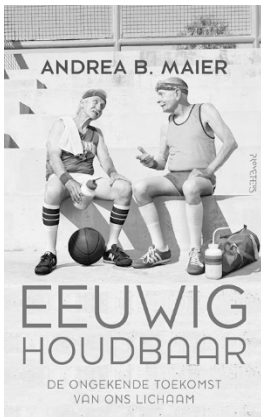


Moonshot Healthy Ageing 2050

FRANKA BAKKER

Andrea B. Maier (2017) Eeuwig houdbaar; de ongeken- de toekomst van ons lichaam. Amsterdam: Prometheus. (224 pag- ina's, €19,99, ISBN: 9789044631982)



Eerlijkheid doet mij bekennen dat ik met scepsis aan het boek begon. Ik verwachtte een pleidooi voor onsterfelijkheid; met allerlei aangehaalde theorieën en beloftes voor hoe wij in de toekomst onvoorstelbaar oud kunnen worden. De titel – eeuwig houdbaar – doet dat immers vermoeden. Maar niets is minder waar.

Wat met name naar voren komt in het boek, is de drive van Andrea Maier om via onderzoek en geneeskunde te zorgen dat wij onszelf gezond houden in plaats van dat anderen ons gezond moeten maken. En om daar te komen stelt ze zichzelf doelen in de vorm van 'Moonshot Healthy Ageing 2050'. Met *moonshot* verwijst ze naar gedachten die schijnbaar onrealistisch zijn – iets wat mensen zich wel enigszins kunnen voorstellen maar wat zó extreem lijkt dat er maar weinig mensen echt in geloven – maar die een x aantal jaren later toch werkelijkheid blijken te worden. Een moonshot brengt mensen – wetenschappers en artsen – in beweging om dat doel na te streven net zoals de aankondiging van John F.

Kennedy in 1961 dat de mens op de maan zou lopen onrealistisch leek: acht jaar later was het een feit. Andrea Maier gelooft dat gezond ouder worden in 2050 wel degelijk een gedachte is die tot fundamentele veranderingen zal leiden. Want willen we de gezondheidszorg op weg naar een hoge leeftijd verbeteren, dan zal de geneeskunde met radicaal andere ideeën moeten komen (en dan met name: voorkomen is beter dan genezen). Alleen op die manier kunnen wij volgens haar de werkelijke toekomst van ons lichaam verder ontdekken.

Om de lezer mee te nemen in haar overtuiging dat gezond ouder worden in 2050 mogelijk is, plaatst Maier het ouder worden in rela-

tie tot de gezondheidszorg en geneeskunde in het perspectief van het (verre) verleden, het heden en de mogelijkheden voor de toekomst. Het maakt inzichtelijk hoe we zover zijn gekomen dat de gemiddelde levensverwachting de afgelopen eeuw alsmaar stijgt, en welke ruimte er is om die nog verder te laten stijgen. In elk geval de gezonde levensverwachting.

Wat ze daarbij sterk bepleit is een meer generalistische en vooral preventieve aanpak van gezondheid, uiteraard wel samen met de superspecialisten die we in de huidige geneeskunde hebben. Daarbij moet het gesprek met de mens (patiënt) weer een nadrukkelijker plek krijgen, evenals de eigen regie en verantwoordelijkheid van mensen zelf voor hun gezondheid. Dit laatste is iets wat we duidelijk terugzien in de ontwikkelingen in zorg en welzijn en overheidsbeleid de afgelopen jaren en is niet zo verrassend. Waar wat mij betreft te snel aan voorbij wordt gegaan, is aan de mogelijkheden van verschillende groepen mensen om dit ook daadwerkelijk goed op te pakken. Kan iedereen dit? Wat vraagt het? Gedachten van Maier hierover waren mijns inziens van grote toegevoegde waarde geweest om de haalbaarheid van de doelen van gezond ouder worden in 2050 sterker neer te zetten. Daarbij lijkt het boek voornamelijk geschreven vanuit het perspectief van de geneeskunde. Willen we echt fundamentele veranderingen bewerkstelligen, dan zal meer out-of-the-box denken en/door transdisciplinaire samenwerking noodzakelijk zijn. Dat past ook meer bij een holistisch mensbeeld. Haar visie op de betrokkenheid van andere hulp-/zorgverleners en wetenschappers – naast geneeskunde en medische biologie – ontbreekt echter in het boek.

Wat Maier tussendoor beschrijft, zijn de verschillende factoren die veroudering bepalen. Ze heeft het over Bouw, Onderhoud, Gebruik en Toeval. Met sprekende voorbeelden vanuit onder andere de auto-industrie – beetje mechanisch, dat wel – legt ze de lezer uit wat het proces van veroudering beïnvloedt.

En vervolgens ook wat mensen zelf en gezondheidszorgprofessionals kunnen doen om die factoren te beïnvloeden. Waar ze de verschillende theorieën van veroudering beschrijft, komt ze ook regelmatig weer terug op deze factoren, waardoor het een makkelijk te begrijpen geheel is.

Door haar manier van schrijven leest het boek erg vlot, en doet de lezer op een heel laagdrempelige en enthousiasmerende manier veel kennis op. De lezer wordt aan het denken gezet; over hoe we tegen gezondheid en ouder worden aankijken, hoe we ons zorgsysteem hebben ingericht en het boek biedt lessen voor de eigen gezondheid. De manier waarop ze in haar boek haar passie voor ouderengeneeskunde en verouderingsonderzoek laat doorschemeren, werkt aanstekelijk.

Al lezend dacht ik daardoor ook na over de vraag voor welk publiek dit boek nu eigenlijk het meest geschikt is. En daarbij kwam ik in elk geval uit op studenten en professionals in zorg en welzijn. Volgens mij zou dit passend zijn als studiestof; als introductie op gerontologie en geriatrie die warm maakt om zelf verdere verdieping te willen gaan zoeken. Het is qua vorm geen gebruikelijk studieboek, maar dit boek zou nog wel eens veel doeltreffender kunnen zijn in het behalen van competenties ten aanzien van de gezondheidszorg voor ouderen. En niet alleen competenties, misschien zelfs om meer studenten en werkende professionals überhaupt warm(er) te maken voor het werken voor- en met ouder wordende mensen!

Over de auteur

Franka Bakker is associate lector op hogeschool Windesheim te Zwolle, lectoraat Innoveren met Ouderen, en verantwoordelijk voor de onderzoekslijn 'G-OUDLAB; co-innoveren voor goed ouder worden' daarbinnen. Vanuit die rol houdt ze nauwe verbinding met de opleiding Toegepaste Gerontologie, waar zij ook een aantal jaren docent is geweest. Tevens is zij redactielid van Gerōn.