

Geen ERGO zonder onze medewerkers

Zij leggen het fundament van ons wetenschappelijk werk



NIEUW GEZICHT
Natalie Terzikhan

LIFeStyle

Voorjaar

Zon, buiten en lekker eten

Motto

Doorzetten en niet opgeven

Goed gesprek met

Mijn overleden oma die altijd een Frans kinderliedje over de maan voor me zong

Met de komst van dr. ir. Natalie Terzikhan is ERGO versterkt met een nieuwe coördinator Scientific Affairs, die ook een postdoctoraal onderzoeker is. Zij praat over haar liefde voor muziek en wetenschap en haar dankbaarheid aan alle ERGO-medewerkers.



‘Alles wat je nu doet kan je doorgeven aan de volgende generatie’

Muzikale familie

Natalie komt uit een muzikaal nest. Haar moeder zong altijd, haar vader speelde viool en haar zus dwarsfluit. Elk familiefeest werd opgeluisterd met muziek. Het is niet verwonderlijk dat Natalie al sinds haar 4e levensjaar achter de piano te vinden is en tot haar 17e jaar zelfs professioneel met muziek is bezig geweest. Inmiddels zelf moeder van dochters Melina (8) en Ella (6), is de jongste in haar voetsporen getreden achter de piano en de oudste zingt, net als haar oma, uit volle borst.

Overstap naar de wetenschap

Haar tijd op de vooropleiding aan het conservatorium van Amsterdam en het winnen van de nodige muziekprijzen draagt ze in haar hart. Aan de roep van de wetenschap gaf ze echter liever gehoor. Amsterdam verruilde ze voor Wageningen, waar ze werd opgeleid tot voedingsepidemioloog, gevolgd door een master Genetische Epidemiologie. Inmiddels heeft ze in Rotterdam afgelopen december haar promotie afgerond op haar proefschrift over longepidemiologie, waarbij ze onderzoek heeft gedaan met de longfunctiegegevens van ERGO-deelnemers en deze heeft gekoppeld aan genetische gegevens.

Voeding & beweging

‘Als voedingsepidemioloog ben ik geen medicus, maar beschik ik wel over een stevige basis van medische analytische kennis. Gezond leven, dus goede voeding en regelmatige beweging, laat je langer leven, dat weten we inmiddels. Ik ga nog een stapje verder met mijn achtergrond in epigenetica: Alles wat je nu doet kan je doorgeven aan de volgende generatie.’

Epigenetica

‘Epigenetica draait om je DNA en de invloed van omgevingsfactoren daarop, zoals roken, stress, sporten, dag- en nachtritme en bewegen. Zij zijn belangrijk voor onze levenskwaliteit en het ontstaan van ziekten. Alles wat je nu doet qua levensstijl stapelt zich op in onze cellen en dat geef je door aan de volgende generatie. Een voorbeeld? Kinderen die als baby in de baarmoeder van vrouwen zaten die de hongerwinter hebben overleefd, hebben een grotere kans op het ontwikkelen van overgewicht.’

Nieuwe rol

Nu mag Natalie zich coördinator Scientific Affairs noemen die ERGO hoofdonderzoeker Arfan Ikram op wetenschappelijk inhoudelijk vlak ondersteunt. ‘Tijdens mijn promotietraject ontdekte ik ook beleidsmatige interesses te hebben. Sinds kort ondersteun ik Brenda Kieboom (medisch coördinator ERGO) met het personeelsmanagement op het ERGO-centrum. Tweewekelijks ben ik daar te vinden als aanspreekpunt voor alle medewerkers. Mijn deur staat altijd open voor hen. Grote waardering en dank heb ik uitgesproken naar alle medewerkers tijdens het dankwoord van mijn verdediging, want zij leggen het fundament van ons wetenschappelijk werk. Iedereen draagt bij en is betrokken. Stuk voor stuk heeft elke medewerker een lange staat van dienst bij ERGO. En dat vertaalt zich dagelijks terug.’

Toekomstmuziek bij ERGO

Deelnemerbetrokkenheid

Betrokkenheid van deelnemers wordt terecht steeds belangrijker. ‘Binnenkort ga ik een focusgroep opzetten van een aantal deelnemers en deze meer betrekken bij wat de wetenschappers van ERGO doen. Het is fijn en belangrijk om ook face-to-face vragen aan elkaar stellen voordat we gaan starten met onze onderzoeken.’