

GENEESKUNDESTUDENT SALMAAN SANA RICHT COMPASSION FOR CARE OP

Zoeken naar meer compassie in de zorg

Geneeskundestudent Salmaan Sana (28) verloor op de opleiding zijn motivatie. Via allerlei nevenactiviteiten hervond hij zijn passie voor de geneeskunde en het leverde nog iets extra's op: Compassion for Care, een stichting die compassie in de zorg wil (terug)brenge(n). Compassie moet het leidende principe bij zorgverlening zijn, vindt Sana.

Een bevlogen spreker, maar een gesprek over zichzelf draait hij liever om, want wie zit er nou op het verhaal van een geneeskundestudent met studievertraging te wachten? De in Engeland geboren Salmaan Sana is een van de initiatiefnemers van Compassion for Care. Hij blikt in een razend tempo feitelijk en via allerlei omwegen terug op de eerste 28 jaar van zijn leven. Over hoe hij als kind vaak in het ziekenhuis lag vanwege bloedarmoede en hevige astma en daar 'supergoed' artsen had. Door de 'geweldige dokters' en de fascinatie voor de werking van het menselijk lichaam, ontstond de interesse voor het artsenvak. Hoewel Sana twee keer werd uitgeloot voor de studie geneeskunde, kon hij na twee jaar biomedische wetenschappen toch terecht aan de VU. De nadruk van zijn terugblik ligt op de afgelopen acht jaar. Want na de start van zijn studie in 2003 nam het leven van Sana een enorme vlucht. Niet zozeer als het op het behalen van studiepunten aankwam, maar wel op het gebied van internationaal netwerken en het uitwisselen van ideeën over de hedendaagse gezondheidszorg. "Ik vind het moeilijk om mijn opleiding te bekritisieren, want ik volg haar nog steeds, maar ik merkte in het eerste jaar al dat er weinig sprake was van patiëntcontact. Alleen tijdens praktijkcolleges kwam de patiënt aan bod, maar dan zit je met 350 mensen naar de situatie van één persoon te kijken. Ik ben onder andere daarom als assistent gaan werken. Dat heeft mij het contact met patiënten gegeven dat ik in de opleiding miste."

Maar Sana zocht meer dan alleen patiëntcontact. Hij wilde weg uit de omgeving van studentenverenigingen met typische ontgroeningen – 'totally not my thing' – en ging op zoek naar medestanders. Sana gaf hier en daar workshops, organiseerde feestjes en werd in 2005 voorzitter van de internationale federatie van geneeskundestudenten bij VUmc (IFMSA-VUmc). Een jaar later schopte hij het tot het internationale bestuur van IFMSA, waarmee hij de wereld over reisde om onder meer trainingen te geven en congressen en bijeenkomsten te bezoeken.

Langzaam kwam de verhouding studie/nevenactiviteiten behoorlijk scheef te groeien. "Ik kreeg zoveel energie en enthousiasme van wat ik allemaal deed, dat ik niet de motivatie had om te focussen op mijn studie. Als ik eraan dacht, zag ik alleen maar één groot blok structuur. Ik haalde wel af en toe een tentamen en mijn wetenschappelijke stage was afgerond, maar ik had op de opleiding nooit een bepaalde flow bereikt. Ik vind het heel leuk om trainingen te geven en met andere mensen samen te werken om dingen te creëren, maar mijn passie ligt echt bij geneeskunde. Daar kon ik niet omheen."

NETWERK

En dus pakte Sana in september 2010 zijn studie weer op. Al gauw ontmoette hij een aantal medestudenten die net als hij elementen in de opleiding misten. Tegelijkertijd was Lucien Engelen, directeur van het Radboud REshape

& Innovation Center bezig om TEDx Maastricht te organiseren, een internationaal evenement dat zich richt op het uitwisselen van vooruitstrevende ideeën op het gebied van gezondheidszorg. Via Jim Stolze, initiatiefnemer van TEDx in Nederland, kwam Engelen bij Sana terecht om hierin samen te werken. Ondertussen kwam Karen Armstrong naar Nederland om haar boek *Twelve steps to a compassionate life* te promoten. Via via kon Sana de auteur en theoloog interviewen. In 2008 won ze de TED Prize met haar gedachtengoed over het opnieuw tot leven brengen van de Gulden Regel *Wat jij niet wilt dat u geschiedt, doe dat ook een ander niet*. Sana: "Al deze personen en evenementen samen, zorgde in november 2010 voor de oprichting van Compassion for Care." Naast Sana en zijn medestudenten zijn ook UMC St Radboud, IFMSA-NL, Charter for Compassion en TEDxMaastricht bij het initiatief betrokken, maar ook diverse personen met een aan de gezondheidszorg gekoppelde functie. De bal begon pas echt te rollen in april dit jaar, toen Sana op TEDxMaastricht vertelde over zijn verloren motivatie, het gemis van een meer menselijke factor op de opleiding en wat het structureel invoeren van compassie in de opleiding uiteindelijk voor de zorg zou betekenen: kwaliteitsverbetering, maar ook minder kans op burn-out en chronische vermoeidheid. Aandoeningen waar een groot deel van de artsen tijdens hun loopbaan mee te maken krijgt. Dit wil Compassion for Care op drie verschil-



Salmaan Sana: 'Ons initiatief heeft geen ander belang dan compassie in de zorg te brengen en daarmee het aantal uitvallende studenten in de opleidingen te verminderen'

lende manieren voor elkaar krijgen: door het creëren van een community, via educatie en wetenschappelijk onderzoek. De TED talk die Sana hierover in Maastricht gaf, zorgde voor een staande ovatie die hij met een bescheiden glimlach en een voorzichtige buiging in ontvangst nam. "Ik kwam niet meer uit mijn woorden, ik was er echt helemaal stil van. Daar stond ik dan, een geneeskundestudent met studievertraging op het podium van TEDx. Ik ben zo dankbaar dat het team in mij geloofde dat ik daar kon staan, zij hebben me gepusht om het te doen. Want eigenlijk ben ik misschien alleen maar de *posterboy*."

CHARTER

Tijdens TEDx Maastricht lanceerde de bescheiden, maar energieke Sana het Charter Compassion for Care dat dient als inspiratie om 'compassie weer het leidende principe bij zorgverlening te maken' en waarvoor eveneens de Gulden Regel geldt. Karen Armstrong is voor Sana een grote inspiratie: "Hoe zij compassie benoemt en hoe nodig het is voor het basale leven, dat beaamt ik helemaal. Voor de geneeskunde zou ik echt willen zorgen dat de Gulden Regel leidend wordt."

De schrijvers van het charter hebben zich ook laten beïnvloeden door de opvattingen van Planetree en van Disney's Fred Lee. Ook het boek *Dokter is ziek* van journalist Gonny ten Haaf diende als inspiratie voor het Charter. "We zien onszelf niet als nóg een nieuw model, maar meer als een *umbrella* waaronder al die initiatieven zijn samengevoegd", legt Sana uit. Hoe is compassie te integreren in de opleiding en op de werkvloer? Sana: "Het begint met jezelf de vraag stellen waarom je doet wat je doet. Waar haal je je passie vandaan? Je moet tot de kern komen van jezelf. Het *Start with why*-model van Simon Sinek is hiervoor een heel goede methode. Op die manier hebben we ook het Charter van Compassion for Care geschreven. Door allemaal op een authentieke manier na te gaan wat we belangrijk vonden voor onszelf. Wie begint met *why* kan vervolgens ook zijn passie uitdragen. Als we zo op de werkvloer gaan denken, veranderen relaties met collega's en patiënten en vindt er langzaam een systeemverandering plaats. Dat zorgt weer voor minder uitval, minder fouten en sneller herstel van patiënten. Mijn passie is hoe ik als individu de grootste impact kan hebben op de gezondheidszorg. Na de TEDtalk

kreeg ik zoveel superlieve berichten van internationale studenten. 'Whenever I loose my motivation within medicine, I'll be sure to watch your talk again', stuurde iemand zelfs. *I can't ask for a greater gift.*"

WETENSCHAP

In de Verenigde Staten zijn diverse onderzoeken gedaan naar de invloed van elementen als compassie in de zorg. Stanford heeft ook een gespecialiseerd centrum, namelijk The Center for Compassion and Altruism Research and Education. "Het enige kritiekpunt dat we krijgen is dat compassie warm en fluffy is, maar wat heeft het te maken met wetenschap?", stelt Sana. "Daarom willen we in Nederland wetenschappelijk onderzoek doen. Op dit moment staat een onderzoek in de steigers dat de invloed van compassie op de zorg onderzoekt."

Nu, ruim een half jaar na de bevolgen speech van Sana, zijn de initiatiefnemers van Compassion for Care in een ware rollercoaster terechtgekomen. Inmiddels hebben 650 mensen het Charter ondertekend en hebben verschillende opleidingen, ziekenhuizen, zorgverzekeraars en het Carrièrecentrum voor Artsen (CCVA) interesse getoond in het project. "We zijn best wel verbaasd hoe breed de doelgroep is die we hebben aangesproken. Iedereen die in de zorg werkt, nodigen we dan ook uit om hierin samen te werken. Ons initiatief heeft geen ander belang dan compassie in de zorg te brengen en daarmee het aantal uitvallende studenten in de opleidingen te verminderen. Uitval kost zorginstellingen enorm veel geld, een werkvloer waar passie vanaf straalt, heeft minder te maken met uitval." Zo werkt Compassion for Care samen met een ziekenhuis om middels preventie en interventie, burn-out onder medisch specialisten te voorkomen. Wat maakt nou dat compassie een essentiële verandering in de zorg kan veroorzaken? Na een lange stilte geeft Sana een weloverwogen antwoord: "Compassie heeft uiteindelijk te maken met relaties tussen jezelf en anderen. We leven in een wereld waarin we steeds van de ene naar de andere situatie rennen zonder aan onszelf te denken. Compassie is een soort liefde en tederheid, als je daarmee werkt, ben je anders met de gezondheidszorg bezig dan alleen met je vak." ■