

ERGOnieuws

Najaar
2020

Erasmus MC
Universitair Medisch Centrum Rotterdam

Nummer
26

Erasmus



Drie nieuwe gezichten

Maak nu kennis



Koos Lubbe
Afscheid directeur ERGO



Silvan Licher & Evelien de Schepper
Dubbelinterview



Joyce van Meurs
Nieuwe onderzoekersleider

In dit nummer verder interviews over werken en leven in coronatijd met

Andrea Vermeij
Annemarie Luik
Arfan Ikram

Frank van Rooij
Hannie van den Boogert

Jolande Verkroost
Laurens van Kleef



Afscheidsinterview met Koos Lubbe

Directeur ERGO

The Voice of ERGO gaat met pensioen

ERGO staat waar het nu staat mede dankzij de man achter de schermen: drs. Koos Lubbe. Deze 'stille' kracht heeft de zwaarste basstem van het Erasmus MC, waardoor je altijd hoort of hij op kantoor is. Hij is The Voice of ERGO.

Na 40 jaar werken bij dezelfde organisatie gaat Koos met pensioen. Hoe blikt hij daarop terug? We spreken deze betrokken en integere man op het dakterras van het Erasmus MC met een weids uitzicht over zijn geliefde stad.

Verantwoordelijk

'Alles wat niet met de inhoud van het onderzoek en het onderwijs te maken heeft, was mijn verantwoordelijkheid: de bedrijfsmatige kant, zoals de financiering, ICT, de contacten met de gemeente, en huisvesting. Denk hierbij aan het reilen en zeilen van het ERGO-centrum in Ommoord. Het bleef boeiend tot het laatste moment, want tijdens de coronaperiode kwamen veel nieuwe beleidsvragen naar voren.'

Hoogtepunt

'In 2005 mochten we eindelijk het MRI-apparaat gaan plaatsen in het ERGO-centrum. Op de Briandplaats konden we niet goed heien, terwijl dat wel nodig is voor zo'n zwaar apparaat. Dit was al een grote uitdaging. Maar om de MRI binnen te krijgen hebben we het dak eraf moeten halen. Met behulp van veel bouwkundige deskundigheid hebben we de taak volbracht. Dat dit gelukt is, brengt nog steeds trots in me naar boven. Het dak ging er letterlijk af!'

Managementstijl

Gevraagd naar zijn stijl van leidinggeven zegt hij: 'Veel rondlopen en een open deurbeleid. Elkaar zien en in de ogen kijken is belangrijk voor mij. Mensen kunnen altijd veel meer dan ze zelf denken. Ik zet ze graag in hun kracht en geef ze mijn vertrouwen: Wat denk jij? Hoe wil je het aanpakken?'

Collega's

'Wat ik enorm ben gaan waarderen in de coronatijd is het contact met en tussen de medewerkers. Elkaar zien, vragen stellen en bij elkaar binnenlopen heeft grote waarde voor mij. Ik loop liever bij iemand op zijn werkplek langs dan dat ik ga mailen. Er is altijd veel meer met elkaar uit te wisselen dan je vooraf denkt. "Even" bestaat niet, want je bent snel een uur verder. Met thuiswerken zit je meer in isolement en mis je dit allemaal.'

Sparren

'Een heel boeiend aspect van mijn werk vond ik het sparren met de onderzoekers. In hun bevoegenheid komen ze soms met in hun ogen onmogelijke vragen. Die probeerde ik te vertalen naar realistische, uitvoerbare en financieel haalbare kaders. Zij geholpen, ik tevreden. De onvermoeibare onderzoekers en hun aanstekelijk enthousiasme ga ik enorm missen.'

Onvergetelijk

'De deelnemersdagen van ERGO zijn me zeer dierbaar. Deze werden gehouden in het World Trade Center Rotterdam, de laatste keer in 2015. De grote belangstelling van de deelnemers en hun enthousiaste reacties op de verhalen van de onderzoekers blijven me altijd bij. Hoe ze positief meedachten over de onderzoeken en de resultaten was hartverwarmend.'

Rotterdam

'Door 40 jaar werken in Rotterdam ben ik gaan houden van deze stad. De haven heb ik zien verdwijnen uit de stad en de nieuwbouw zien verrijzen. De ontwikkeling van Zuid, de kop van Zuid en de Wilhelminapier, de mooie bruggen en de hoogbouw op de Wijnhaven. Het is voor mij ook een metafoor voor de ontwikkeling van mijn eigen loopbaan. Ik woon inmiddels op de Wilhelminapier, lekker aan het water, en geniet samen met mijn vrouw Letty dagelijks van de levendigheid om ons heen.'

'Het dak ging er letterlijk af'

Pensioen of niet?

Zijn pensioendatum was ook de datum dat hij grootvader werd van kleine Finn. Hij is nu oppasopa voor minstens 1 dag per week. Koos verlaat het Erasmus MC nog niet helemaal. Hij is gevraagd voor een uitdagende adviesklus om een opleiding van aanstaande onderzoekers op te richten in het Erasmus MC. Voorlopig zit Koos dus nog niet stil.

Laatste woord

'Graag wil ik alle deelnemers bedanken voor hun enorme bijdrage aan het prachtige onderzoek dat ERGO is. Dankzij hun vertrouwen hebben we baanbrekend werk kunnen doen. Ik hoop dat elke deelnemer heeft gevoeld dat zij centraal staan bij ons. Altijd met stip op 1!'

'Ik ben enorm van Rotterdam gaan houden'





Dubbelinterview met

huisarts-onderzoeker Evelien de Schepper
en arts-onderzoeker Silvan Licher

Zorggebruik in coronatijd

De coronapandemie heeft grote impact op onze samenleving en leidt tot allerlei vragen. Zijn mensen in de coronatijd bijvoorbeeld reguliere zorg gaan uitstellen of mijden? Welke redenen zijn hiervoor? Wat zijn de gevolgen op landelijk en regionaal niveau? Wat betekent dit voor zowel patiënt als zorgverlener? Vanuit hun zolderkamers werkten Evelien de Schepper en Silvan Licher een onderzoeksvoorstel uit, waarvoor een flinke subsidie is toegekend.

Samenwerken

Allebei zijn ze opgeleid tot epidemioloog, waarbij ze zich bezighouden met het voorkomen en de verspreiding van ziekten. Evelien werkt bij de afdeling Huisartsgeneeskunde van het Erasmus MC. Silvan is onderzoeker bij ERGO. Ze kenden elkaar al van een eerdere samenwerking en het onderlinge vertrouwen is groot. Evelien over Silvan: 'Hij is snel in alles: praten, bewegen, schrijven en denken. Daarbij is hij heel open en enthousiast over wat hij doet.' Silvan over Evelien: 'Ze heeft hart voor de zaak, is heel accuraat en let op de details. Ze is een zorgzame en betrouwbare samenwerkingspartner.'

Hoe het begon

In maart, toen de wereld tot stilstand kwam, zijn Evelien en Silvan gaan praten over vragen die hen bezighielden in een WhatsApp-groep met andere bezorgde collega's. Silvan: 'Hoeveel mensen blijven nu thuis terwijl ze wel klachten hebben?' Evelien: 'Als ze zorg zijn gaan mijden, hoe komt dat dan? We maakten ons zorgen.'

Wegvallen zorg

Evelien: 'In Italië zijn mensen met hartklachten thuisgebleven. Hoe zit het in Nederland met mensen met hart- en vaatziekten? En mensen met kanker? Zo wordt de veel voorkomende hartritmestoornis boezemfibrilleren vaak ontdekt bij standaardcontroles. Het is niet direct levensbedreigend, maar moet wel behandeld worden. Hoe is dat in coronatijd gegaan?'

Steun van ZonMw

ZonMw, de Nederlandse organisatie voor gezondheidsonderzoek en zorginnovatie, financiert hun onderzoek én stimuleert daarmee het gebruik van de ontwikkelde kennis om de zorg en gezondheid te verbeteren. 'Inmiddels hebben we 2 onderzoekers aangenomen die onderzoek gaan doen met de ERGO-gegevens uit de recente coronavragenlijsten', zegt Silvan.

'Het ERGO-centrum was wel gesloten, maar de communicatie met alle ERGO-deelnemers was open en intensiever dan ooit'

Steun van ERGO-deelnemers

Silvan: 'We hebben extra vragen toegevoegd aan de vragenlijsten die naar alle ERGO-deelnemers zijn gestuurd.' Evelien vult aan: 'Heeft u klachten gehad waarmee u niet naar de huisarts bent gegaan? Dit was een belangrijke vraag.' 'Ook hebben we persoonlijke interviews afgenomen bij een selecte groep ERGO-deelnemers over de coronatoestand en de gezondheid', vertelt Silvan. Evelien: 'Soms is het lastig om alle antwoorden alleen via de vragenlijst te krijgen zonder vergelijkingsmateriaal te hebben. Daartoe gebruiken we de database van Rijnmond Gezond (400.000 mensen) om terug te kijken naar het zorggebruik in voorgaande jaren.'

Evelien: 'Ik ben verantwoordelijk voor het beheren en verwerken van deze database van zo'n 400.000 patiënten. Dit is een aparte database van de huisartsen uit regio Rijnmond, waarmee we kunnen zien of patiënten in Rotterdam minder zorg zijn gaan gebruiken tijdens de coronaperiode in vergelijking met voorgaande jaren.' Silvan: 'In ERGO stelden we specifiek de vraag waarom mensen dit doen, om meer inzicht te krijgen.'

Steun van Nederlandse universiteiten

Silvan: 'We hebben contact gezocht met andere universiteiten, omdat dit niet alleen een regionaal, maar ook een landelijk probleem is. Je zag dat de coronapieak eerst in Brabant en Limburg optrad en nu verschuift naar de Randstad. Binnen een week hadden de universiteiten van Maastricht, Utrecht, Groningen, Amsterdam en Nijmegen zich aangesloten. Samen goed voor een schat aan informatie. Dit is zelden vertoond!'



Steun van grote patiëntenverenigingen

Evelien: 'Ook Harteraad en KWF Kankerbestrijding doen mee aan ons onderzoek. Harteraad is hét expertisecentrum voor een leven met hart- en vaatandoeningen. KWF kent iedereen wel. We zijn erg blij met hun deelname, omdat het grote patiëntenverenigingen zijn. Hun leden zijn mogelijk bang om naar de dokter te gaan, omdat ze tot de kwetsbare groepen behoren.'

Kippenvel

Silvan: 'De gemiddelde leeftijd van de ERGO-deelnemer is 70 jaar. Velen vinden het fijn om op papier te lezen en de tijd te nemen om de vragenlijst van wel 35 kantjes op hun gemak in te vullen. Dit hebben we gemerkt aan de massale respons. Ons kantoor stond helemaal vol met dozen met de antwoorden van de ERGO-deelnemers op onze vragen. Die enorme betrokkenheid raakt ons recht in het hart. Kippenvel!'

Toekomst

Met het ophalen van inzichten en de geleerde lessen tijdens de coronatijd kunnen Silvan en Evelien bijdragen aan het bieden van betere zorg en preventie voor de toekomst, door antwoord te geven op vragen als:

- Hoe kun je als huisarts zorg aanbieden en de mensen beter bereiken?
- Hoe kun je controles laten doorgaan?
- Hoe informeer je patiënten het beste?
- Hoe ga je om met de ontstane achterstand in de zorg?



Drie nieuwe gezichten bij ERGO

En ze komen bij u thuis!



Corinne Stoffels

Van uitvaartleider naar ERGO-interviewer

Corinne Stoffels is 15 jaar lang uitvaartleider geweest in Rotterdam. 'Het is een mooi beroep, waarin je na één druk op de deurbel wordt binnengelaten en je al snel onderdeel van de familie voelt', zegt ze hierover. 'Door het intensieve en intieme contact met elkaar krijg je betekenisvolle uitwisselingen met mensen in zo'n kwetsbare periode. Het nadeel is dat het altijd onregelmatig werk is.' Haar man Arthur (fiscalist) is veel van huis voor zijn werk. Samen hebben ze 2 opgroeiende zonen, Leendert (15) en Hein (12). Voor hen wil ze op gezette tijd thuis zijn, maar dit is niet goed te combineren met het onregelmatige karakter van de uitvaartbranche. De functie van interviewer sluit goed aan bij haar vorige baan en is ook nog eens veel dichterbij huis.



Jeanette Mulder

Ze trok de stoute schoenen aan en solliciteerde direct

Jeanette Mulder is naast interviewer ook de nieuwe onderzoeksmedewerker voor longfunctie en neuro-psychologische tests. Voorheen werkte ze in de stad op de afdeling Anesthesiologie van het Erasmus MC. Ze trok meteen de stoute schoenen aan en solliciteerde direct toen ze de vacature zag. 'Een paar aspecten spraken me erg aan: veel contact met mensen, het werken in een team en het aantal uren. Een mooie bijkomstigheid is dat het weer dichterbij mijn huis in Nesseland is.' Ze woont daar met haar man Marcel (verkeerskundige). Haar kinderen Roxanne (30) en Nick (28) zijn inmiddels de deur uit. Haar huis is wel weer gevuld met kindergeluiden. Ze is namelijk net oma geworden van kleinzoon Mitch. Verder houdt ze van decoreren en koken.

De volgende stap binnen het Erasmus MC

Marjolijn Kasi heeft een lange staat van dienst binnen het Erasmus MC. Eerst werkte ze als secretaresse bij de afdeling Epidemiologie & Biostatistiek, vervolgens bij Hematologie en daarna bij de afdeling Psychiatrie en nu weer terug bij de Epidemiologie. In haar nieuwe functie wordt ze naast interviewer, ook onderzoeksmedewerker van het hart- en vaatblok. Op het ERGO-centrum in Ommoord gaat ze bij de deelnemers echo's maken van het hart, de bloeddruk meten en hartfilmpjes maken. Dat is een verrijking voor haar loopbaan. Marjolijn woont in Berkel en Rodenrijs samen met haar man Ramon, die werkzaam is bij een woningbouwvereniging. Ze is de kattenmoeder van Boris, Daisy, Mickey, King en een aanloopkat zonder naam. Ter ontspanning en voor de conditie doet ze aan paardrijden. Ook fietst en wandelt ze in haar woonomgeving.



Marjolijn Kasi

We hebben de 3 interviewers ook gevraagd naar de afgelopen periode

Wat zijn ze gaan waarderen?

Corinne

'Wij zijn weer een gezin geworden. Mijn man reist veel voor zijn werk, daardoor ben ik vaak alleen met mijn jongens. In de coronatijd stopte het reizen en werd mijn man onderdeel van het dagelijks reilen en zeilen. Het was even wennen, maar we hebben veel *quality time* met elkaar gekregen.'

Marjolijn

'Het thuiswerken ben ik meer gaan waarderen. Je hoeft niet op de klok te kijken en je kunt in je eigen tempo werken. Ter ontspanning ben ik dagelijks mijn buurt gaan verkennen. Ik kan nu zeggen dat ik mijn omgeving beter heb leren kennen.'

Jeanette

'Mijn vrijheid ben ik extra gaan waarderen. Als uithuizig type ben ik altijd onderweg. In de coronatijd viel alles stil en werd ik teruggeworpen op mezelf. Het was opnieuw zoeken naar mijn ding. In die tijd had ik bijvoorbeeld fysiotherapie. Dat je dat ook op afstand kon doen, was verrassend.'

Welke inzichten hebben ze opgedaan?

Corinne

'Ik vind het een leerzame en mooie periode. We zijn wakker geschud. We zijn ons nu veel bewuster van alles en leggen op een nieuwe manier contact met elkaar.'

Marjolijn

'Het nieuwe normaal mag voor mij een mix zijn van het nieuwe werken en alles wat we nu geleerd hebben over leven in coronatijd.'

Jeanette

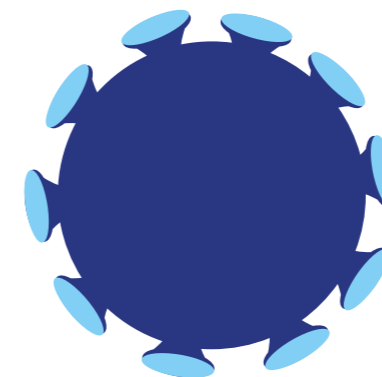
'Mijn motto *Don't think you can't, think you can* geeft me inspiratie om door te zetten in mijn leven. Ook de afgelopen periode heeft het me weer geholpen om te gaan met veranderingen en tegenslagen.'



Werken en leven in coronatijd

Nu het coronavirus krachtig de kop opsteekt is een moment van bezinning aangebroken. De onzekerheid van deze tijd moeten we aanvaarden. Ons eigen gedrag staat meer centraal dan ooit. Hoe gaan we verstandig om met onze vrijheid, zonder elkaars veiligheid uit het oog te verliezen? Hoe werken en leven we veilig in deze tijd? Laten we vooral kijken naar wat wél kan en hoe we invulling geven aan het leven in al z'n klank en kleur.

Er zijn 7 ERGO-mensen die vertellen over hun dagelijks leven in de afgelopen periode. Hoe is het thuiswerken bevallen? Hebben ze te maken met de gevreesde coronakilo's? Met wie waren ze in lockdown? Hoe zal deze periode voor hen de historie ingaan? Wat zijn zij meer gaan waarderen?



Wie vertellen hun verhaal?

dr. Annemarie Luik
 drs. Frank van Rooij
 prof. dr. Arfan Ikram
 Jolande Verkroost
 Andrea Vermeij
 drs. Laurens van Kleef
 Hannie van den Boogert



Annemarie Luik

Onderzoeksleider
Psychiatrische epidemiologie

Fysieke afstand

'De term *social distancing* is niet goed in mijn ogen. Het gaat om fysieke afstand, maar juist niet om sociale afstand. Onderhoud daarom je sociale contacten en omring je links en rechts met de nodige steun van vrienden, familie en burens op een veilige afstand.'

Coronakilo's

'Lekker veel wandelen langs de Maas. Ook heb ik andere sporten ontdekt die je op 1,5 meter van elkaar kunt doen, zoals surfen en kajakken! Geen coronakilo's dus.'

Gaan waarderen

'Hoe fijn het is om mijn collega's en studenten in het echt te zien en in levende lijve met elkaar te communiceren. Het geeft lol aan mijn werk. Ook ben ik de extra ruimte in mijn huis gaan waarderen. Met een eigen werkkamer kan ik letterlijk de deur achter me dicht trekken als ik klaar ben met werk.'

Dagritme

'Ik hou bewust kantooruren aan, zo werk ik het beste. Dan heb ik een goede scheiding tussen privé en kantooruren en heb ik de tijd om te gaan wandelen en roeien.'

2020

'Het jaar dat ik niet gereisd heb en 12 maanden achtereenvolgens in Nederland was. Dat is een unicum, want voor plezier en werk reis ik normaal gesproken veel.'

Gezellig

'De lockdown heb ik doorgebracht met mijn vrouw en twee dochters. Ik heb twee zoons van 27 en 25 jaar en een meisjestweeling van 21 jaar. De uitwonende dochter is weer thuis komen wonen, dat vond ze prettiger, want de studentenflat waar ze woont was helemaal leeggestroomd.'

Tuin

'Onze tuin, die niet supergroot is, ben ik enorm gaan waarderen. Dat je tijdens het thuiswerken zo naar buiten kan lopen brengt goede afwisseling.'

Bedankt

'De vele ingevulde coronavragenlijsten die we mochten ontvangen van de deelnemers zijn hartverwarmend. Ik wist dat onze deelnemers trouw waren, dat blijkt steeds maar weer. Dit keer hebben we alle ERGO-deelnemers tegelijkertijd benaderd in plaats van in groepjes. Dat is uniek.'

Coronakilo's

'De hobby van één dochter is taarten bakken. De uitdaging was om niet teveel taart te eten en gezond te blijven. Daarom hebben we voor een goede balans veel gewandeld.'

Handen schudden

'Als we ooit weer teruggaan naar de oude situatie dan zeggen we later: dat kon in 2020 niet. Als het echter zo blijft, dan vertellen we onze verbaasde achterkleinkinderen dat we vóór 2020 gewoon aan handen schudden deden met elkaar.'



Frank van Rooij

Datamanager



Arfan Ikram

Hoofdonderzoeker

Jong gezin

'De afgelopen periode heb ik als een stop-startmoment ervaren. Mijn normale dagindeling werd in maart helemaal omgegooid. Vóór 10 uur zorgde ik dat mijn dochttertjes van 4 en 7 jaar hadden ontbeten en met hun schoolwerk aan de slag konden. Daarna werkte ik thuis in blokken van 3 kwartier, rekening houdend met de korte aandachtsboog van mijn meisjes.'

Werkplek

'Op mijn zolderkamer zat aan mijn hoekbureau links mijn ene dochter en rechts mijn andere dochter. Zo konden ze huiswerk doen en maakten ze ook minder ruzie, terwijl ik online aan het vergaderen was. Dat lukte best goed.'

Dagritme

'Met 2 muisklikken ging ik online van afspraak naar afspraak. Na elke meeting liep ik even de tuin in om 1 minuut frisse lucht te halen. De online meetings werden efficiënt ingekort. Daardoor kreeg ik de ruimte om in coronatijd een rol achter de schermen te spelen met extra dossiers en deelnames in adviescommissies. Op deze manier een bijdrage leveren gaf me voldoening.'

Ontspannen

'Koken geeft me ontspanning. Ook tennis ik graag met mijn familie. Dat kon niet meer in de coronatijd. Ik heb het goede voorbeeld van mijn vrouw gevolgd en ben gaan boksen en fitnessen. Dat vind ik onverwacht leuk.'

Erkentelijk

'We kunnen belangrijke vragen beantwoorden dankzij uw input aan ons corona-onderzoek. Iedereen, bedankt!'

Op de vierkante meter

'Half maart kwamen mijn man en ik terug van vakantie. Ineens moesten we thuis gaan werken. We hebben niet zo'n groot huis. Een hoek in de huiskamer heb ik als mijn werkplek ingericht. Tijdens onze koffie- en lunchpauzes zaten we gezellig op het balkon.'

Omschakelen

'Aan het thuiswerken was ik nog maar net gewend toen het corona-onderzoek van start ging. Dat was weer even omschakelen, maar wat een uitdagend project is het geweest. Onze deelnemers hebben massaal hieraan meegewerkt. Geweldig!'

Bewegen

'Aan de drukte bij de fietswinkel in Ommoord was goed te merken dat ik niet de enige ben die een nieuwe elektrische fiets heeft gekocht. Verder wandel ik nu meer en heb ik zo mijn buurt Capelle-Schollevaar veel beter leren kennen.'

Historisch

'2020 is nu al een historisch jaar. Misschien denken we over een tijdje met weemoed terug aan 2019, het jaar dat we nog wel met 50.000 mensen naar concerten gingen. En misschien beleeft het thuiswerken nu zijn definitieve doorbraak.'

Samen sterk

'Ik had grote behoefte om in deze lastige tijd iets leuks te doen voor anderen. In de Hoeksche Waard ben ik plantjes gaan halen en heb deze uitgedeeld. Iedereen blij: de kweker, de ontvangers en ik. Met een beetje zorg en aandacht voor elkaar komen we ook hier doorheen. Samen staan we sterk.'



Jolande Verkroost

Onderzoeksmedewerker



Andrea Vermeij

Analist

Vrijwilliger in coronatijd

'In overleg met mijn gezin en leidinggevende heb ik mij in maart aangemeld als vrijwilliger op de afdeling Centrale Sterilisatie van het Erasmus MC. Vanwege de schaarste ben ik gaan helpen met het steriliseren van het beschermingsmateriaal, zodat het kon worden hergebruikt.'

Steriliseren beschermingsmaterialen

'Duizenden mondkapjes en brillen hebben we verzameld en gesorteerd. Alles wat vuil of beschadigd was hebben we meteen weggegooid. Na verschillende tests was ongeveer 50% na sterilisatie te hergebruiken. Dat hebben we goed gedocumenteerd en verpakt, zodat het in tijden van nood gebruikt kan worden.'

Dagelijkse livestream

'Het was spannend om te werken met besmet materiaal. Wekelijks kregen we duidelijke instructies via een livestream met de experts van het Erasmus MC, die bekend zijn bij de ERGO-deelnemers van televisie. Aan Diederik Gommers, Ernst Kuipers en andere experts konden we al onze vragen stellen. De antwoorden hierop konden we thuis in alle rust terugkijken.'

Afbouwen

'Na 2 maanden kregen we vanuit China de eerste ladingen mondkapjes binnen. Toen zijn we weer gaan afbouwen. In juni was het fijn dat ik weer op mijn oude, vertrouwde lab kon werken.'

Geluk

'Een bloemetje bezorgen, boodschappen doen of vaker bellen. Het is zo simpel om wat voor een ander te doen.'

Nieuwe baan tijdens corona

'Via Microsoft Teams heb ik mijn nieuwe ERGO-collega's leren kennen. Dat is beter dan via de telefoon, nu ken ik de gezichten van iedereen. Het is inmiddels vertrouwd. Op 1 februari ben ik gestart met de training om echo's te maken van de lever binnen ERGO. Op 1 april zou ik starten met echografie, maar dat is nu uitgesteld tot 1 januari.'

Anders

'Door corona moest ik een andere invulling geven aan mijn werk. Ik ben me gaan verdiepen in leefstijl, cognitieve functies en leververvetting. Ons doel is om leververvetting tijdig op te sporen om zo schade te voorkomen. Leefstijl speelt een belangrijke rol in het gezond krijgen en houden van de lever.'

Meer tijd

'Samenzijn met familie en vrienden ben ik meer gaan waarderen. Ook vind ik het prettig dat ik meer leestijd kreeg voor mijn vakliteratuur over leververvetting. Ik ben helemaal up-to-date.'

Coronafit

'Ik ben bewust wat minder gaan eten thuis. Zodra het kon, ben ik weer gaan zwemmen.'

Wat vertel jij straks door?

'In 2020 hebben we met z'n allen in een lockdown gezeten en werd onze vrijheid beperkt. Het was een jaar waarin we minder naïef zijn gaan denken over virussen.'



Laurens van Kleef

Promovendus Maag-, darm- en leverziekten



Hannie van den Boogert

Onderzoeksmedewerker

Werken in coronatijd

'Zo vlak voor mijn pensioen ben ik heel blij met de speciale projecten die ik heb gedaan in plaats van mijn dagelijkse onderzoekswerk. Een deel van de ingevulde vragenlijsten heb ik ingescand voor ons digitale archief en samen met een aantal collega's heb ik de vragenlijsten in Ommoord bezorgd.'

Moderne communicatie

'Ik ben gezegend met 3 dochters. Twee wonen net als ik in Dordrecht en eentje in Friesland. Als trotse oma van 2 kleindochters (van 14 en 3 jaar) en een pasgeboren kleinzoon, ga ik met mijn tijd mee en FaceTime ik nu veel met mijn kleindochters.'

Opruimen

'Thuis heb ik eerst opgeruimd om goed te kunnen werken. Het was een tijd waarin ik veel kon lezen. Ik zit op een conversatiegroep Zweedse literatuur. Voor de lezers onder u heb ik nog een boekentip: de boeken van schrijver Jørn Lier Horst. Met zijn ervaring als politieman schrijft hij prachtige boeken die lekker weggelezen. Pure ontspanning!'

Coronafit

'Met mijn 2 golden retrievers wandel ik graag in de Biesbosch. Thuis heb ik een hometrainer en een roeiapparaat. Daardoor heb ik geen coronakilo's.'

Sociaal gevoel

'Het is een periode waar ons sociaal gevoel versterkt is en waarin we weer leren om goed met elkaar om te gaan.'





Interview met Joyce van Meurs

Nieuwe onderzoekersleider

Wanneer drukt u op de rode knop?

In het Erasmus MC maken we kennis met dr. Joyce van Meurs, de nieuwe onderzoekersleider van ERGO op het vlak van het bewegingsapparaat én de genetica. Ze kijkt naar allerlei moleculen in het bloed; van DNA tot eiwitten. De kennismaking vindt plaats in het lab te midden van robots en de meest geavanceerde apparatuur. Het is een fascinerende werkplek.

Achtergrond

Joyce is in Utrecht opgeleid tot bioloog, daarna in Nijmegen gepromoveerd op gewrichtsontstekingen bij muizen en houdt zich nu in Rotterdam bezig met DNA- en erfelijkheidsonderzoek. Als onderzoeker van het Erasmus MC heeft ze de gave om helder uit te kunnen leggen waar ze zich mee bezig gaat houden en maakt daarmee haar vakgebied toegankelijk.

Focus

'Binnen ERGO ligt onze focus op veelvoorkomende aandoeningen van het bewegingsapparaat', steekt ze van wal. 'Denk aan: **artrose**, waarbij het kraakbeen wordt aangetast in een gewricht, zoals heup, knie of duim; **osteoporose** oftewel botontkalking en **chronische pijn**.'

Starten in coronatijd

'Ik heb prof. dr. André Uitterlinden opgevolgd en mijn start in coronatijd ging redelijk moeiteloos. Het meeste onderzoekswerk kon ik vanuit huis doen. Eén dag per week was ik te vinden in Rotterdam, want ik ben ook coördinator van een laboratorium. Daarvoor moest ik wekelijks overleggen met de analisten van het lab, want dat werk ging door.'

'De afgelopen tijd heb ik veel thuisgewerkt in Brabant met mijn man Willy (natuurkundige) en onze 2 kinderen Coen (20) en Paula (17). Ik heb het goed hier. Er is veel ruimte en ik loop zo het bos in. Dat ga je nu extra waarderen. Ook mijn nieuwe bureaustoel is een uitkomst. Zo heb ik veel voor het ERGO-onderzoek kunnen doen.'

Tijd voor nieuwe projecten

'Ik heb veel tijd gestoken in het bestuderen van allerlei onderzoeksgegevens. Door het wegvallen van de reistijd ontstond er meer tijd voor het schrijven van nieuwe projectvoorstellen en het aanschrijven van fondsen. Onze onderzoeksgroep is een genetisch onderzoek gestart naar waarom de ene mens ernstige klachten krijgt van het coronavirus en de andere niet. In hoeverre erfelijkheid hierin een rol speelt, is een van onze onderzoeksvragen.'

Veel onderzoeken

Binnen ERGO valt het bewegingsblok onder de verantwoordelijkheid van Joyce. Zo hebben we de volgende onderzoeken gehad:

- Botdichtheidsmeting
- Röntgenfoto's
- pQCT
- Spierkrachtmeting
- Pijngevoeligheidsonderzoek
- Sta-op-stoel/springplank

Veel van de onderzoeken zijn uitgevoerd door onze onderzoeksmedewerker Hannie van den Boogert, die volgend jaar met welverdiend pensioen gaat.

'Er wordt gekeken naar de botdichtheid. Deze meting geeft inzicht in de mate van botontkalking. We bestuderen de mate van slijtage van de gewrichten op röntgenfoto's, bekijken de kwaliteit van het bot met de pQCT-scan van het onderbeen, meten de kracht in de handen met de spierkrachtmeting en kijken hoe gemakkelijk u kunt opstaan en kunt springen op de springplank.'

In de nieuwe onderzoeksronde gaan we ook nog een pijngevoeligheidsonderzoek doen. Chronische pijn is in het algemeen de meest voorkomende klacht, die de kwaliteit van leven ook nog eens enorm beïnvloedt. 50% van onze deelnemers heeft ook last hiervan.'

We weten dat er een relatie is met gewrichtsslijtage. Maar we weten niet waarom de één daarbij wel pijn krijgt, en de ander niet. Dat willen we nu onderzoeken. Pijngevoeligheid is iets individueels. Het is een prikkel, die je fysieke, maar ook je psychische gesteldheid en je omgeving enorm beïnvloedt.

Met dit onderzoek hopen we inzicht te krijgen in het risico dat mensen lopen om op latere leeftijd chronische pijn te ontwikkelen. Is er bijvoorbeeld een samenhang tussen pijngevoeligheid en het brein? Kunnen we op de MRI's van de hersenen aanwijzingen vinden voor toekomstige chronische pijnklachten?'

We volgen graag de ontdekkingen en resultaten uit het ERGO-onderzoek van deze nieuwe onderzoekersleider.





Wat doen we bij het pijngevoeligheds-onderzoek?

Europees onderzoek

Binnen ERGO gaan we een nieuw onderzoek starten als onderdeel van PainFACT, een groot project in Europa. Hieronder leggen we de onderdelen van het onderzoek alvast uit.

De deelnemers krijgen een bloeddrukband om de kuit, waarbij we de druk opvoeren. We vragen de deelnemer om op een rode knop te drukken zodra deze pijn voelt, waarna de bloeddrukband onmiddellijk leegloopt. Hierdoor houden mensen dus de volledige controle tijdens het onderzoek naar hun pijngevoeligheid. Dat is een geruststellende gedachte.

Daarna gaan we testen hoelang je je hand in een koudwaterbad kunt houden. Hierbij meten we hoe lang je het water van zo'n 3 graden kunt verdragen.

Positieve geluiden

Dit onderzoek is ook in Noorwegen uitgevoerd door Christopher Nielsen onder 20.000 mensen. Dit heeft een interessant resultaat opgeleverd. De metingen hebben nieuwe inzichten gegeven over de relatie tussen pijngevoeligheid en allerlei chronische ziekten. De Noorse deelnemers hebben de meting niet als vervelend ervaren. Het herhalen van de metingen tijdens het onderzoek was daardoor geen probleem. 'Ik ben benieuwd hoe onze trouwe ERGO-deelnemers het zullen vinden. Ik hoor graag hun ervaringen en ben dankbaar voor hun medewerking', aldus onderzoekersleider Joyce van Meurs.

ERGO Nieuws is een uitgave van het Erasmus MC, afdeling Epidemiologie en verschijnt twee keer per jaar in een oplage van 8500 exemplaren.

ERGO Nieuws richt zich op medisch-wetenschappelijk nieuws en onderzoek. Het magazine fungeert als informatiebron om de dagelijkse praktijk van het ERGO-centrum te leren kennen vanuit verschillende perspectieven.

Voor wie

ERGO Nieuws wordt gestuurd naar alle deelnemers, medewerkers, huisartsen, apothekers, wetenschappers en woonzorgcentra, die betrokken zijn bij het ERGO-onderzoek.

Hoofredactie

Loyda van der Vlist | Creative Desk

Redactieteam

Natalie Terzikhian
Jolande Verkroost-van Heemst
Martijn Bijwaard | Creative Desk

Eindredactie

Brenda Leening-Kieboom

Fotografie

Pamela van Gelderen | Creative Desk

Vormgeving

Team Creative Desk

ERGO-onderzoekscentrum

Briandplaats 15
3068 JJ Rotterdam
010 70 38 900
ergo.epi@erasmusmc.nl