

Zelfzorg is allereerst: zorgen voor jezelf

In de verkiezingstijd van de afgelopen maanden stonden visies en perspectieven over de gezondheidszorg uitgebreid in de belangstelling. Vooral als het gaat om de stroperige toegang en de eigen bijdrage.

Ik bereik volgend jaar de oorspronkelijke pensioengerechtigde leeftijd. Als 25-jarige verleende ik voor het eerst informatiediensten aan aanbieders van zelfzorggeneesmiddelen. Mijn passie voor deze sector is toen al ontstaan en ik heb hierover in de laatste 15 jaar een uitgebreidere visie ontwikkeld aan de hand van vele Nederlandse en internationale databases en voortschrijdend inzicht.

Zelfzorg is een te ruime titel voor de producten die je aantreft in de drogist. Zelfzorg begint bij goede zorg voor jezelf. Preventief gedrag, juiste voeding, bewegen, ontspanning en het liefst zo min mogelijk geneesmiddelen of supplementen. Maar soms kunnen die goed helpen en dan moet je er ook staan als drogist. Dat het met zorg voor jezelf niet goed gaat, is duidelijk. De kosten gezondheidszorg gaan dit jaar naar € 155 miljard (stijging € 11 miljard in een jaar). Hiervan betaalt de belastingbetaler € 100 miljard.

Recordaantal zieken

Info2Action registreert in 2025 een recordaantal volwassen Nederlanders die regelmatige medicatie, therapie of zorg nodig hebben. Per indicatie houden we al 15 jaar bij hoeveel Nederlanders ziek zijn. We worden eerder ziek (welvaartsaandoeningen, milieu) en jongeren zitten in een crisis (psychologische aandoeningen). Het verloop bij ouderen is juist goed voorspelbaar en drukt relatief minder op de begroting de laatste jaren.

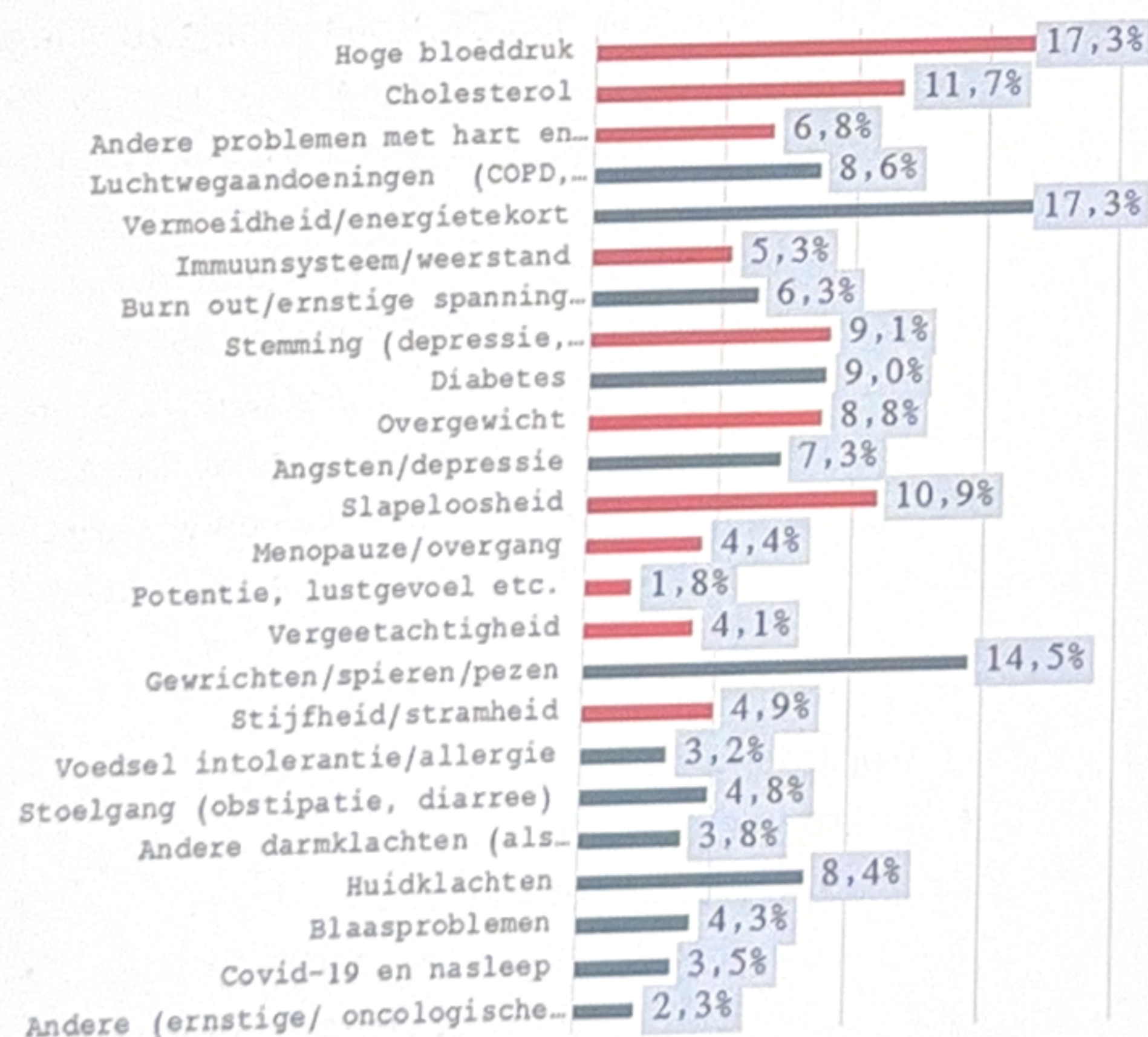
Afscheid nemen

Waarom is het toch zo moeilijk om over de drempel van economisch gewin heen te stappen en goed werk te maken van een preventief overheidsbeleid als het gaat om onze gezondheid? Markten evolueren en daar moet je soms afscheid van nemen. De economische pijn nemen... en sterker terugkomen. ■

Goop



2025 Incidentie ziektebeelden volwassen Nederlandse bevolking. 72% van de volwassen bevolking komt hiervoor regelmatig bij de huisarts



2025 - Allerhoogste niveau sinds meting 2015

Info2Action 1

“Waarom is het zo moeilijk om goed werk te maken van preventief overheidsbeleid?”

Informatie is ontleend uit verschillende wetenschappelijke publicaties en verschillende onderzoekprojecten op het gebied van gezondheid en medicatie bij de consument/patiënt door mijn bedrijf Info2Action sinds 2012.
jhrutte@info2action.nl

