

mijn praktijkstart

Hoe kijken huisartsen terug op de start van hun eigen praktijk? Welke plannen zijn er voor de toekomst? En welk advies hebben zij voor andere starters? Huisarts Claire Sikkens over haar praktijkstart.

TEKST: BERBER BIJMA / FOTOGRAFIE: HENK VEENSTRA



*'We zitten als
HOED dicht
bij elkaar en
sparren veel'*

Je werkt met drie jonge collega-praktijkhouders in een HOED. Hoe zijn jullie in Delfzijl terechtgekomen?

‘Bijzonder, hè? We zijn alle vier aios geweest bij de vier solopraktijken die samen de HOED vormen. Toevallig gingen de vier praktijkhouders in dezelfde tijd met pensioen. Binnen zes jaar zijn wij als vier jonge huisartsen praktijkhouders geworden. Ik was de vierde. Nadat ik hier als aios had gewerkt, ben ik nog anderhalf jaar twee dagen per week waarnemend huisarts geweest voordat ik de praktijk overnam. Zo kon ik alvast de patiënten en de praktijk wat beter leren kennen. Tussendoor ben ik ook nog bevallen van een tweeling.’

Zo te horen kom je niet uit de regio.

‘Haha, dat klopt. Ik kom uit de buurt van Apeldoorn. Op mijn achttiende ben ik naar Groningen verhuisd om geneeskunde te studeren. Vandaaruit was Delfzijl een prima plek om derdejaars aios te worden. Al tijdens mijn aios-schap vroeg mijn voorganger of ik iets voor een overname voelde. Stiekem had ik daar wel een beetje op gehoopt, ook omdat het goed klikte met de andere drie, van wie twee toen al praktijkhouder waren. Een eigen praktijk was altijd mijn plan, al had ik niet gedacht dat dat al anderhalf jaar na mijn opleiding zou gebeuren. In die anderhalf jaar heb ik ook nog in een paar andere praktijken gewerkt als waarnemer, om toch nog iets meer te zien van hoe ze elders werken.

Ik woon met mijn gezin in een dorp in de buurt van de stad Groningen, op 25 minuten rijden van de praktijk. Delfzijl is nooit mijn droomplaats geweest, maar ik ontdek wel steeds meer mooie plekjes. Met name door de patiënten en door mijn collega's voel ik me als huisarts helemaal thuis in Delfzijl.’

Hoe verliep de voorbereiding op de overname?

‘Alles wat er op administratief gebied moest gebeuren, is niet mijn hobby, maar het ging prima. Moeilijk is het niet; je moet alleen de juiste dingen op het juiste moment doen. De collega die als derde in korte tijd praktijkhouder was geworden, had de overname nog maar één jaar achter de rug. Daardoor kon zij me goed adviseren bij van alles. Daarnaast heb ik de LHV-checklist voor praktijkovername gebruikt. En het HIS werkte ook heel soepel mee. Met mijn voorganger had ik prima contact; ook dat hielp. Zij was op 31 december 2022 nog praktijkhouder, op 1 januari 2023 was ik het.’

Voelde dat ook anders?

‘Qua verantwoordelijkheid gek genoeg toch wel een beetje. Ineens zie je je eigen naam onder alle recepten staan. Sommige patiënten, die me als aios niet of niet vaak hadden meegemaakt, moesten misschien wel wennen aan een wat andere manier van dokteren. Ik merk nog altijd dat het steeds leuker wordt, naarmate ik mensen beter leer kennen. Je gaat dan meer het geheel van een patiënt zien. In onze regio zijn naar mijn idee vrij veel patiënten die problemen hebben op meerdere gebieden tegelijk. Ze komen met één vraag, maar daar komt soms veel achter weg. Naast een gezondheidsklacht spelen er bijvoorbeeld ook problemen met de financiën, met huisvesting, met hun relatie of met werk. Daar moet je als huisarts je weg in zien te vinden: wat heeft met elkaar te maken, waar ga je wel op in, waar niet? Naarmate ik mensen beter leer kennen, lukt dat beter.’

Hebben jullie als HOED veel contact?

‘Absoluut. We zitten dicht bij elkaar en sparren veel. We drinken iedere dag samen koffie, maar lopen daarnaast ook regelmatig even bij elkaar binnen. De constructie van een HOED werkt heel fijn. We hebben allemaal onze eigen geldstroom. Als ik meer of minder wil werken, een keer vaker een waarnemend huisarts wil inschakelen of bijvoorbeeld veel kleine chirurgie wil doen, kan ik dat zelf bepalen. Ik denk dat we juist zo fijn samenwerken doordat we dat deel gescheiden houden. Ik heb drie superfijne collega's. Als zij hier niet hadden gewerkt, betwijfel ik of ik hier praktijkhouder was geworden. Zij maken voor een belangrijk deel mijn werkplezier.’

Heb je – zo kort na de start – al toekomstdromen?

‘We willen binnen de HOED graag gaan opleiden. Twee van de vier praktijkhouders zijn lang genoeg afgestudeerd om dat te mogen doen. Helaas is er momenteel een aios-tekort, terwijl er veel huisartsen zijn die willen opleiden. Wij zijn als HOED jammer genoeg niet uitgekozen om te mogen opleiden. We hopen dat in de toekomst wel te doen. Je ziet aan onze komst in Delfzijl wat het belang van opleiden is. Verder zou het mooi zijn als we in de toekomst – misschien in een ander pand – aan verduurzaming kunnen doen. En ik zou op termijn graag meer anderhalvelijns zorg willen verlenen, ook omdat dat naar verwachting gaandeweg meer nodig wordt. Ik hoop in ieder geval veel te kunnen samenwerken op allerlei gebieden en tegelijk kleinschalig te blijven.’



WIE

Claire Sikkens (32) is sinds 1 januari 2023 praktijkhouder van een solopraktijk in een HOED in Delfzijl. Haar praktijk heeft zo'n 2000 patiënten. Ze heeft samen met haar vriend een tweeling, een meisje en een jongen (2).

AAN HET WATER

‘Huisarts zijn in het noorden is fantastisch. Ook omdat je lekker ruim kunt wonen. Wij hebben een huis laten bouwen aan het water voor het geld waar je in Amsterdam een appartement van koopt.’

VOLLEYBAL

‘Sinds dit jaar volleybal ik weer, in Groningen. Heerlijk. Met werk, gezin en volleybal is mijn agenda wel zo'n beetje vol.’

FLEXIBEL

Tip voor twijfelaars: ‘Je hoeft niet te zoeken naar een praktijk die aan ál je wensen voldoet. Als praktijkhouder kun je veel naar je hand zetten. Bovendien ben ik nu een stuk flexibeler in de combinatie werk-privé dan ik was als waarnemer.’

JOUW START IN DEZE RUBRIEK?

Heb je de afgelopen twee jaar een praktijk overgenomen, ben je maat geworden of ben je zelf een praktijk gestart? En wil je jouw ervaringen delen in De Dokter? De redactie komt graag met je in contact.

Mail naar dedokter@lhv.nl o.v.v. ‘mijn praktijkstart’.