



OVER 5 JAAR...

Gezondheidsgedrag beïnvloeden op sociale media

Een intrigerende vraag: waar staan we over vijf jaar? Eerst een kleine bekentenis: op de middelbare school te Almelo wilde ik futuroloog worden.

Dat idee ontstond na het lezen van Marshall McLuhan (van de onvergetelijke term 'the medium is the message' uit het boek 'Understanding Media: The Extensions of Man') en Alvin Toffler (bekend van 'Future Shock' - 'too much change in too short a period of time'), twee boeken van futurologen die indertijd in mijn wereld een belangrijke rol speelden. Toen ik echter begreep dat je voor een baan als futuroloog eerst sociologie diende te studeren, was de liefde over - maar de fascinatie met de toekomst niet.

Ik deel mijn verhaaltje op in twee delen: algemeen en persoonlijk. Om te beginnen algemeen: om mijn jeugdheld Alvin Toffler uit zijn boek van 1970 te citeren: "De maatschappij ondergaat een enorme en structurele verandering van een industriële samenleving naar een informatiesamenleving. Deze veranderingen overweldigden de mensen. De steeds snellere technologische en sociale veranderingen laten de mensen ontheemd en lijdend aan 'verpletterende stress en desoriëntatie' achter met 'toekomst-shock.'" In de hierop volgende discussie introduceerde hij de term 'information overload'. Kijk, dat is nog eens in de toekomst kijken.

Ik heb de computer zien komen, internet, mobiele telefonie. Allemaal niet meer weg te denken uit ons dagelijks leven. Mede daardoor ben ik er vrij zeker van tot aan de dag van vandaag in de interessantste 64 jaar ooit te hebben geleefd. Maar de informatiestroom is tot waanzinnige proporties aangezwollen. Het is niet mogelijk alles bij te houden, punt. De intrinsieke onzekerheid die dit oplevert, is exact wat we nu om ons heen zien. De wens van de mensen die het allemaal niet meer kunnen bijbenen tot het volgen van leiders die simpele boodschappen uitzenden is overal merkbaar. Dat geldt voor mensen in het algemeen en patiënten in het bijzonder.

Welke media daarbij gebruikt worden is ook interessant, vanuit het oogpunt van 'the medium is the message', dat

ik nu maar omschrijf als dat het communicatiemiddel een beslissend stempel drukt op de betekenis van de boodschap. Denk aan het verschil tussen bijvoorbeeld Twitter en de Volkskrant. Of tussen bezoek aan de huisarts (en zijn thuisarts.nl) of de vier gezondheidswebsites van drogisterijketen Etos: solvo.nl, gezondheidsplein.nl, dokterdokter.nl en ziekenhuis.nl. Vul maar in.

Over vijf jaar zal steeds duidelijker te zien zijn dat mensen simpele rechtlijnige boodschappen willen horen, en daarmee zullen ze enerzijds steeds makkelijker te beïnvloeden zijn in hun gezondheidsgedrag op positieve, maar helaas ook op negatieve wijze. De strijd tegen de kwakzalverij dient daarom te versimpelen en plaats te vinden op de (virtuele) plekken waar mensen graag komen. Dat zal in toenemende mate op sociale media zijn.

Dan nog persoonlijk, nogal actueel. Dit jaar word ik 65 en zal ik me (vermoedelijk voor de laatste keer) herregistreren als huisarts om zoveel mogelijk opties open te houden. Door calvinistische zuinigheid en vlijt is er geen echte noodzaak meer om na dit jaar te werken. Maar kan ik de komende jaren wel zonder zingevend werk? Die vraag moet ik nog beantwoorden voor mezelf. SCEN-arts worden? Waarnemen? Vluchtelingen helpen? Nog een keer een studie gaan doen? Reizen? De ideetjes buitelen door mijn hoofd, 'spoiled for choice'. Maar over vijf jaar is het wel mooi geweest en zit ik vast dolgelukkig op een vrachtschip dat door het Panamakanaal aan het varen is, terug op mijn geliefde wereldzeeën.

Nico Terpstra
Huisarts