

Gezondheid en preventie

Elke week breng ik mijn kinderen 's avonds naar de mountainbike. Terwijl zij een uurtje op de mtb zwoegen over graspollen, trappetjes en mul zand, maak ik in fors wandeltempo mijn rondje van een uur. Al stappend langs voetbal- en hockeyvelden, staan daar al die geparkeerde auto's met daarin de 'chauffeurs' die – net als ik – een uur training van de kids te vullen hebben. Al zwoegend op hun smartphone achten zij dat waarschijnlijk een zinvolle tijdsbesteding. In de winter kan dit bovendien een koud grapje zijn, dus houden ze de motor aan voor de broodnodige warmte.

Naar mijn weten is de mens van oorsprong een jager; eerst werken dan eten. Afijn, de mens is aanzienlijk geëvolueerd. Van jager tot consumerende bankhangers. Zolang er geen urgentie is, is een grote groep mensen niet in beweging te krijgen. Met alle risico's van dien. Hart- en vaatziekten, obesitas en suiker liggen op de loer.

Zo traag als de mens is geëvolueerd, zo snel gaat de wetenschap vooruit. Veel is te genezen, maar daarvoor moet een hoge prijs worden betaald. Binnen afzienbare tijd is de zorg in Nederland niet meer op te brengen. En let wel, dit gaat bijna allemaal op aan curatieve medicatie, kortom het genezen van zieke mensen.

De laatste tijd valt mij een verhoogde belangstelling voor preventief gezondheidsbeleid op bij medici, politiek en wetenschap. In een actualiteitenrubriek trekt een cardioloog aan de bel, er worden Health Deal's gesloten en is er aandacht voor preventieve gezondheidszorg.

Zelf heb ik mij binnen stichting Duurzame Inzetbaarheid Drogisten (DID) hard gemaakt voor het beschikbaar stellen van de Gezondheidscheck voor alle zelfstandige drogisterijondernemers en hun medewerkers. Deze online Gezondheidscheck is sinds december jl. kosteloos beschikbaar. Ook een prachtige tool die preventief wordt ingezet. Het draait allemaal om bewustwording en het creëren van urgentie.

Wanneer gaan we zelf investeren in onze eigen gezondheid en leefstijl! Voorkomen is altijd beter dan genezen. Er is een andere mindset nodig. 2020 zal gezonde lifestyle zegevieren, ik geloof het vast. En de drogisterij kan daar een rol in vervullen. Weten hoe? Kom 21 mei naar de KNDB-Ondernemersdag en laat u inspireren. En vul dat uurtje wachten ondertussen met een uurtje bewegen.

Nicole Hoetjes
Algemeen Secretaris
Koninklijke Nederlandse Drogisten Bond