

# De waarde van gezondheid en de kans van digitaal

15 april 2020



Als arts ligt mijn expertise bij gezondheid, leefstijl en preventie. Ik ben bijzonder geïnteresseerd in de mogelijkheden van e-health en artificial intelligence. Normaliter houd ik me bezig met sluipende bedreigingen van de gezondheid, zoals te hoge bloeddruk en te hoog bloedsuiker. We weten wat we hiertegen moeten doen. Gezonde voeding, voldoende beweging, goed slapen, niet roken, matig zijn met alcohol.

## **Sluipende bedreiging gezondheid**

Belangrijk, want de sluipende bedreigingen van de gezondheid leiden op de lange termijn tot reële leefstijlziekten. Zo lijden 1,2 miljoen Nederlanders aan diabetes type 2, gerelateerd aan overgewicht en bewegingsarmoede. Ruim 600.000 mensen hebben COPD, meestal door tabaksverslaving. Deze mensen bouwden hun ziekte decennialang op in een omgeving die ongezond gedrag bevordert. Allerlei economische belangen speelden mee. En ook al waren de patiënten van nu zich er jaar in jaar uit van bewust dat ze echt gezonder moesten leven, ze kregen het niet voor elkaar. Het lukte ons niet om op politiek, maatschappelijk, economisch, medisch en individueel niveau de maatregelen te nemen die werken.

Intrigerend is dat het bij de overweldigende, directe dreiging van het coronavirus wel lukt om maatregelen te nemen op al deze niveaus. We kwamen politiek, maatschappelijk, economisch en medisch keihard in actie. We pasten in enkele dagen tijd onze leefstijl drastisch aan, op collectief en individueel niveau.