

Preventiediagnostiek

Ondanks sceptische artsen en politici lijkt preventiediagnostiek een grote vlucht te nemen. Al één op de tien Nederlanders deed de gratis niercheck. Cholesteroltests staan in de schappen bij de drogisterij en in Amsterdam is de Check-U shop geopend, waar iedereen zich preventief kan laten testen.

De prik in de Check-U shop is perfect. De verpleegkundige neemt dan ook alle tijd. Deze ochtend blijkt Diagnéd de enige die voor 69 euro de 'Check-U compleet' wil doen. Vier buisjes bloed worden afgenomen en de bloeddruk gecontroleerd. Morgen zal de uitslag op internet staan. De Check-U shop is één van de vele nieuwe manieren om preventief de gezondheid te testen. De winkel opende in november 2006 en trekt sindsdien 20 tot 30 klanten per week. Het loopt dus nog niet storm? "Wij zijn niet ontevreden," pareert directeur en mede-eigenaar Cees-Jan Vloon. "Onze klanten komen uit het hele land en kiezen bijna zonder uitzondering voor het uitgebreide testpakket. Ze komen ook allemaal nuchter, wat betekent dat ze heel serieus zijn. Nederlanders moeten misschien vooral nog wennen aan het idee geld uit te geven voor een test." Dat kan kloppen. De gratis niercheck van de Nierstichting gaat als zoete broodjes over de toonbank. Meer dan 1,2 miljoen Nederlanders hebben de test al aangevraagd en nog dagelijks melden zich nieuwe klanten via de website of telefoon, meldt woordvoerder Paulien Pleijter. Ook het PreventieKompas van het Amsterdamse Niped, het instituut

voor preventie en vroegdiagnostiek, maakt een vliegende start. Het PreventieKompas is een preventieve gezondheidstest bestaande uit een digitale vragenlijst, lichamelijk onderzoek en laboratoriumdiagnostiek. Hiermee kunnen in een vroeg stadium hart- en vaatziekten worden opgespoord, maar ook diabetes, chronisch long- of nierlijden en psychische aandoeningen zoals depressie en burn-out. Niped-directeur dr. Coen van Kalken: "In 2006 zijn er een paar pilots geweest bij grote ondernemingen. Bij IBM konden 500 mensen meedoen. Binnen een uur nadat de oproep op intranet verscheen, was het volgeboekt. Uit de evaluatie blijkt bovendien dat 93 procent van de deelnemers het PreventieKompas zou aanbevelen bij familie, collega's of andere bekenden." Maar ook de zelftests bij de drogisterijen lopen goed. Ook postorderbedrijf Neckermann heeft inmiddels een cholesteroltest in het assortiment. Via internet is ondertussen een heel scala aan tests te verkrijgen, van de klassieke zwangerschapstest tot een vaderschapstest op basis van DNA.

Lifestyle

Waar komt de grote belangstelling voor preventiediagnostiek vandaan? "Dat is natuurlijk een beetje speculeren," zegt Van Kalken, "maar ik geloof dat het besef toeneemt dat de reguliere geneeskunde vaak achter de feiten aanloopt. We gaan trouw elk half jaar naar de tandarts om gaatjes te voorkomen. Maar we gaan pas naar de dokter als er iets mis is. Ik denk dat mensen dat als een gemis ervaren." "Mensen willen gewoon weten hoe ze er voor staan," antwoordt Vloon van de Amsterdamse Check-U shop. "Het is hún lichaam, hún gezondheid. Ze voelen zich dom gehouden als een huisarts alleen geruststellende woorden te bieden heeft. Daarom komen ze hier. En dan gaat het

Wat is er te koop, en waar?

Drogisterij

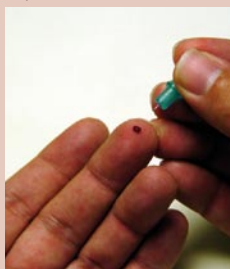
- Cholesterol (totaal)
- Cholesterol+ (totaal en HDL)
- Menopauze
- Pfeiffer
- Zwangerschap
- Ovulatietest
- Vruchtbaarheid (mannen)

Apotheek

- (zonder recept, met afleverprotocol)
- Alle tests drogisterij
 - Darm (FOB)
 - PSA

Internet

- (internetapothekers en anderen)
- Alle tests drogisterij en apotheek
 - Drugs (alcohol, cocaïne, THC)
 - Borstkanker (CA 15-3)
 - Vaderschap (DNA)
 - Hepatitis C
 - Ketonurie
 - Syfilis
 - Glucose
 - Niercheck
 - Chlamydia
 - HIV
 - Allergie



razend populair



Eén op de tien Nederlanders deed de niercheck

De gratis niercheck voor het opsporen van beginnend nierfalen kan worden aangevraagd via www.nierstichting.nl of telefonisch (0900 300 2000). De niercheck bestaat uit drie apart verpakte strips om eiwit in de urine aan te tonen (macroalbuminurie). De aanvrager dient drie maal de ochtendurine te testen met tussenpauzes van vijf dagen. Is er twee of drie maal een verhoogd eiwitgehalte (>30 mg) gevonden dan wordt doorverwezen naar de huisarts.

Foto: Nierstichting

echt niet alleen om ongeruste ouderen. Er komen hier ook juist veel sportieve, bewust levende mannen en vrouwen die hun gezonde levensstijl bevestigd willen zien in de testuitslagen." Ook de 'niercheckers' willen zeker weten dat hun nieren in orde zijn, denkt de Nierstichting. "Daar draait de campagne ook om: 'STOP beginnende nierziekte'. En die boodschap spreekt overduidelijk aan." De niercheck blijft beschikbaar totdat het Nederlands instituut voor onderzoek van de gezondheidszorg, Nivel, de resultaten dit voorjaar heeft geanalyseerd. Pleijter: "Dan kunnen we conclusies trekken over wat we hebben bereikt en kijken hoe we het beste door kunnen gaan." Het PreventieKompas kreeg half januari een vergunning van de Gezondheidsraad. "We kunnen nu dus echt van start," aldus Van Kalken. Het PreventieKompas zal aangeboden worden via verzekeraars als Ohra en Achmea en via een aantal arbodiensten waaronder ABN AMRO Arbo Services, KLM Health Services en ArboNed. "Gaandeweg is gebleken dat onze aanpak heel

goed aansluit bij de bedrijfsgezondheidskunde. Het past binnen de organisatie, maar ook binnen hun filosofie: voorkomen is beter dan genezen." De Check-U shop overweegt uit te breiden; winkels in Rotterdam en Utrecht zijn een eerste stap, daarna volgen wellicht Eindhoven en Zwolle.

Schijnzekerheid?

Hoe enthousiast het publiek ook mag zijn, er is grote scepsis en weerstand uit de medische hoek tegen preventief testen. Zo ontraadt het Nederlands Huisartsengenootschap artsen om gezonde mensen preventief te testen. "Onderzoek bij mensen zonder klachten levert geen gezondheidswinst op," luidt het officiële standpunt. "Alleen voor de bevolkingsonderzoeken naar borstkanker en baarmoederhalskanker is wetenschappelijk aangetoond dat ze effect hebben." Van Kalken:

Mensen willen gewoon weten hoe ze er voor staan

"Ik ben het met de huisartsen eens dat van een check niemand beter wordt. Maar wel van een goede follow-up! Wij bieden een wetenschappelijk onderbouwd gezondheidsonderzoek mét gezondheidsadviezen en begeleiding. Van gestructureerd afvallen is bijvoorbeeld bewezen dat het gezondheidswinst oplevert. En zo zijn er veel meer voorbeelden te noemen." Ook de niercheck ontving kritiek. 'Niercheck zet geen zoden aan de dijk', kopte Trouw. "Doe de niercheck maar niet," volgde het NRC Handelsblad. Paulien Pleijter: "Trouw ging uit van cijfers die niet kloppen. Het Nivel voert nu voor ons een grootscheeps evaluatieonderzoek uit. Dat zal in het voorjaar klaar zijn en dan kunnen we echt bepalen hoeveel mensen met verborgen nierschade de niercheck heeft opgespoord. De kritiek valt overigens reuze mee, de niercheck wordt juist vaak genoemd als een positief voorbeeld van een doe-het-zelf-test." De Check-U shop laat het oordeel over het nut graag aan de klant over. De uitslagen worden keurig vermeld op de internetsite, waar-

Check-U compleet

Fris oogt de Check-U shop aan de Amsterdamse Overtoom. Vrolijk rood en rustig grijs contrasteren met de roomwitte ruimte. Ik bestel een Check-U compleet pakket. Voor de introductieprijs van 69 euro biedt Check-U mij inzicht in hart-, lever-, schildklier- en nierfunctie, een controle op diabetes en bloedarmoede, en weet ik of mijn vochtbalans in orde is. De verpleegkundige heeft de tijd en zoekt aandachtig naar mijn aders die -leert de ervaring- niet altijd makkelijk te vinden zijn. Bij Check-U geen probleem, de prik is in één keer raak. Vier buisjes worden gevuld. Mijn bloeddruk blijkt prima, en er volgt een korte uitleg over hoe de resultaten de volgende dag op internet te raadplegen zijn. Dan is er nog alle tijd voor een kopje koffie. Uit een goed gevuld mandje kies ik een stevige reep. Mijn ontbijt is er bij ingeschoten omdat de bloedafname nuchter moest.

Met de meegekregen toegangscode is de uitslag de volgende ochtend te raadplegen. De pagina is overzichtelijk. Elke meetwaarde



is een gele streep op een gekleurde balk. Ligt de streep in het lichtblauw dan is alles piko bello; de grijze zones betekenen oppassen; donkerblauw is mis. Ik scoor elf maal in het lichtblauw. LDL (het 'slechte cholesterol') ligt op de grens naar grijs, mijn totaalcholesterol net in het grijs. Gezond dus? Of net niet? De

tekst biedt soelaas. Volgens de richtlijnen van de huisartsen ben ik gezond. De Hartstichting vindt mijn cholesterol 'licht verhoogd'. De meegenomen folder van de Hartstichting raadt me aan gezond te eten. Ik zal het ter harte nemen en volgend jaar weer terugkomen?

Foto: ANP

toe een klant toegang heeft met een persoonlijke code. Bij elke uitslag is in een oogopslag duidelijk of het binnen de waarden valt die artsen hanteren. Bij de cholesterolwaarden worden ook de meer kritische marges van de Hartstichting weergegeven. "Interpreteren doen wij niet, dat zie ik ook niet als onze taak," aldus Vloon. "Wij zijn een intermediair. Van ons krijgt de klant een betrouwbare meting op een prettige wijze. Met de uitslag kan iemand zich tot een arts wenden als hij of zij dat nodig acht. Dat betekent overigens niet dat wij onze verantwoordelijkheid niet kennen. Wanneer we een alarmerende uitslag krijgen, melden we dit direct met een dringend advies om medische hulp te vragen." De niercheck en het PreventieKompas kunnen hun nut nu in de praktijk gaan bewijzen. Voor de zelftests bij de supermarkt is dat lastiger en zij krijgen dan ook de grootste kritiek. "Voor mensen met een ongezonde leefstijl kan een goede testuitslag een reden zijn om op dezelfde voet door te gaan," stelt het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG). "En personen bij wie een licht verhoogde bloeddruk is vastgesteld, blijken een hoger ziekteverzuim te hebben." Ook de extra medische kosten die gemaakt worden na een vals-positieve uitslag maken

Van een check wordt niemand beter, van de follow-up wel

de huisartsen terughoudend. "De medische beroepsgroep is van oudsher erg conservatief op het gebied van de preventieve diagnostiek," reageert Van Kalken. "Andere partijen zijn daar op ingesprongen. Waardoor preventie nu te versnipperd wordt aangeboden: cholesteroltestjes bij de drogist, bloeddrukmetingen bij de supermarkt, borstkankeronderzoek in de mammabus, uitstrijkjes bij de huisarts en reclames voor tientallen diëten." Van Kalken hoopt dat het PreventieKompas een omslag brengt in het denken onder huisartsen. Vloon deelt die hoop: "In de VS, maar ook in Frankrijk heb je in elke stad een paar plaatsen waar je je kunt laten testen. Elke Amerikaan kent zijn cholesterolwaarde. Dat is volgens mij de toekomst, die hou je niet tegen. Bovendien kan 'knowing-your-number' medisch gezien waardevol zijn. Test je je elk jaar, dan betekent een waarde veel meer. Je kunt die afzetten tegen de voorgaande. Wij bewaren uitslagen tien jaar lang."

Kanker

De wetenschappelijke aanpak van Niped lijkt inderdaad vertrouwen te winnen in medische kring. De Gezondheidsraad heeft het kennisinstituut toestemming gegeven om ook op darmkanker te screenen. Als er op basis van de vragenlijst en het medisch onderzoek sprake is van een verhoogd risico, krijgt een deelnemer aan het PreventieKompas het advies een aanvullend darmonderzoek te laten doen via de huisarts. De Check-U shop kreeg onlangs nog een brief-op-poten van de minister van Volksgezondheid, waarin hij wijst op de vergunningsplicht voor oncologische en andere zogeheten hoogrisicotests, zoals HIV- en hepatitis tests. Sindsdien is de PSA-test op het 'menubord' van de Check-U shop afgeplakt. 'Niet beschikbaar', staat er in dikke letters overheen. Vloon: "Als je het mij vraagt is dit een kronkel in de wetgeving. Als het monster in Duitsland wordt geanalyseerd, mag de PSA-test wel. Ik krijg geregeld mannen van vijftig, zestig jaar binnen, die er om vragen. Dus ik zou de test graag aanbieden. Nu maak ik er geen reclame voor, maar als mensen er specifiek om vragen, kan het wel." ●

Marga van Zundert