

HR Rendement

Dit artikel wordt je aangeboden door HR Rendement

HR Rendement is de informatiebron voor HR-professionals die hun organisatie verder willen helpen. De insteek is: hoe kan een HR-adviseur, HR-medewerker of andere HR-specialist bijdragen aan een beter rendement van personeel en arbeid.

HR Rendement behandelt onderwerpen zoals wijzigingen in wet- en regelgeving, ontwikkelingen in het arbeidsrecht, fiscaal voordelige beloningsvormen, arbeidsvoorwaarden, arbeidsomstandigheden, personeelssubsidies en de inzet van HR-instrumenten en personeelsdata.

De onafhankelijke en ervaren redactie van HR Rendement zit bovenop het nieuws en vertelt je als eerste wat deze ontwikkelingen zijn. Altijd in heldere taal en met een praktische insteek, zodat je de informatie direct kunt vertalen naar je eigen werksituatie. HR Rendement is daarnaast multimediaal. De voor je vakgebied relevante informatie verschijnt:

- dagelijks op het digitale platform Rendement Online, waar je onder meer het laatste nieuws, checklists, rekentools, maatwerkbrieven en verdiepingsartikelen tot je beschikking hebt;
- wekelijks gebundeld in een e-mailnieuwsbrief;
- maandelijks in het vakblad HR Rendement, boordevol nieuws en achtergrondartikelen, digitaal en op de mat;
- tweemaandelijks in een handzaam themadossier: een pocketboekje dat iedere editie een complex onderwerp uitdiept.

Kijk voor meer informatie of een proefabonnement op www.rendement.nl/hrblad

BLIJVEN WERKEN MET DE ZIEKTE VAN PARKINSON

Doorgaan in dialoog na diagnose

Een werknemer vertelt op het werk dat hij de ziekte van Parkinson heeft, een neurodegeneratieve aandoening die steeds vaker wordt vastgesteld. Dat is uiteraard een slecht bericht, in de eerste plaats voor de werknemer zelf. Gelukkig is het vaak mogelijk om met parkinson door te werken. Wat kun je doen om de werknemer zo lang en goed mogelijk aan het werk te houden?

Als een werknemer aangeeft de ziekte van Parkinson te hebben, is dat een ingrijpende en emotionele mededeling. Hoelang iemand met parkinson nog kan blijven werken, varieert sterk. De één werkt nog 20 jaar door, een ander moet direct stoppen. Dit hangt af van de ernst van de klachten en de snelheid waarmee de ziekte zich ontwikkelt. Ook het type werk en de manier waarop iemand met de ziekte omgaat, spelen een grote rol.

Onzekerheden

Direct nadat iemand de diagnose ziekte van Parkinson krijgt, rijzen er vragen en onzekerheden. Kan ik nog blijven werken? Hoe zit het met de financiën? Kan ik in dit huis blijven wonen, ook qua hypotheek? Natuurlijk zijn dit deels privé-vragen waar de werknemer het antwoord zelf op moet zoeken, maar het is goed om te weten dat dit veel stress kan veroorzaken. Dat is nu bij uitstek iets waar een mens met parkinson last van heeft.

Behandeling

Parkinson is een progressieve aandoening. Dit betekent dat de ziekte in de loop

van de tijd verergert. De precieze oorzaak is onbekend, en genezing is (vooralsnog) niet mogelijk. De ziekte manifesteert zich bij elke patiënt net even anders; er wordt wel gezegd dat er 67.000 verschillende vormen van parkinson bestaan (zie het kader). Daarom is het lastig om in één zin te beschrijven wat iemand qua werk nog kan. Bovendien ligt dat ook aan het soort werk. De behandeling richt zich vooral op het verlichten van de symptomen en omvat medicatie en aanvullende therapieën. Onderzoek toont aan dat regelmatige lichaamsbeweging een positief effect kan hebben op het ziekteverloop.

In veel gevallen is blijven werken wel degelijk haalbaar. Gemiddeld werkt iemand met parkinson nog acht jaar nadat de diagnose is gesteld. Besef dat veel mensen met parkinson graag willen werken, ook omdat werk vaak een belangrijk deel van iemands identiteit is. Ga maar na: als je iemand voor het eerst ontmoet, is één van de eerste vragen meestal 'Wat doe je voor werk?' Werk biedt structuur en sociale interactie, en het wegvallen daarvan kan ingrijpend zijn.

Met aanpassingen die de productiviteit niet beïnvloeden kan de werknemer mogelijk nog een tijd volledig blijven werken. Denk aan oplossingen als thuiswerken, een rustigere werkplek of een andere stoel of muis als iemand klachten heeft.

Bedrijfsarts

Vergeet ook het belang van de bedrijfsarts niet. Bedrijfsartsen zien graag dat ze in een vroegtijdig stadium bij gezondheidskwesties worden betrokken,

Wat houdt de ziekte van Parkinson precies in?

Parkinson is de snelst groeiende hersenziekte ter wereld. In Nederland staat de teller nu op 67.000. Wat houdt de ziekte precies in? In de hersenen bevinden zich zenuwcellen die dopamine produceren, een stof die zorgt voor de communicatie tussen hersendelen en het overbrengen van signalen naar het lichaam. Bij de ziekte van Parkinson sterven deze zenuwcellen af, waardoor er minder dopamine

beschikbaar is en signalen minder goed worden doorgestuurd. Dit resulteert in verminderde motoriek, zoals stijfheid of een bevroren gezichtsuitdrukking (maskergelaat), en kan ook leiden tot onduidelijker spreken. Daarnaast kunnen er tal van minder zichtbare symptomen optreden, zoals slaapproblemen, verminderde concentratie, trager denken, vermoeidheid en stemmingswisselingen.

bijvoorbeeld via het preventief spreekuur. De bedrijfsarts kan dan helpen om samen met de werknemer te bepalen hoe het werk het beste kan worden aangepast aan de beperkingen die de ziekte met zich meebrengt. Door deze zorgvuldige afstemming en aanpak blijft de werknemer zo lang mogelijk effectief en gezond aan het werk. Soms leidt dat wel tot een zekere vorm van verzuim, zoals een verminderd aantal arbeidsuren of een lagere productiviteit. Houd daar rekening mee. Je moet in elk geval nooit de arbeidsovereenkomst aanpassen voordat de looptijd van de Wet verbetering poortwachter (in principe 104 weken) is doorlopen.

Specialist

Naast het inschakelen van de bedrijfsarts zijn er nog meer mogelijkheden. Ook een ergotherapeut kan een positieve rol in het proces spelen. Hij is gespecialiseerd in de balans tussen belasting en belastbaarheid en kan samen met de werknemer naar mogelijkheden zoeken om te blijven werken. Daarbij is het goed om te weten dat er per kalenderjaar tien uur ergotherapie wordt vergoed vanuit de basisverzekering.

Een andere specialist die iets voor de werknemer kan betekenen, is de revalidatiearts. Die heeft bij uitstek aandacht voor het omgaan met de toenemende gevolgen van de ziekte van Parkinson. Het doel van revalidatie is ervoor te zorgen dat iemand zo goed en zo zelfstandig mogelijk kan functioneren, ook op het werk.

Subsidiemogelijkheden

Om de kosten te beperken kun je subsidie aanvragen bij UWV voor benodigde aanpassingen van de werkplek of werkzaamheden. Als je iemand met parkinson in dienst wilt nemen, is mogelijk ook de no-riskpolis van toepassing. In dat geval bestaat er recht op een Ziektewet-uitkering als de werknemer door ziekte (tijdelijk) minder kan werken en wordt zo (een deel van) het loon gedekt. Ook heeft (opnieuw) instromen in de WIA dan geen invloed op de Ziektewet- of WGA-premie. Andere mogelijke financiële

voordelen zijn bijvoorbeeld het loonkostenvoordeel (LKV), de loonkostensubsidie en een vergoeding voor een jobcoach.

Rouwproces

De diagnose parkinson en het proces van afscheid nemen van het werk kunnen worden vergeleken met een rouwproces. Het besef dat je mogelijk je pensioendatum niet werkend zult halen, kan zwaar zijn. Het afscheid nemen van een (relatief) onbezorgd leven, en de overgang naar een leven met steeds grotere beperkingen heeft ook impact op het werk.

Stress

Verder is stress een zeer belangrijke factor als het gaat om symptomen van de ziekte van Parkinson, en wel op twee manieren. Stress veroorzaakt in vrijwel alle gevallen een verergering van de symptomen, zoals trillen. Maar de symptomen van de ziekte (traagheid, trillen) en de schaamte daarvoor veroorzaken op hun beurt ook weer stress. Dat creëert dus al snel een vicieuze cirkel. En vergeet niet dat 'eerste ontmoetingen' met collega's en klanten ook stressvol zijn. De werknemer heeft al snel het gevoel 'iets uit te moeten leggen'. Ook ontstaat een gevoel van kwetsbaarheid, omdat de werknemer vreest 'er als eerste uit te liggen' als er organisatorische veranderingen op til zijn. Voor de inzetbaarheid is het daarom goed als stress zo veel mogelijk wordt beperkt.

Vragen

De rol van leidinggevend is niet te onderschatten. Zodra de werknemer heeft verteld dat hij de ziekte van Parkinson heeft, geldt het advies 'durf te vragen'. Met andere woorden: praat erover. Stel vragen over de impact en wat de werknemer nodig heeft om zo lang mogelijk te blijven werken. Vaak kunnen eenvoudige aanpassingen in de werkomgeving of het werkrooster al een groot verschil maken. Het gaat bijvoorbeeld om het eerdergenoemde thuiswerken, flexibele werktijden of een kleine vermindering van de werkuren om de werkdruk te verlichten.

Sporten is essentieel

Het is essentieel voor mensen met de ziekte van Parkinson om te sporten en in beweging te blijven. Uit onderzoek is gebleken dat dit de ziekte kan remmen. Sporten moet dus prioriteit krijgen in het leven van de werknemer. Door het werk schiet dit er waarschijnlijk vaak bij in, en het kan dan helpen om hem juist te stimuleren meer te gaan sporten. Bied enige ruimte als de werknemer op werktijden naar de sportschool moet, of eerder met zijn werkzaamheden wil stoppen, zodat hij 's avonds nog energie over heeft om te sporten. Dit wordt ook gezien als nodige aanpassing conform de Wet verbetering poortwachter.

Maskergelaat

Neem de mens met parkinson serieus. Intellectueel gezien is er geen probleem; het overbrengen van de boodschap gaat alleen steeds slechter. Mensen met parkinson hebben soms een 'maskergelaat'. Hiermee wordt bedoeld dat de gezichtsuitdrukking emotioneel en star is, omdat de gezichtsspieren door de ziekte zijn aangetast. Iemand met parkinson ziet dat uiteraard zelf niet. Voor de buitenwereld lijkt iemand met parkinson verveeld, begrijpt hij of zij soms iets niet goed, of komt zelfs dom over. Dit heeft dan te maken met de gebrekkige (non-verbale) communicatie door dat maskergelaat. Maar de ziekte tast de intelligentie niet aan.

Marjan Overdiep, lid van expertisepplatform Parkinson en Werk, een initiatief van ParkinsonNet en de Parkinson Vereniging

Praktische informatie

De Parkinson Vereniging heeft samen met ParkinsonNet een online platform ontwikkeld: parkinsonenwerk.nl. Hier kun je praktische informatie en adviezen vinden over hoe om te gaan met de ziekte van Parkinson op de werkvloer.