook naar zorgvuldige websites, zodat ze eenmaal thuis hun diagnose en bijbehorende adviezen nog eens rustig kunnen nalezen."

### Horrorverhalen

Online een diagnose stellen is niet zonder risico. De informatie kan te complex, tegenstrijdig, onbetrouwbaar, partijdig, gesponsord of zelfs angstaanjagend zijn. Dat merkte Bianca Rekveld toen ze de juiste behandeling voor haar dochter zocht. "Ik twijfelde in dat stadium of internet wel de juiste bron was, maar ik wilde per se dat ze beter

werd. Ik zocht vooral naar de juiste behandeling en welke slagingskans daarbij hoorde. Mijn nieuwsgierige aard won het vaak van mijn gezonde verstand. Tot ik voortdurend de grootst mogelijke horrorverhalen tegenkwam; toen had googelen geen zin meer. Ik gaf me over aan de specialisten, die haar gingen opereren en richtte me vooral op hun adviezen."

Vooral op internetfora posten mensen extreme verhalen over de meest uitzonderlijke ziektes, waarschuwen artsen. Dokter Google kan mensen met hoofdpijn makkelijk een hersentumor aanpraten, terwijl de kans dat hoofdpijn daadwerkelijk door een hersentumor wordt veroorzaakt 0,0116 procent is. Huisarts Vos spreekt geregeld patiënten met een zelf gevonden diagnose van iets zeldzaams, waarvan de kans in de realiteit heel klein is. "Een patiënt zocht jarenlang naar bevestiging van een extreem zeldzame ziekte, die ze echt niet had. Meestal volsta ik dan met uitleg over hoe klein de kans is op die bijzondere aandoening. Sommige patiënten blijven volharden en dan moet ik stelliger mijn visie neerleggen of doorverwijzen naar een specialist."

In het werk van chirurg-oncoloog Anne Brecht Francken in Isala in Zwolle is het al niet anders. Zeker vijftig procent van haar patiënten informeert zich op internet. "Vooral bij kanker hebben mensen er alles voor over en zoeken ze de hele wereld af. Dat levert wel eens extra zorgen op. De keuze is zo immens tussen alle therapieën en behandelingen dat het mensen soms duizelt in de spreekkamer. Het kost mij dan veel tijd om dingen te weerleggen en mensen uit te leggen wat de beste behandeling voor hun persoonlijk is. Geen enkele kankerpatiënt is hetzelfde. Daarbij lezen patiënten steeds vaker over nieuwe - dure - therapieën, ze zijn dan snel geneigd te denken dat die ook op hen van toepassing zijn."

## Gelijkwaardig gesprek

Toch merkt de chirurg dat het gesprek tussen arts en patiënt wel is verbeterd doordat mensen goed geïnformeerd zijn. "Ik merk dat een behandeling of therapie beter aanslaat, wanneer mensen die zelf voorstellen. In het hele behandelplan zijn vaak veel keuzes te maken. Ik streef ernaar iedere patiënt te behandelen op een manier die bij hem of haar past. Dat lukt beter als mensen er veel van af weten en we een gelijkwaardig gesprek kunnen voeren. Ik geef als dokter mijn advies naar beste kennis, kunde en ervaring. En de patiënt beslist; het is zijn of haar lijf."

Bianca's dochter is inmiddels volledig hersteld van haar hersentumor, maar kampt nog met veel consequenties van de ziekte. Na de zomer gaat ze naar de middelbare school. "We hebben een wat kleinere school uitgekozen met veel persoonlijke aandacht. Haar concentratieboog is laag en soms heeft ze meer tijd nodig. Medisch gezien is ze genezen, maar juist nu zitten we met veel vragen over haar achterblijvende groei, hormonale problemen, gewichtstoename en vermoeidheid. We hebben prima contact met haar specialist, maar er is nooit genoeg tijd. Dan duik ik toch weer achter mijn laptop.

"Inmiddels heb ik zoveel informatie verzameld dat ik binnenkort zelf een blog start. Wellicht hebben toekomstige ouders van kinderen met zo'n zelfde hersentumor er iets aan. Ik lees nu vaak iets wat ik tijdens het ziekteproces nodig had. Op dat moment ben je er niet toe in staat en als je die informatie vindt, is het te laat."

## Sneller goede medische informatie

Patiënten moeten binnen een paar muisklikken op betrouwbare medische websites zitten, schrijft minister Schippers van volksgezondheid in een brief aan de Tweede Kamer. Na de zomer moet het Kwaliteitsinstituut hiervoor

gaan zorgen. Nu al verwijst de overheid naar betrouwbare websites als thuisarts.nl en zorgkaartnederland.nl. Zoekmachine Google werkt met een medisch team aan het bovenaan plaatsen van betrouwbare medische informatie. In België denken ze er anders over; daar ontmoedigt de overheid consumenten juist met het filmpje: 'Do not google it' ([vimeo.com/109120220](https://vimeo.com/109120220)).

Bianca Rekveld: 'Googelen was het enige dat ik kon doen om nog een beetje controle te houden'.