

Over planetaire gezondheid



INTERVIEW MET EVELYN BRAKEMA DOOR ARNE DAMBRE – FOTO: MARTIJN GIJSBERTSEN

Gezondheid is ons hoogste goed, zo bleek eens te meer tijdens de Covid-crisis. Steeds meer stemmen gaan op om de impact van de ecologische crisissen op onze gezondheid sterker in de verf te zetten. De klimaatcrisis is immers een gezondheidscrisis. Het gezondheidsargument kan bovendien een belangrijke rol spelen in de ecologische transitie. Zo benadrukte een recent artikel in *Nature*, over de klimaatimpact van voeding, dat het promoten van een dieet dat goed is voor de planeet (en dus vooral plantaardig), meer kans op slagen heeft als vooral de positieve gezondheidseffecten benadrukt worden. Evelyn Brakema vertelt ons in dit interview meer over het concept planetaire gezondheid en de rol die de zorg te spelen heeft.

Je hebt geneeskunde gestudeerd en werkt nu als huisarts (in opleiding). Van waar komt de motivatie om je met de ecologische crisis en duurzaamheid in de zorg bezig te houden?

Ik ben er stap voor stap ingezogen. Hoe meer je ermee bezig bent, hoe meer je er ook mee bezig wil zijn. Ik merk dat ook bij mensen om me heen. Zodra je er eenmaal je tanden in zet... Het is bijna verslavend, omdat je denkt, wow, zo veel uitdagingen, maar er liggen ook zoveel kansen en daar moeten we wat mee.

Ik denk dat het deels gevoed is door mijn PhD over longgezondheid en luchtvervuiling. Ik onderzocht dat in Kirgizstan, Griekenland, Vietnam en Uganda. Deze *Global Health PhD* hielp me om ziektes in hun grotere plaatje te zien. Daardoor kon ik niet meer onder de enorme problemen uitkomen die op ons afkomen door de klimaatverandering, juist ook op vlak van gezondheid. Dan dacht ik bij mezelf: wat zit ik eigenlijk nog te doen in mijn spreekkamer. Als ik gezondheid wil bevorderen, dan moet ik zeker ook aandacht hebben voor de klimaatcrisis en andere ecologische crises, ook buiten de spreekkamer.

Vervolgens kwam het allemaal samen toen ik vrijwilligerswerk deed als arts in een vluchtelingenkamp op Samos, een Grieks eiland voor de Turkse kust. Daar zag ik met mijn eigen ogen de erbarmelijke omstandigheden waarin mensen op de vlucht terecht komen. De cijfers over klimaatvluchtelingen, weer kijkend vanuit dat grote *Global Health*-plaatje, werden daar verbonden met het dramatische beeld dat ik kreeg van mensen op de vlucht, die zo onmenselijk werden behandeld, op Europese bodem nota bene. Dit is echt niet goed, dacht ik toen. De PhD hielp me het overkoepelende plaatje en de cijfers te zien, die duidelijk maakten voor wat een gigantische uitdaging we staan. Deze rationele blik op de ecologische

harmonie kunnen leven. Onze huidige maatschappij lijkt deze evidentie kwijt. Het concept planetaire gezondheid maakt duidelijk dat een gezonde balans tussen menselijke activiteiten en wat planetaire systemen aankunnen, essentieel is om de aarde leefbaar te houden.

Het meest gekende planetaire systeem dat bedreigt wordt door menselijke activiteiten is natuurlijk het klimaat. Verder dienen we ons ook zorgen te maken over het verlies aan biodiversiteit, de verzuring van de oceanen, een verstoorde stikstof- en fosforcyclus, de uitputting van land- en zoetwaterreserves, het gat in de ozonlaag en de toenemende chemische vervuiling.

Al deze planetaire systemen hebben grenzen voor wat betreft de versturende menselijke activiteiten die ze aankunnen. Het overschrijden van deze grenzen brengt deze levensbelangrijke systemen in gevaar en bedreigt bijgevolg ook onze gezondheid.

Het begrip planetaire gezondheid is dan ook

aan een opmars bezig in de zorgsector, net omdat steeds duidelijker wordt hoe belangrijk een gezonde planeet is voor de menselijke gezondheid.

Kan je iets meer vertellen over de gevaren voor de gezondheid die voortkomen uit de verschillende ecologische crises?

Als we naar de zogenaamde 'planetaire grenzen' kijken, kunnen we specifieke gezondheidsrisico's identificeren die voortkomen uit het overschrijden van deze grenzen.

Neem bijvoorbeeld de klimaatverandering. De WHO bestempelde klimaatverandering als de grootste bedreiging voor de volksgezondheid in de 21ste eeuw. Klimaatverandering bedreigt zo ongeveer alle gezondheidsuitkomsten. Er zijn de directe negatieve gevolgen, zoals de vele hittedoden tijdens een hittegolf of slachtoffers tijdens stormen. We krijgen



Als ik gezondheid wil bevorderen, dan moet ik zeker ook aandacht hebben voor de klimaatcrisis en andere ecologische crises, ook buiten de spreekkamer.

crisis werd op Samos gekoppeld aan een concreet gevoel. Met de wetenschap dat er binnenkort tot wel 200 miljoen klimaatvluchtelingen dreigen te zijn als we niet drastisch van koers veranderen, dacht ik 'hier wil ik wat aan doen'.

'Planetaire gezondheid' is een begrip dat op groeiende belangstelling kan rekenen. Wat moeten we hieronder verstaan?

Planetaire gezondheid staat voor het omgaan met de aarde op een duurzame manier, vanuit de vaststelling dat wij mensen deel uitmaken van de aardse ecosystemen en dat onze gezondheid onlosmakelijk verbonden is met de gezondheid van de planeet.

Bij inheemse gemeenschappen is het vaak een evidentie dat we als mensen deel zijn van de ons omgevende natuur, waarmee we het best in

ook te maken met een steeds heviger én langer pollenseizoen, met bijgevolg een toename aan allergische en astmatische klachten. Ook vectorziekten (ziekten die verspreid worden door muggen, vliegen, teken, enz. nvdv.), zoals Lyme, knokkelkoorts en zelfs malaria rukken weer op, ook naar het Noorden. Ook indirect heeft klimaatverandering een impact op de volksgezondheid. Denk maar aan hoe mislukte oogsten kunnen leiden tot hongersnoden, die op hun beurt weer leiden tot gewelduitbraken en massamigratie. Tot slot dienen we ons ook zorgen te maken over de beschikbaarheid van drinkbaar water.

De negatieve effecten van overschreden planeaire systemen kunnen elkaar ook versterken. Zo vormt de combinatie van een warmer klimaat en een overdaad aan stikstof de ideale voedingsbodem voor giftige blauwalgen in onze waterlopen. Luchtvervuiling in combinatie met hitte leidt dan weer tot de vorming van ozon, hetgeen extra negatieve gezondheidseffecten met zich meebrengt.

Best angstaanjagend allemaal. Wat deed deze kennis met jou, als mens en als arts?

Wel, mijn groeiende inzicht in de problematiek leidde eerst tot angst en daarna vooral tot actie. Eerst zette ik me meer algemeen in voor het klimaat, maar gaandeweg vroeg ik me ook af wat ik vanuit mijn medische rol kon doen. En dat was veel meer dan ik aanvankelijk had bedacht.

Op een bepaald moment sloegen we de handen in elkaar en brachten we verschillende zorgverleners samen die een bezorgdheid deelden rond duurzaamheid. Binnen de twee jaar is een ware

beweging (de Groene Zorg Alliantie) ontstaan, met inmiddels meer dan 150 partijen van zorgprofessionals die zich vanuit hun specialisme actief willen inzetten voor een duurzamere zorg. Die partijen variëren van groene huisartsen tot groene gynaecologen, van studenten tot specialisten.

De rol van de zorg in de klimaatverandering is dan ook niet te onderschatten. Want terwijl we ons dagelijks inzetten om gezondheid te bevorderen, is het zo dat maar liefst 7% van de Nederlandse CO₂-uitstoot wordt veroorzaakt door de zorgsector. Dat is meer dan de luchtvaart!

Ook op andere vlakken vloekt de zorg met duurzaamheid. Naast de enorme CO₂-uitstoot heb je bijvoorbeeld ook nog de problematiek van medicijnresten, die vaak via de urine van een patiënt in het water terecht komen. Dit heeft onder andere een enorme impact op onze vissen. Resten van ibuprofen en diclofenac bijvoorbeeld, zitten in veel te hoge concentraties in ons water. Daar krijgen vissen hart- en nierschade van. De hormonen uit de anticonceptiepil kunnen er zelfs toe leiden dat vissen een geslachtsverandering ondergaan, waarbij mannetjes plots eitjes ontwikkelen. Door antidepressiva in het oppervlaktewater gaan vissen dan weer roekeloos gedrag vertonen, waardoor ze een makkelijkere prooi worden. Dit alles dreigt hele ecosystemen uit balans te brengen.

Medicijnresten uit het oppervlaktewater kunnen ook in het drinkwater terecht komen. In sommige regio's vormt dit nu reeds een gevaar voor de volksgezondheid. In India bijvoorbeeld loodsen medicijnfabrieken soms medicijnresten in rivieren waar men afhankelijk van is voor het drinkwater. In onze streken zijn de concentraties aan medicijnresten voornamelijk nog niet gevaarlijk voor de mens, al kan dit in de toekomst wel problematisch worden door de vergrijzing (meer medicatiegebruik) en de klimaatverandering (hogere concentraties chemische stoffen bij lage waterstanden).

“

De problematiek van medicijnresten, die vaak via de urine van een patiënt in het water terecht komen. Dit heeft onder andere een enorme impact op onze vissen.



In eerste instantie wilde ons ministerie dat niet tekenen, omdat ze dachten dat er geen draagvlak voor was. Toen we dat hoorden dachten we van, nou wat dan, geen draagvlak?

Op meerdere vlakken botst de zorg dus met duurzaamheid, hetgeen absurd is, aangezien het schaden van onze planeet op zijn beurt de gezondheid schaadt.

Gelukkig was ik dus niet de enige die dit absurd vond en kon ik met gelijkgestemden een beweging uitbouwen van groene zorgprofessionals: huisartsen, fysiotherapeuten, verpleegkundigen specialisten, studenten en ga zo maar door, die allemaal dachten: zo kan het niet verder. Dat is toen de Groene Zorg Alliantie gaan heten. Dit samenwerken aan een groenere zorg gaf enorm veel energie. Het was voor iedereen echt een opluchting niet alleen te staan. Het is ook een soort van therapie, om ook echt iets te kunnen doen aan de problemen waar we ons maar al te bewust van zijn.

Kan je iets meer vertellen over de resultaten die je met de Groene Zorg Alliantie hebt behaald?

Als alliantie hebben we onze krachten kunnen bundelen tot een sterke stem, waardoor we onder andere in gesprek konden gaan met de minister van Volksgezondheid om duurzaamheid hoger op de agenda te krijgen. Ook hebben we verkregen dat het integrale zorgakkoord uiteindelijk aandacht heeft voor duurzaamheid. Dit akkoord, tussen de belanghebbenden in de zorgsector (onder andere zorgaanbieders, verzekeraars en de overheid), heeft een grote impact op de toekomst van de zorg voor de komende vier jaar. Aanvankelijk werd er echter niks over duurzaamheid in gezegd. Ik dacht hoe is het mogelijk om in 2022 nog een toekomstplan te maken zonder aandacht te hebben voor duurzaamheid, wetende dat de klimaatcrisis ook een

gezondheidscrisis is?! We hebben toen echt heel hard ons best gedaan en achter de schermen allerlei partijen aangesproken en in de nationale media gepleit om duurzaamheid toch een hele belangrijke plek te geven in het akkoord. We zijn erg blij dat dit is gelukt.

Op de COP in Glasgow werd aan Nederland gevraagd

om een engagement rond klimaatvriendelijke zorg aan te gaan. In eerste instantie wilde ons ministerie dat niet tekenen, omdat ze dachten dat er geen draagvlak voor was. Toen we dat hoorden dachten we van, nou wat dan, geen draagvlak? Dus ook toen zijn we in actie geschoten, met als resultaat dat Nederland alsnog het engagement voor een duurzame en klimaatresistente gezondheidszorg ondertekende.

Wat is de rol van de zorg in het kader van de planetaire gezondheid?

Wel, laten we in het licht van de ecologische crises als zorg in eerste instantie in eigen boezem kijken. Zoals eerder vermeld is de ecologische voetafdruk van de gezondheidszorg immens. Laten we ervoor zorgen dat duurzaamheid in heel het DNA van de zorg terechtkomt. Zowel in de opleidingen als in de richtlijnen hoort duurzaamheid een plaats te hebben. De uitstoot van de zorg drastisch reduceren kan onder meer door veel doelmatiger te handelen. Door overbodige onderzoeken en behandelingen terug te schroeven valt veel winst te boeken. We kunnen onze medicijnen veel meer doelmatig inzetten en niet onnodig in het milieu laten belanden. Bovendien moeten we rekening houden met de specifieke gevolgen van sommige medicatie. Sommige puffers zijn bijvoorbeeld een grote bron van broeikasgassen, terwijl er goede alternatieven bestaan. Ook de berg medisch afval baart zorgen. De afgelopen jaren zijn we overgegaan op wegwerp, dat leek goedkoper en ook gewoon gemakkelijker, maar dan heb je toch op een gegeven moment een hele gekke afslag genomen. Als je met al dat afval ook weer indirect en onbedoeld mensen ziek aan

het maken bent, grondstoffen uitput en ecosystemen schaadt.

We zijn ook op een punt gekomen dat de zorg toenemend aandacht moet hebben voor *adaptatie* aan het veranderende klimaat. Zo zal tijdens hittegolven aandacht moeten gaan naar kwetsbare groepen en moeten we alerter worden voor oprukkende vectorziekten.

Bovendien ligt er een taak voor de zorg om kennis rond planetaire gezondheid te verspreiden, zowel binnen de sector als naar de bredere maatschappij. Dit laatste is erg belangrijk, zeker als je weet dat zorgprofessionals steeds worden gezien als de meest betrouwbare beroepsgroep. Dat vergt een rol die we misschien niet zo gewend zijn: ons mengen in het publiek debat. Mensen moeten echter weten dat de ecologische crisis de grootste bedreiging vormt voor de volksgezondheid. Onder meer de stikstofcrisis en het politieke tumult dat het meebrengt toont hoe moeilijk de context momenteel is, maar de nood om de maatschappij te helpen inzien dat verandering nodig is, voor ons eigen bestwil, is groot.

Dit is zeker niet gemakkelijk, maar ik merk toch dat het maatschappelijk besef groeit. Zo werd ik door *Het Financieele Dagblad* vanuit mijn rol als voorzitter van de Groene Zorg Alliantie benoemd tot Jong Talent en mocht ik mijn zegje doen op het NOS-journaal. Zelfs het weekblad *Libelle* toonde interesse en nomineerde me tot *LibelleSter*.

Heb je nog een afsluitende boodschap?

Zeker. Ik zou willen benadrukken dat het gezondheidsargument nog véél te weinig wordt gebruikt in debatten rond verduurzaming. Al te vaak wordt geschermd met morele plicht en dat soort argumenten. Dat het beschermen van de planetaire gezondheid essentieel is voor onze eigen gezondheid, ook in onze streken, ook vandaag de dag, dringt nog onvoldoende door. Veel van de nodige verandering komt bovendien niet alleen de planeet, maar ook rechtstreeks onze gezondheid ten goede, denk maar aan minder vlees eten of meer fietsen. Kortom, hoog tijd om planetaire gezondheid in de schijnwerpers te zetten.

EVELYN BRAKEMA is voorzitter en mede-oprichter van de Groene Zorg Alliantie (GZA), die ruim 150 partijen van groene zorgprofessionals verbindt om de transitie te versnellen naar Planetary Health en duurzame zorg. De GZA won de prijs voor het Beste Groene Zorg Idee (VWS, 2022), en Brakema's inspanningen werden maatschappelijk aangemoedigd (benoemd tot Jong Talent — *Het Financieele Dagblad*, 2022 en genomineerd tot Libelle Ster — *Libelle* 2021). Verder is zij huisarts in opleiding en postdoctoraal onderzoeker Duurzame Zorg bij het Leids Universitair Medisch Centrum. In 2022 haalde zij daar cum laude haar PhD in Global Health.

Meer weten? Kijk op www.groenezorgalliantie.nl, of luister naar hun Groene Zorg Podcast: <https://www.groenezorgalliantie.nl/podcast>.