

24 UUR MET...

Heleen Dekker



Hoe ziet de werkdag van de radioloog eruit? Dit keer geeft Heleen Dekker, radioloog in het Radboudumc in Nijmegen en voorzitter van de werkgroep Duurzaamheid van de NVvR, een kijkje in haar agenda.

06.45 uur De wekker gaat. Voor mij het signaal om onder de douche te springen, en daarna een ontbijt te maken met yoghurt en bessen uit eigen tuin.

07.30 uur Lopend naar het werk. Mijn fiets is helaas enige tijd geleden 'verdwenen' uit de fietsenstalling van mijn ziekenhuis.

08.05 uur In het ziekenhuis angekommen loop ik meteen naar mijn kamer en zet ik de computer aan. Mijn werktelefoon heb ik altijd mee in de tas. Ik kijk door mijn agenda en de geplande afspraken. Daarnaast lees ik de binnengekomen e-mails door en beantwoord zo nodig de gestelde vragen. Vandaag heb ik een dag wetenschapstijd.

08.30 uur Overleg met een van de medewerkers van onze administratie. We gaan een studie starten en daarvoor willen we alle patiënten die aan de inclusiecriteria voldoen, van tevoren informeren via een brief. Ik bespreek met haar de praktische details en werkwijze.



Antarctica.

Voor deze studie gaan we patiënten vragen om na een CT-scan met intraveneus contrastmiddel langer in het ziekenhuis te blijven. We willen dat zij hun eerste plasbeurt in het ziekenhuis doen op een speciaal scheidingstoilet. Zo wordt het mogelijk de urine te filtreren en te ontdoen van het jodiumhoudend contrastmiddel. Dit contrastmiddel wordt vervolgens opgeslagen in cartridges. En dit biedt de mogelijkheid om het contrastmiddel te verzamelen en aan te bieden voor recycling. Een fantastische nieuwe ontwikkeling!

Mijn betrokkenheid bij duurzaamheid in de radiologie begon enkele jaren geleden, toen ik werd geïnterviewd door een medewerker van een advies- en ingenieursbureau. Mij werd gevraagd wat ik vond van de milieueffecten van contrastmiddelen. Eerlijk gezegd had ik daar op dat moment nog nooit bij stilgestaan. Tijdens mijn studie geneeskunde en mijn specialisatie tot radioloog kwam dit onderwerp nooit aan bod. We gebruikten contrastmiddelen zonder erbij na te denken en goten restanten eenvoudigweg door de gootsteen.



USA.

Binnen de radiologie verbruiken we aanzienlijke hoeveelheden energie, water en wegwerpartikelen. Met de toenemende zichtbaarheid van klimaatverandering worden we geconfronteerd met de harde realiteit: de CO₂-voetafdruk van de mens, en ook van onze ziekenhuizen, is aanzienlijk. Als arts heb ik de Eed van Hippocrates afgelegd. Deze eed verplicht ons niet alleen tot goede zorg voor onze patiënten, maar ook tot het bevorderen van gezondheid in brede zin. Een gezonde leefomgeving is daarbij essentieel. Als de omgeving waarin mensen leven bijdraagt aan ziekte, schieten wij als zorgverleners

tekort. Daarom vind ik dat artsen ook een verantwoordelijkheid dragen voor de planeet. Zonder een gezonde aarde geen gezonde mens.

Tijdens congressen en vakanties, als je wat meer afstand kunt nemen van het werk, realiseer ik me dit heel goed. Onze aarde is kwetsbaar. Op Antarctica heb ik gezien dat door de temperatuursverhoging de ijskappen kleiner worden, en zo ook de pinguinkolonies. Tijdens een

pieren, zodat de medisch student direct aan de slag kan met het includeren van patiënten. Even naar een technicus lopen om de *narrowcasting* te bespreken, zodat deze op orde is voor de wachtkamer waar de patiënten van de studie zullen wachten na hun CT-scan.

10.59uur E-mailwisseling met Karin Flobbe van het bureau van de NVvR over de agenda van de werkgroep Duurzaamheid.

iets fraais van te maken. Een kleine uitdaging...

17.14uur Ik ga de vergadering van de werkgroep Duurzaamheid voorbereiden. We hebben in november een jaarplan voor 2025 gemaakt. Ook hebben we een commissieblok toegewezen gekregen op de Radiologendagen. De invulling hiervan staat nog niet helemaal vast.

18.02uur Wat fruit gegeten, anders gaat het wel heel lang duren tot aan de maaltijd.

19.00uur De digitale vergadering gaat van start. Het is weer fijn te horen dat er mooie ontwikkelingen zijn in den lande. Een subsidie binnengehaald voor een duurzaamheidsproject in het UMCM, een artikel geschreven over plaszakken vanuit het Radboudumc. En we hebben als werkgroep een vragenlijst uitgezet met betrekking tot de duurzaamheid op de verschillende radiologieafdelingen in Nederland. Hiervan moet de respons nog wat omhoog.

20.02uur De vergadering is klaar.

20.15uur Nu snel naar huis. Tijdens de wandeling naar huis kan ik mijn hoofd leegmaken. Soms krijg ik onderweg naar huis nog een goed idee.

20.45uur Weer thuis. Nu snel een maaltijdsalade maken met verse producten. En op mijn gemak luisteren naar *BNR Nieuwsradio* en een podcast.

22.30uur Tijd om te gaan slapen. Ik pieker nog even: door de oprichting van de werkgroep Duurzaamheid hoop ik bij te dragen aan het verkleinen van de CO₂-voetafdruk van de radiologie. Werken aan duurzaamheid binnen ons vakgebied geeft mij veel energie. We hebben een gezamenlijke verantwoordelijkheid om goed voor onze planeet te zorgen. Er is geen reserveaarde. Niet alleen raken de grondstoffen op, ook de tijd begint te dringen... ■

Heleen Dekker
werkgroep Duurzaamheid

'Artsen dragen ook een verantwoordelijkheid voor de planeet. Zonder een gezonde aarde geen gezonde mens'

recente reis naar de Verenigde Staten werden we geconfronteerd met grote temperatuurschommelingen en woestijnvorming in zeer droge gebieden.

Onze Nederlandse astronauten Wubbo Ockels en Andre Kuipers hebben de aarde gezien vanuit een ander perspectief, namelijk de ruimte. Zij hebben ook gezien hoe kwetsbaar onze planeet is. Hoe flinterdun de dampkring is die al het leven op aarde mogelijk maakt. Dat bossen verdwijnen, woestijnen uitbreiden en luchtvervuiling boven grote steden toeneemt.

Nu zien we gelukkig dat er binnen de groep van radiologen steeds meer aandacht komt voor de milieueffecten en de CO₂-uitstoot die we teweeg brengen. Een goed voorbeeld is het jaarcongres van de *European Society of Radiology* (ESR) 2025, dat helemaal in het teken van duurzaamheid stond. De vele verhalen en presentaties vormen een geweldige inspiratiebron.

10.00uur Koffiedrinken met een collega. Sinds we een barista in het restaurant van het Radboudumc hebben, is koffiedrinken echt genieten. Even tussendoor bijpraten met een collega en de zaken van de afdeling doornemen, maar ook even de vakanties bespreken. Weer op de hoogte van de laatste ontwikkelingen.

10.25uur Snel weer verder met het werk. De puntjes op de i voor de start van de studie. Alle papierwerk op orde brengen. Stickers laten printen op het secretariaat. Een map inrichten met de werkinstructie en alle pa-

11.03uur Een aios komt even mijn kamer inlopen om hulp te vragen bij een patiënt met een contrastallergie. Altijd fijn om even te helpen.

11.20uur Een medewerker van de administratie belt op om te vertellen dat er leveringsproblemen zijn met een bepaald middel. Samen zoeken we een oplossing en we gaan kijken of dit gaat werken.

11.30uur Ook nog overleg met een senior CT-laborant over het betrekken van de CT-laboranten bij de studie. En een e-mail opgesteld voor de CT-laboranten en administratief medewerkers met betrekking tot de studie.

11.55uur Lunch achter mijn bureau en meteen wat e-mails wegwerken.

13.01uur Een personele planner komt mijn kamer inlopen om enkele planningszaken voor de medische staf te bespreken.

13.16uur Nu echt tijd voor de wetenschap. Ik ga verder met het schrijven van een artikel over duurzaamheid en contrastmiddelen. De bevindingen van de studie zijn niet geheel zoals van tevoren verwacht. Dus moeten we een modus vinden om er toch

In de volgende MemoRad geeft Joost Wijlemans uit het Gelre Ziekenhuis een kijkje in zijn werkdag.