

# KIJKOPERATIE



**HUUB PENNOCK**

*Werkt als gecertificeerd  
ergonoom bij ergo-balans  
(www.ergo-balans.nl) en  
De Goede Praktijk  
(www.degoedepraktijk.nl).  
Reageren? Stuur een mail  
naar h.pennock@  
ergo-balans.nl.*

Ik knikte instemmend toen de arts zei: 'drie dagen het drukverband erop houden'. De arts had net dertig procent van mijn linkermenisclus verwijderd. Daags na de operatie word ik ietwat verontrust wakker. Het drukverband is afgezaakt tot onder mijn knie. Ik ga rechtop zitten en vergelijk mijn linker- met mijn rechterknie. 'Ben ik wel geopereerd?', vraag ik me af. De knieën zijn even dik. De twee gehechte gaten in de linkerknie verdragen dat ik toch echt ben geopereerd. Eén gat voor de camera en één voor scalpel en stofzuiger om de meniscus te verwijderen.

Een week later zou ik de arts pas weer zien en tot die tijd mocht ik niet douchen en werken. De begeleidende folder zegt: 'Over het algemeen wordt één tot twee weken verzuim van werk aangehouden voor zittend werk en twee tot drie weken voor zwaarder werk.' Wat zouden ze in dit verband bedoelen met zittend werk? Wat mag ik wel en wat niet? Wanneer zou ik weer inzetbaar zijn? Moet ik echt een week wachten met werken tot de volgende afspraak met de orthopeed? Een hoop vragen die ik gisteren nog niet had. Toch maar eens in andere ziekenhuisfolders kijken wat daar staat. De verschillen en nuances zijn aanzienlijk. Van 'Afhankelijk van uw

herstel en uw werkzaamheden kunt u na één tot drie weken weer aan het werk', via 'Een kantoorbaan kan meestal na enkele dagen weer worden hervat', tot 'De termijn waarop werk kan worden hervat, hangt af van het soort werk dat u doet.'

's Middags na de operatie deed ik al wat oefeningen om de knie onbelast te buigen en strekken, terwijl ik met de laptop op schoot wat werk afrondde. En met de krukken had ik ook al een paar rondjes door de woonkamer gelopen. Dat alles zonder pijn. Mocht ik dan echt nog niet aan het werk? Wat bedoelden ze in die folders met werk? Wat kosten deze goedbedoelde adviezen de maatschappij aan inzetbaarheid? Uiteindelijk heb ik de eerste week thuis gewerkt, hoewel ik dat voor mijn gevoel ook op een kantoor had kunnen doen. Hadden de foldermakers er wel aan gedacht dat je ook met een taxi naar je werk kunt gaan? En waren ze bekend met thuiswerken, of Het Nieuwe Werken?

In mijn geval was het flauwekul om zo lang thuis te zitten, of in ieder geval niet te werken. Maar hoe zit dat bij de revalidatie van andere ongemakken. Worden Nederlandse werknemers altijd zo makkelijk de verzuimhoek ingedreven? Waarom bespreken deze folders niet louter specifieke activiteiten die het herstel in gevaar kunnen brengen, zoals lopen zonder krukken en langdurig zitten zonder ondersteuning? Alternatieve opties om kantoorwerk wel mogelijk te maken worden ook niet besproken. Sommige 'werkactiviteiten' kunnen werknemers prima combineren met revalideren. Denk aan telefoneren en mailtjes beantwoorden. In Nederland heeft iedereen de mond vol van duurzame inzetbaarheid, maar op sommige momenten voel ik me nodeloos teruggeworpen in de tijd. Werk en revalidatie zijn anno 2013 vaak goed te combineren. Dat is pas duurzaam!

‘Worden Nederlandse werknemers altijd zo makkelijk de verzuimhoek ingedreven?’