

PREDOCTOR

VERENIGINGSBLAD MEDISCHE FACULTEIT DER LEIDSE STUDENTEN

JAARGANG 30, EDITIE 5: SEPTEMBER 2018

- ← Cardiologie
- Wonderland →
- ← Sprookjesbos
- Neurologie ↓
- ← OK-Complex
- Neverland ↑



Er was eens

Noornroosje

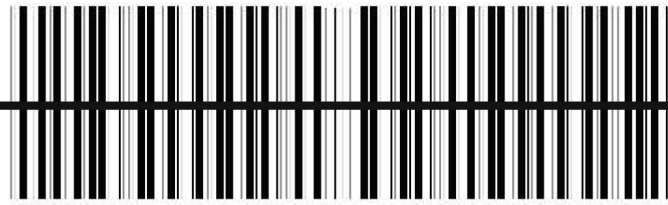
106^e Bestuur

Ouderen

-ADVERTENTIE-

studieoverzicht kwijt?

DC



DICTATEN CENTRALE

blokboeken | boeken | instrumenten

geopend op
maandag, woensdag en vrijdag
12:15-13:15

VOORWOORD

Beste lezers,

Er was eens... Een gemotiveerde student, zich een weg banend door het grote studentenbos. Voor beginnende studenten lijkt er geen eind aan te komen, maar de masterstudenten daarentegen zien in de verte hun kasteel al aan de horizon verschijnen. Verschillende uitdagingen zijn ze onderweg tegengekomen, voor het behalen van hun eindbestemming: vriendschap sluiten met zeven dwergen, een kikker kussen en de ijskoude feedback van docenten doorstaan... Eén ding is zeker: eenmaal door de gigantische deuren van het kasteel wacht daar je grote schat.

Sprookjes bestaan niet, maar de verhalen én de personages komen natuurlijk ook weer niet helemaal uit de lucht vallen. De Predoctor neemt je mee in de wonderde sprookjeswereld en geeft hier een medische twist aan. Zo zit *Alice in Wonderland* vol met psychische diagnoses (p.12), en is een comatoestand het equivalent van de 100 jaar-durende slaap van Doornroosje (p. 23).

Succes met jouw reis door het bos tijdens dit collegejaar. We hopen allemaal op een goede afloop, met "en ze leefden nog lang en gelukkig"!

Manon Boot

Voorzitter 2018-2019

INHOUDSOPGAVE

| | | | |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------|
| 4 | Student: Diagnose op dinsdag | | |
| 6 | M.F.L.S.: Onderwijsupdate | M.F.L.S.: (Toe)Standje K1-69 | 5 |
| 8 | M.F.L.S.: Het 106^e M.F.L.S.-bestuur | Co-lumn Boudewijn: Een nieuw begin | 7 |
| 11 | Thema: Het pokkenvirus | Alumni: LUMC Alumni Vereniging | 10 |
| 14 | Casus ouderengeneeskunde Wonderen in het verpleeghuis | Thema: Gekkenhuis | 12 |
| 16 | M.F.L.S.: Fotopagina | VGT-hulp: Psychoses | 15 |
| 20 | Student: LUMC weetjes | Column: Er was eens een studiekeuze | 18 |
| 23 | Wetenschap: Honderd jaar slapen | Thema: Genetische overerving | 22 |
| 26 | Student: Studietips | Thema: Digitale trip | 24 |
| 28 | L.M.D. Forestus: Forestus en agenda | Student: Vermaakpagina | 27 |
| 30 | Student-assessor: Dagmar Brouwer: vrijdagavond | IFMSA-Leiden: Maandoverzicht | 29 |
| | | M.F.L.S.: Activiteiten en agenda | 31 |

Colofon

Predoctor is een driemaandelijkse uitgave van de Medische Faculteit der Leidse Studenten (M.F.L.S.) De eindredactie behoudt zich ten alle tijde het recht voor ingezonden artikelen of mededelingen niet te plaatsen of indien nodig geacht in te korten. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar worden gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, of door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de hoofdredactie.

Correspondentieadres

M.F.L.S. K1-69
Postbus 9600, 2300 RC Leiden
071-5264484 | info@mfls.nl |
www.mfls.nl

Predoctorcommissie

Redactie: Manon Boot, Vera Broek, Debby van Steenderen, Daniëlle Koot, Mandy Meijer, Alexander Hamming

Lay-out: Wingchi Cheng, Anneloes Overmars, Elise van Putten, Lucia Buijs, Nienke Wit

Drukker

Drukkerij HEGA, oplage 3000

Abonnementen

Jaarabonnement €5,-
Een abonnement geldt voor vijf nummers en kan niet tussentijds worden opgezegd. Een abonnement geldt tot wederopzegging en wordt zonder tegenbericht automatisch verlengd. Het opzeggen dient schriftelijk te gebeuren en ten minste twee maanden voor het afloop van het academisch jaar.

Adverteren

Bent u geïnteresseerd in adverteren in de Predoctor? Mail voor meer informatie naar lidextern@mfls.nl

Diagnose op dinsdag

Een nieuw dilemma! Wat zou jij kiezen?



Op elk feestje om 12 uur naar huis

of



Nooit meer met vreemden praten

Vacature Predoctor

Gezocht! Leden Lay-out & Redactie

De Predoctor is op zoek naar nieuwe leden
Lijkt het jou leuk om onze commissie te versterken?

Wij bieden jou:

- De kans om te leren lay-outen
- Gezellige wekelijkse vergaderingen
- Commissie-uitjes

Mail bij interesse naar: predoctor@mfls.nl

Er was eens...

Update vanuit de bestuurskamer

Er was eens in een pittoreske nederzetting, hier niet zo ver vandaan, een BeeldigKasteel. In dit BeeldigeKasteel was een bijzondere familie woonachtig. Deze familie bestond uit zeven unieke dwergen, elk met hun eigen persoonlijke karaktertrekken. Wellicht dat deze dwergen een afspiegeling vormen van een hechte groep die elkaar dit jaar als familie is gaan beschouwen. Herken jij overeenkomsten tussen deze dwergen en de familie waarnaar wordt verwezen?

We beginnen bij het voorstellen van deze dwergenfamilie met de Doc. Doc is een oppermachtige dwerg met een uitstekend gevoel voor haar financiële zaken. In de mijn houdt Doc nauwkeurig bij hoeveel diamanten er nog te vinden zijn en controleert zij de andere dwergen op hun uitgaven in het sprookjesbos.

Gelukkig leeft Doc niet alleen in het sprookjesbos. Zij wordt vergezeld door een uniek exemplaar binnen deze dwergenfamilie; Stoetel. Stoetel is namelijk de enige dwerg in het mannelijke deel van dit gezelschap zonder baard. Stoetel zit echter vol zelfvertrouwen en compenseert het grote gemis van een baard met een rugzak aan gezelligheid en grapjes. Wel opmerkelijk is de voorliefde van Stoetel voor een imposante Tent in de tuin van dit BeeldigeKasteel.

De grapjes van onze Stoetel worden zeer gewaardeerd door onze lachebek in het gezelschap; Giechel. Giechel geniet enorm van het gezelschap van Stoetel, omdat hij haar altijd een glimlach op het gezicht bezorgt en daarnaast ook een goed team met Stoetel vormt. Af en toe tikt Giechel Stoetel echter wel op de schouder wanneer zij de gemaakte grapjes niet meer netjes en passend vindt.

Grumpy daarentegen is een zeer kritische dwerg met een stevige mening. Zo nu en dan tref je hem aan terwijl hij aan het rondstampen is in het BeeldigeKasteel. Echter met een goed drankje, of misschien een lief meisje, komt zijn liefde en meelevendheid naar boven. Zelf heeft Grumpy het niet zo op de meisjes. Maar op een dag kreeg Grumpy een kus van Sneeuwwitje, die zijn mening over meisjes helemaal over de andere boeg gooide, in positieve zin!

Ze is rustig, soms een beetje stil en moet vaak heel hard niezen. We hebben het natuurlijk over Niezel! Deze dwerg is een herdefiniëring van het contrast, dus zowel een kalme zee als een woeste oceaan op het gebied van haar neusvleugels. De impact hiervan is een legendarisch fenomeen: het geld vliegt in het rond! Een interessant aspect aan het niezen van Niezel is namelijk dat het zeer voordelig kan zijn bij gebrek aan financiële middelen. Want ondanks het niezen eindigt ze wel altijd met een flink pak money's!

Bloosje is echt een cutie! Ze blijft vaak wat meer op de achtergrond; als zij aangesproken wordt kan ze soms

spontaan hiervan gaan blozen. Soms lijkt haar schattigheid echter een dekmantel.

Wanneer het nodig is, kan Bloosje namelijk een ongelooflijke baas zijn! Naast dat dit hartstikke handig is wanneer dingen misgaan, is het soms een beetje eng hoe schattig zij kan zijn, wetende dat hierachter een heel slim en sterk brein zit.

Dommel is de slaapkop van de zeven. Hij kan overal in slaap vallen en wordt gekenmerkt door de vlieg die steeds om zijn neus zoemt. Door zijn luiheid blijft hij wat meer op de achtergrond, behalve als het over eten en genieten gaat. Dommel is daar een expert in! Door zijn alsmaar genietende levenswijze heeft hij in zijn levensbeloop heel goed kunnen inventariseren wat de beste manier van relaxen, slapen, eten en drinken is! Significante gewichtstoename is hier echter wel een gevolg van, maar volgens ons zit Dommel daar niet zo mee.

Elk verhaal waarin sprookjesfiguren voorkomen kent zijn eigen moraal. In het ene sprookje is deze onderliggende moraal helder en duidelijk, in het andere sprookje is het slechts een kwestie van gissen wat de schrijver wil meegeven aan zijn lezers. Om dit laatste te vermijden, helpen we jullie een handje. Elke groep heeft een goede balans nodig tussen verschillende en uiteenlopende eigenschappen/karaktertrekken. Juist deze verscheidenheid zorgt voor een gebalanceerde groep waarin iedereen door zichzelf te zijn een goede toevoeging vormt. ■

Alexander Hamming & Nienke Wit
Lid Intern en Lid Extern M.F.L.S.-bestuur 2017-2018



Onderwijsupdate

Tom Bevers & Lieke ter Welle

Yes! Het nieuwe collegejaar staat op het punt om te beginnen! Tijd voor nieuwe vakken, nieuwe docenten, werkgroepgenoten en onderwijsvergaderingen. Tevens betekent dit dat het tijd is voor een nieuw M.F.L.S.-bestuur: dit is alweer onze laatste Predoctor-onderwijsupdate. Wij willen iedereen bedanken voor het afgelopen jaar en zullen het stokje overdragen aan Eva Nieuwpoort en Imke Wijnen als respectievelijk nieuwe Leden Onderwijs Geneeskunde/Farmacie en Biomedische wetenschappen/Vitality&Ageing. Vanaf 6 september kunnen jullie bij hen terecht voor alle onderwijsvragen. Tot ziens!



Algemeen Geneeskunde

Vacatures: jaarvertegenwoordiging GNK1, BW1, master BW, Farmacie en V&A.

Heb jij altijd al inspraak willen hebben in het onderwijs? Lijkt het je leuk om activiteiten voor je jaar te organiseren en hen op de hoogte te houden van wat de JVT doet? In de JVT hebben we de volgende functies: Voorzitter, Secretaris, Lid GOES, Lid PR, Lid OOO en bij BW ook Lid OLC. Wil je meer weten wat deze functies inhouden of wil je je aanmelden, mail dan naar lidgnk@mfls.nl, lidbw@mfls.nl, lidfarmacie@mfls.nl of lidv&a@mfls.nl.

Uitwisseling Leuven

Vanaf september dit jaar is het mogelijk om als tweedejaarsstudent deel te nemen aan een uitwisseling met Leuven. Deze uitwisseling loopt van half september 2018 tot eind november 2018 (10 weken in totaal). De vakken Ethiek, Microbiologie en Heelkundig Zorgtraject worden in Leuven aangeboden. We wensen de studenten veel succes en plezier in Leuven!

Commissie lijnoptimalisatie

Omdat de organisatie van de lijnen in de bachelor Geneeskunde niet altijd soepel verloopt, heeft de opleiding de ambitie om een commissie op te richten die zich bezig gaat houden met de optimalisatie van de lijnen. De belangrijkste aandachtspunten voor deze commissie zijn de lijn Organisatie en Samenwerking, en de lijn Gezondheidsbevordering, interprofessioneel samenwerken en vaardighedenonderwijs. Hoe deze commissie inhoudelijk wordt vormgegeven is nog onbekend. Momenteel bevindt de opleiding zich in een oriënterende fase.

Farmacie

Verschuiving van thema's

Farmaciestudenten gaven gedurende collegejaar 2017/2018 aan dat de volgorde van de thema's geoptimaliseerd kan worden, gezien er geen logische volgorde zit in het onderwijzen van theoretische kennis. Vanaf dit collegejaar

gaat de nieuwe opzet voor het eerst van start. Thema 7 'Centraal Zenuwstelsel' wordt naar voren geplaatst en zal plaatsvinden tussen thema 3 en thema 5. Thema 4 'Gezin en Geneesmiddel' wordt naar achteren geschoven en zal plaatsvinden tussen thema 8 en thema 9.

Biomedische wetenschappen

Onderwijsprijzen Biomedische wetenschappen

Tijdens het Biomedical Sciences Symposium van vrijdag 1 juni zijn, zoals ieder jaar, de Prof. dr. E.L. Noachprijs en de Heart of Biomedical Sciences Prize uitgereikt. De Prof. dr. E.L. Noachprijs wordt ieder jaar uitgereikt aan de student met de grote gebleken wetenschappelijke excellentie in de bachelorfase, met name tijdens zijn of haar stage. Melanie Modder, Ruby Schipper en Tessa Nelemans waren genomineerd voor deze prijs. Uiteindelijk ging Melanie naar huis met de wisseltrofee: een oorkonde en een cheque van €1250,- welke besteed dient te worden aan een (internationale) reis ter oriëntatie op haar vervolgstudie.

De Heart of Biomedical Sciences Prize wordt ieder jaar uitgereikt aan de masterstudent die het beste research proposal voor zijn of haar Junior Research Project II heeft geschreven. De winnaar van dit jaar, die naar huis mocht gaan met de wisseltrofee, oorkonde en cheque ter waarde van €500,- was Corine Roorda.

Derdejaarsstudenten van de bachelor die nu hun stage lopen, kunnen meedingen naar de prijs van volgend jaar door hun verslag vóór oktober 2018 te mailen naar lidbw@mfls.nl. Masterstudenten die mee willen dingen naar de Heart of Biomedical Sciences Prize kunnen hun research proposal mailen vóór maart 2019.

Vitality and Ageing

Selectie en plaatsing

Het afgelopen jaar heeft de opleiding Vitality and Ageing veel aandacht besteed aan de werving van nieuwe studenten. Dat is gelukt, want voor het collegejaar 2018-2019 zijn er nu 50 aanmeldingen! ■

Een nieuw begin

Co-lumn door Boudewijn Sweep

Coschappen, een gloednieuw begin van je leven als een student Geneeskunde. Tijdens de bachelor lijkt het allemaal nog zo ver weg, maar als de master eenmaal is begonnen, dan is het tijd om aan de slag te gaan in de kliniek! Wat kan je allemaal verwachten? Diensten die urenlang duren, liters koffie om je wakker te houden, geen sociaal leven of valt het uiteindelijk mee? Boudewijn Sweep neemt ons mee in de wereld van een coassistent en vertelt ons zijn verhaal.



Shit! Een column. Ik heb geen idee hoe ik hieraan moet beginnen. Laat ik beginnen bij de redder van mijn coschappen tot nu toe: Google. Na een intensieve zoektocht kom ik toch uit op de Wikipedia-pagina, hoogst ongebruikelijk... De betekenis van column komt vanuit het woord kolom of pilaar omdat deze stukjes proza op deze manier gepresenteerd worden in de krant. Een stukje schrijven over de ervaring van de coschappen. Recente herinneringen ophalen dus!

Tijdens het schrijven ben ik op de achtergrond lekker het wereldkampioenschap (WK) voetbal aan het kijken. Vanwege vakantie en de VVV-oogheelkunde is er voor mij genoeg tijd voor de WK-wedstrijden. Een gelukje, want na de finale begin ik pas weer in de kliniek. Ik heb dan ook medelijden met alle voetballiefhebbende studiegenoten die op dit moment lange dagen in de kliniek maken. Gelukkig kunnen jullie wel de avondwedstrijden zien, en anders in ieder geval de tweede helft. Heb je ook weer mooie dingen om het met de voetballiefhebbende arts op de werkvloer over te hebben. Of toch slapen om 21 uur? Kan ik me ook goed voorstellen. Zo was ook mijn eerste

“Als een kind in een speelgoedwinkel keek ik mijn ogen uit”

periode in de kliniek. Als een kind in een speelgoedwinkel keek ik mijn ogen uit op de interne. Al die indrukken en al die kennis die je als een spons opzuigt. Het uitpluizen van de pathofysiologie van de ziektebeelden was dan ook iets wat ik met liefde deed. Dank hiervoor aan Google en Wikipedia. Bij thuiskomst was ik gesloopt en ging ik lekker om 22 uur naar bed. Zo opa-achtig als het maar zijn kan, maar die wollen deken voelde o zo fijn. En de volgende dag weer lekker fris bij de overdracht. Dan in de weekenden wel uitslapen, maar vervolgens ook wel burgerlijk weekendboodschappen doen. De coschappen voelde als een nieuwe fase van mijn leven.

In mijn vakantie na interne heb ik de eerste week op de bank gehangen, wennend aan alle tijd die je dan opeens weer hebt. De tijd doden door dagelijks weekendboodschappen te doen is ook een beetje overdreven. Ik was blij toen ik weer kon beginnen. Nieuwe start in een compleet ander vakgebied: de chirurgie. Je medestudenten conditioneren je alvast over de verschillen tussen de internisten en chirurgen. Ik dacht altijd dat dit zwaar overtrokken was. Ik moet hierop terugkomen; het is zwaar gebagatelliseerd. Ik vraag mij

nog steeds dagelijks af: is de favoriete radiozender van de vakgroep niet echt gewoon het Q-music's foute uur? Ik ben in ieder geval fan geworden.

“Is de favoriete radiozender van de vakgroep niet echt gewoon het Q-music's foute uur?”



Inmiddels ben ik dus alweer een stapje verder. Na een korte vakantie het vakgebied dermatologie. Nog niet in de kliniek maar eerst in de boeken. Wat een heerlijke plaatjes krijg je hier te zien. Ik moet eerlijk bekennen dat ik mij schuldig voelde toen ik in het KOG de e-learnings aan het maken was. Vooral de SOA-lessen waren erg smakelijk en ik hoef niet te weten wat de rechtsgeleerde gedacht moeten hebben. De blik van menig langslappende rechtenstudent was dan ook vol afschuw en vertelde genoeg. Wacht maar tot mijn vrienden van de sociale faculteit de verhalen te horen krijgen!

Verhalen waar mijn niet-medische medestudenten makkelijker over mee kunnen praten zijn die van het WK. De eerste wedstrijd van vandaag is afgelopen en daarmee komt dan ook precies een eind aan deze column. Niet slecht getimed, al zeg ik het zelf. Snel even eten maken en dan klaar zitten voor de tweede wedstrijd van de dag. Wie speelt er ook alweer? Terug naar de redder van het coschap! ■

106^e M.F.L.S.-bestuur

Introductie Bestuur collegejaar 2018-2019

Auteur:
106^e Bestuur
Lay-out:
Wingchi Cheng

Op 6 september neemt het 106^e M.F.L.S.-bestuur het stokje over van het 105^e M.F.L.S.-bestuur. Tijdens het collegejaar 2018-2019 runt 106 de bestuurskamer en de M.F.L.S. Ga langs K1-69 voor jouw vragen over het onderwijs, activiteiten of juist commissies. Het Bestuur staat voor jou klaar met een kopje koffie of thee! Maak hier kennis met het nieuwe Bestuur! Wij vroegen o.a. wat hun favoriete Disney-quote is, een wijze les voor eerstejaars en hoe zij hun toekomst het liefst zagen.



Achternaam: van Ravens | 21 | GNK4 | Quote: "It's kind of fun to do the impossible" - Walt Disney

Jouw eerste jaar? Een geweldige ervaring, maar zeker ook een eyeopener van wat allemaal mogelijk is. Ik heb veel mensen leren kennen tijdens verschillende activiteiten. Daarnaast ben ik een commissie gaan doen bij de M.F.L.S. en had ik aan het einde van mijn eerste jaar een baantje bij een onderzoek!

Wijze les? Tijdgebrek is het enige probleem wat eenieder zal ervaren. Zoek daarom in de vergezochte triangel der studentenleven naar een goede balans tussen studeren, vrije tijd, verenigingen en commissies, maar ook zeker slaap.

Maud in een sprookje? Toen de koningin in haar vinger prikte, vielen er drie druppels bloed in de sneeuw. Op dat moment werd zij herinnerd aan een onvervulde wens; dat zij een kind zou krijgen zo wit als sneeuw, lippen zo vuurrood als bloed en haar zo zwart als ebbenhout. Sneeuwwitje is zelf maar een vertekening van de werkelijkheid; de koningin en de magische spiegel hadden altijd al onze Maud in gedachten.

Jij over vijf jaar? Ik ben dan afgestudeerd en net begonnen met een erg interessant promotieonderzoek of ik ben aan het ANIOS'en. Verder ben ik dan niet te ver van Leiden verhuisd, denk ik nog elke dag terug aan mijn geweldige studententijd en ben ik sporadisch nog in HePatho te vinden.



TOM

Achternaam: Schoot Uiterkamp | 20 | BW4 | Quote: "Dishonor! Dishonor on your whole family! Dishonor on you, dishonor on your cow." - Mulan

Wijze les? Word actief bij een commissie en leer zoveel mogelijk nieuwe mensen kennen! En voor de BW'ers: bewaar je kippenembryo en geef het een naam als aandenken aan je eerste practicum (ik heb Klaas-Jan nog steeds op mijn bureau staan).

Bianca in een sprookje? Net als repelsteeltje is Bianca aankomend jaar ook volledig gefocust op geld. Al kan ze misschien geen goud maken uit stro, ze regelt wel alle financiële zaken en dat is bijna net zo knap. Alleen even opletten dat ze geen mensen opsluit in de Bestuurskamer en eerstgeborenen opeist, verder komt het helemaal goed!

Hoe vaak doe je de was? In het ideale geval ongeveer elke 1,5 week, maar in realiteit vergeet ik het meestal of stel ik het zo lang mogelijk uit omdat ik geen zin heb om alles ook weer op te hangen en te vouwen.

Jij over vijf jaar? Over vijf jaar hoop ik bezig te zijn met promoveren, dus waarschijnlijk spendeer ik dan heel wat uren in een lab. Met een beetje geluk heb ik dan nog wel wat vrije tijd over om in de zon op het terras te zitten: mijn favoriete weekendbesteding.

Nieuwe M.F.L.S.-commissie? Kookcommissie die maandelijks een culinair hoogstandje op tafel tovert!



MAUD

Achternaam: Biersteker | 21 | GNK4 | Quote: "People say nothing is impossible, but I do nothing every day." - Winnie the Pooh

Wijze les? Geniet van alles wat er op je af komt in je eerste jaar, van studie tot gezellige activiteiten, samen eten, borrels en feestjes.

Eva in een sprookje? Eva zou de hoofdrol spelen in het sprookje Alice in Wonderland. Net zoals Alice in het sprookje, zal Eva zich op een dag ineens in een nieuwe, bijzondere, vreemde wereld gaan bevinden: Onderwijsland. Hier zal Eva in aanraking komen met vreemde wezens: alle verschillende mensen die zich met het onderwijs bezighouden.

Hoe vaak doe je de was? Minder vaak dan ik zou moeten doen.

Jij over vijf jaar? Over vijf jaar heb ik (hopelijk) mijn studie afgerond. Ik zal op dat moment werkzaam zijn als arts in een ziekenhuis, maar op welke afdeling is ook voor mij nog een verrassing.

Nieuwe M.F.L.S.-commissie? VVV'tjes-dag commissie

Hoe zou jij lang en gelukkig leven? Op de meest cliché manier: vooral dingen doen die ik écht leuk vind om te doen, bijvoorbeeld een baan waar ik met plezier naartoe ga (iets medisch, misschien wel iets met geld...), veel vrienden en familie om me heen.



BIANCA

Achternaam: Nieuwpoort | 21 | GNK4 | Quote: "Believe you can, then you will." - Mulan

Jouw eerste jaar? Mijn eerste jaar vond ik best een stap na de middelbare school, maar zeker hartstikke leuk en een nieuwe ervaring. In mijn eerste jaar vond ik het vooral belangrijk mijn studie even op een rijtje te krijgen en ben ik daarnaast actief geworden bij de M.F.L.S. Ik kreeg steeds meer onder de knie hoe alles werkte en daardoor was ik er dan ook klaar voor om op kamers te gaan en bij een studentenvereniging te gaan, wat ik gelijk aan het begin van mijn tweede jaar heb gedaan.

Wijze les? Doe vooral dingen naast je studie die je leuk vindt, dat CV en dergelijke komt dan vanzelf wel. Als je doet wat je leuk vindt, heb je hier ook tijd voor, zin in en haal je er energie uit.

Nieuwe M.F.L.S.-commissie? Aangezien ik samen muziek maken heel leuk vind, zou ik wel een soort concert op willen zetten waar je bijvoorbeeld geld mee ophaalt voor een goed doel.

Imke in een sprookje? De kleine zeemeermin. Net als Ariël kan Imke zo mooi zingen, dat alle prinses en spontaan van wakker worden.

Hoe zou jij lang en gelukkig leven? Ik vind het vooral belangrijk om veel dingen te doen waar je blij van wordt en energie van krijgt. Volgens mij is vooral deze balans tussen dingen die je 'moet' doen en dingen waarvan je echt zin krijgt om de dag te beginnen belangrijk.

EVA

Achternaam: Wijnen | 21 | BW4 | Quote: "When all else fails, take a nap." - The Many Adventures of Winnie the Pooh

Jouw eerste jaar? Leuk! Ik heb heel veel dingen gedaan die ik leuk vind om te doen. Een van die dingen was de jaarvertegenwoordiging!

Wijze les? De lekkerste koffie van het ziekenhuis is te vinden op de begane grond van het onderzoeksgebouw (gebouw 2)!

Tijn in een sprookje? De nieuwe kleren van de keizer, omdat het bestuurspak een aanwinst voor zijn garderobe zal zijn.

Jij over vijf jaar? Ik woon dan in een mooi pand aan een van de Leidse grachten. Ook heb ik een interessante PhD en kan ik vakantiedagen opnemen om er heerlijk tussenuit te gaan of leuke dingen te doen!

Hoe vaak doe je de was? Zodra mijn sokken op zijn.

Nieuwe M.F.L.S.-commissie? De kookmissie. Eten is niet alleen lekker, maar ook gezellig!

Hoe zou jij lang en gelukkig leven? Dingen doen die je leuk vindt, uitdaging zoeken waar je die nodig hebt en plezier hebben met de mensen die belangrijk voor je zijn!



IMKE

Achternaam: van Stekelenburg | 21 | GNK4 | Quote: "Blijf maar zwemmen, blijf maar zwemmen, blijf maar zwemmen" - Dori

Wijze les? Doe vooral waar je zelf behoefte aan hebt en waar je zelf zin in hebt. Daarnaast moet je niet schromen om ouderejaars te vragen naar problemen waar je mee zit, zij hebben het ook allemaal meegemaakt.

Anouk in een sprookje? Naar mijn mening zou Anouk het sprookje van Hans en Grietje het beste vertolken. Begrijp me niet verkeerd, zij speelt de heks. Met haar functie als Lid Extern zal zij als de heks van Hans en Grietje alle sponsors lokken. Hopelijk maakt ze het niet zo bont dat ze zelf in een oven belandt.

Hoe vaak doe je de was? Dat wordt eigenlijk bepaald door de hoeveelheid sokken en onderbroeken die er nog in m'n kledingkast liggen. Als een van beide op is, móet ik mezelf wel naar het washok begeven om maar meteen een hele berg te wassen.

Jij over vijf jaar? Ik hoop dat ik weet wat ik wil gaan doen om brood op de plank te krijgen. Natuurlijk studeer ik Geneeskunde en word ik waarschijnlijk arts. Maar je weet nooit waar het schip strandt en waar je terechtkomt. Dadelijk spreekt het 'besturen' me zo aan dat ik daar wat in wil doen.

Nieuwe M.F.L.S.-commissie? Dat zou er eentje zijn die zich met culinaire zaken bezighoudt, omdat ik van koken en lekker eten houd. Mensen die mij goed kennen noemen mij ook wel Terrasjestijger Tijn....



TIJN

Achternaam: Heesters | 21 | GNK4 | Quote: "You're the worst pirate I ever heard of..." "But you have heard of me" - Captain Jack

Wijze les? Het kan even duren om je draai te vinden in het studentenleven en om erachter te komen hoe je het studeren en je sociale leven kan combineren. Wees daarom niet bang om ouderejaars om hulp te vragen. Zij hebben dit ook allemaal moeten doen.

Tom in een sprookje? Net zoals Ariël droomt Tom al zijn hele leven over een wereld waar hij graag deel van uit wil maken: het M.F.L.S.-bestuur. Tom hoeft gelukkig niet zijn stem te ruilen om dit mogelijk te maken. Deze zal hij namelijk veel nodig hebben tijdens zijn speeches dit jaar. Waar Ariël een kus nodig had om haar droom te laten uitkomen, krijgt Tom z'n penning (en misschien ook wel een kusje van z'n voorganger).

Hoe vaak doe je de was? Helaas ben ik wel eens zo druk dat als ik mijn was doe, ik het vergeet en het dan 2 dagen in de wasmachine blijft liggen waardoor ik alles weer opnieuw moet wassen. Dan tikt het aantal wel aan.

Hoe zou jij lang en gelukkig leven? Ik zou uren kletsen en speciaal biertjes drinken met Tom, feesten met Maud en Imk, katten adopteren met Bianca, muziek maken met Eva en terrasjes pakken met Tijn. Oh, en een shout-out naar m'n huisgenootje Irene die de lekkerste gerechten maakt. ■



ANOUK

LUMC Alumni Vereniging

Dr. Marijke Janssens en drs. Sophie van Blijswijk

Auteur:
Vera Broek
Lay-out:
Wingchi Cheng



dr. Janssens

De LUMC Alumni vereniging is opgericht in 1996 om enerzijds de band tussen het LUMC en zijn alumni te versterken, anderzijds om de band van de alumni onderling te versterken. Elk jaar organiseert de vereniging reünies, lezingen en symposia. Voor de jonge alumni worden er naast het reguliere programma activiteiten georganiseerd die aansluiten bij de wensen van pas afgestudeerde starters op de arbeidsmarkt. Denk hierbij aan netwerken, doorstuderen of het opbouwen van een loopbaan.



drs. Van Blijswijk*

Deze editie een dubbelinterview met een door de wol geverfde alumnus en een alumnus die pas is afgestudeerd.

Dr. Marijke Janssens is afgestudeerd aan het LUMC in 1975 en rondde daarna de opleiding tot huisarts af. “Na mijn afstuderen heb ik erg getwijfeld hoe ik verder wilde als arts. In mijn coschappen werd medegedeeld dat als ik kinderen wilde, dat met een aantal specialismen moeilijk te combineren was. Ik wilde kinderen en zag zelf ook niet hoe dat te combineren viel met een opleidingsplek waarbij je meer dan 60 uur in de week werkt. Ik wilde sowieso geen ellenlange dagen en nachten meer maken, waar mijn hobby’s en sociale contacten onder leden. Toen heb ik ervoor gekozen de huisartsopleiding te volgen.”

Drs. Sophie van Blijswijk, afgestudeerd in 2011, heeft ook de keuze gemaakt voor de huisartsopleiding. “Tijdens mijn studie Geneeskunde vond ik heel veel dingen interessant, ook buiten de studie. Ik vond het belangrijk om dingen te doen waar ik enthousiast van werd. Tijdens het coschap huisartsengeneeskunde kwam ik erachter dat ik echt de huisartsopleiding wilde gaan doen. In die opleiding werd een andere interesse getriggerd. Al in mijn wetenschapsstage op de afdeling Public Health en Eerstelijngeneeskunde was ik enthousiast geworden over onderzoek doen, en dat werd ik opnieuw bij de journal club in de huisartsopleiding. Ik heb toen gesolliciteerd voor een traject als arts in opleiding tot huisarts en onderzoeker (AIOTHO) waarin opleiding en

onderzoek worden gecombineerd. Ik heb als AIOS en AIOTHO coassistenten en wetenschapsstages begeleid, maar ook werkgroepen gegeven. Ik werd hier zo enthousiast van dat ik onderwijs wil blijven geven.”

Janssens: “Bij mij viel de opleiding tot huisarts tegen. Ik vond het beroep van huisarts niet interessant genoeg. De medische inhoudelijke zaken vind ik interessant, maar ik ben niet zo goed en enthousiast binnen de coachende rol van huisarts. Bij dat laatste speelde ook zeker mee dat ik nog weinig levenservaring had. Ik vond het lastig om me te verplaatsen in mensen die op het spreekuur kwamen met in mijn ogen geen echte medische problemen.

“Ik ben verder gaan zoeken en zag bij toeval een advertentie voor coördinator reumaresearch. Met nog nauwelijks een idee wat deze functie inhield heb ik gesolliciteerd. Ik kreeg een bureaubaan bij TNO gericht op het verbinden van onderzoekers onderling en de ondersteuning van het subsidieproces voor wetenschappelijk onderzoek. Vervolgens ben ik altijd in het onderzoeksbeleid blijven werken. Na TNO bij de Raad voor Gezondheidsonderzoek en later bij ZonMw in de rol van teamleider, lid van het managementteam en als adviseur.

“Voor net afgestudeerde artsen is het goed te beseffen dat naast de patiëntenzorg ook de wetenschap en/of het gezondheidsbeleid interessant kunnen zijn. Ook daar zijn artsen welkom en nodig. Ik vind het belangrijk dat wetenschappelijke onderzoeksresultaten in de praktijk van de gezondheidszorg worden gebruikt.

Maar ook andersom, dat vanuit vragen in de zorgpraktijk relevant onderzoek wordt gedaan.”

Van Blijswijk: “In 2012 ben ik samen met een collega bij een lezing van de LUMC Alumni Vereniging geweest over de huisartsengeneeskunde. We werden door de lezingen nog enthousiaster over het vak, maar waren veruit de jongste aanwezigen. Later was er een andere lezing over het ‘Dertigersdilemma’, waarbij ook bleek dat de vereniging zich richt op jonge Alumni. Toen heb ik me aangemeld als lid. De lezingen en symposia met dinerbuffet worden goed bezocht, en de activiteiten voor jongere alumni zijn ook een succes. Het is goed dat tijdens de avonden aandacht wordt besteed aan zowel artsen als biomedisch wetenschappers. Ik denk dat de deelname aan de activiteiten van de LUMC Alumni Vereniging met oud-studiegenoten dan extra bijzonder wordt na het afronden van de opleiding.”

Janssens: “Ik heb me aangemeld bij de LUMC Alumni Vereniging omdat ik van een vriendin en oud-collega had gehoord dat er interessante lezingen worden georganiseerd. Het zou leuk zijn om mijn ervaringen te delen met jonge afgestudeerden. Ik heb natuurlijk niet het meest gangbare pad gevolgd, maar dat wel altijd met heel veel plezier en voldoening gedaan.” ■

Wil jij meer weten of in contact komen met Marijke Janssens en Sophie van Blijswijk? Neem dan contact op met de LUMC Alumni Vereniging via alumni@lumc.nl, bellen naar 071-5266482 of de Facebookpagina bezoeken: www.facebook.com/AlumniUniversiteitLeiden

* ©: Huisarts en Wetenschap, 58(3), p.73.

Auteur:
 Debby van Steenderen
 Lay-out:
 Elise van Putten

Er was eens...

...een pokkenvirus

Het pokkenvirus is een van de dodelijkste ziekteverwekkers uit de geschiedenis. Gelukkig is het sinds 1979 wereldwijd uitgeroeid. Tenminste, bijna. Op twee laboratoria in de wereld ligt nog een voorraadjie van het virus. Kunnen we dat niet beter vernietigen?

De 'engel des doods': zo noemden mensen de pokken in de achttiende eeuw. In die tijd was pokken verreweg de gevaarlijkste ziekte. Elk jaar overleden in Europa zo'n 400.000 mensen aan deze infectieziekte, veroorzaakt door het pokkenvirus. Eenmaal besmet kwam je huid vol blaasjes te zitten. Twee op de vijf patiënten stierven, als gevolg van bloedvergiftiging of orgaanfalen.



Er was niets aan te doen. Totdat Edward Jenner in 1796 een revolutionaire ontdekking deed. Hij infecteerde een gezonde jongen met het koepokkenvirus, dat voor mensen ongevaarlijk is. Zes weken later besmette Jenner dezelfde jongen met het gevaarlijke menselijke pokkenvirus. Maar de jongen werd niet ziek. De eerste vaccinatie was een feit. In de daaropvolgende jaren werden miljoenen mensen gevaccineerd en maakte het pokkenvirus steeds minder dodelijke slachtoffers.

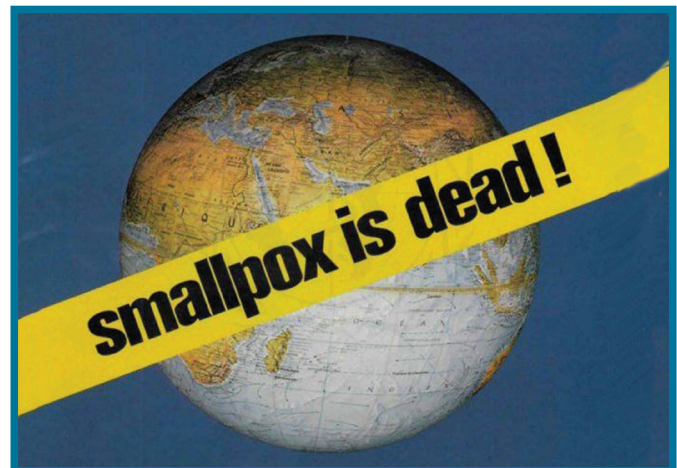
In december 1979 waren de pokken officieel wereldwijd uitgeroeid, na een groot vaccinatieprogramma van de WHO. In het 'wild' kwam het virus niet meer voor. Wel hadden sommige onderzoekscentra nog voorraden van het pokkenvirus liggen. Dat moesten ze óf vernietigen, óf naar Atlanta (Verenigde Staten) of Novosibirsk (Rusland) brengen. Daar staan, ook nu nog, de enige twee laboratoria ter wereld die het levende pokkenvirus op voorraad hebben.

Maar waarom zouden we zo'n gevaarlijk virus bewaren? Wat als het ontsnapt? Dat zou vergaande gevolgen hebben, aangezien niemand meer wordt gevaccineerd tegen pokken. Dat risico is onacceptabel, vinden veel mensen, waaronder de meeste ministers van Volksgezondheid van WHO-landen. De laatste twee voorraden moeten vernietigd worden, zeggen zij. Toch is dat nog niet gebeurd. Sinds de uitroeiing in 1979 is het vaak punt van discussie geweest. Zo besloot de WHO in 1996 om alle pokkenvirussen in 1999 te vernietigen. Maar toen het bijna zover was, bleek toch niet iedereen het ermee eens te zijn en ging het plan niet door.

Wetenschappers uit Atlanta die onderzoek doen aan het pokkenvirus en het willen bewaren, zeggen dat hun

werk er nog niet op zit. Volgens hen is er meer onderzoek nodig voordat de wereld zeker kan zijn dat we voldoende beschermd zijn tegen toekomstige bedreigingen van het pokkenvirus. Bedreigingen? Het virus ligt toch alleen op beveiligde plekken? Daar is niet iedereen van overtuigd. "Er zijn genoeg redenen om bezorgd te zijn dat de twee voorraden (in Atlanta en Novosibirsk, red.) niet de enige plekken ter wereld zijn waar het levende pokkenvirus nog steeds bestaat", zei Nils Daulaire, directeur van the Office of Global Health Affairs in de Verenigde Staten, in 2011. "Zolang die mogelijkheid bestaat, denk ik dat de wereld veiliger is als we tegenmaatregelen ontwikkelen." Daarmee doelt hij onder andere op het ontwikkelen van antivirale medicijnen. En daar heb je het virus zelf voor nodig. In juli 2014 bleek dat de angst van Daulaire niet geheel ongegrond is. Toen doken ongeregistreerde ampullen met het pokkenvirus op tijdens een opruimsessie in het Nationale Instituut van Volksgezondheid in Maryland (VS). De ampullen waren nog heel en verzegeld en zijn vernietigd.

Sommige overheden, zoals die van de Verenigde Staten, houden rekening met de kans dat het virus in verkeerde handen komt en als biowapen wordt ingezet. Daarnaast weten wetenschappers niet precies hoelang het pokkenvirus kan overleven in dood weefsel. Het is namelijk al eens gelukt een ander oud virus uit permafrost tot leven te wekken. Al is de kans klein dat een oud pokkenvirus nog schadelijk is, better safe than sorry, redeneren sommige onderzoekers.



In mei 2014 vroeg de WHO de mening van twee adviescommissies. De ene commissie adviseerde vóór vernietigen van het virus, de ander tegen. De WHO stelde haar beslissing uit. Voorlopig is dat de laatste keer dat de WHO de vernietiging van het pokkenvirus besprak en ligt een van de dodelijkste virussen ooit nog steeds opgeslagen op deze wereld. ■

Bronnen:

1. Mirjam Remie. Pokkenvirus uit de jaren 50 gevonden in kartonnen doos in VS. NRC. 08 juli 2014. Beschikbaar via: <https://www.nrc.nl/nieuws/2014/07/08/pokkenvirus-uit-de-jaren-50-gevonden-in-kartonnen-does-in-vs-a1423829>. Geraadpleegd op: 7 juli 2018.

Gekkenhuis

De wondere wereld van Lewis Carroll

Auteur:
Manon Boot &
Mandy Meijer
Lay-out:
Elise van Putten

Wonderland: *“Where everything would be nonsense. Nothing would be what it is, because everything would be what it isn't. And contrary wise, what is, it wouldn't be. And what it wouldn't be, it would. You see?”* Voor Lewis Carroll, pseudoniem van Charles Lutwidge Dodgson en schrijver van het welbekende boek Alice in Wonderland, was dit juist werkelijkheid. Hij leed aan een syndroom dat zijn perceptie beïnvloedde.

Het syndroom waar Carroll aan leed gaat vaak gepaard met migraine. Visie, sensatie, tast, gehoor en het eigen lichaamsbeeld zijn compleet verstoord. Zo kan het voelen alsof het lichaam krimpt en dan weer groeit. Voorwerpen veranderen van vorm en ook andere visuele hallucinaties ontstaan. Tijd lijkt erg langzaam te gaan. Het syndroom zorgt ervoor dat het voelt alsof je extreem hard rent, terwijl je in werkelijkheid amper vooruit komt.

Naam van dit syndroom? Alice-in-wonderlandsyndroom. Toeval dat juist Lewis Carroll hier aan leed? Nee, het syndroom is vernoemd naar zijn boek, waarin Alice groeit of krimpt door iets te eten of te drinken en deze uitspraak van de *Queen of Hearts* te vinden is: *“Now, here, you see, it takes all the running you can do, to keep in the same place. If you want to get somewhere else, you must run at least twice as fast as that.”*

Lewis Carroll was niet de enige die aan een medische conditie leed. Zonder enige moeite zijn de hoofdpersonages van zijn befaamde boeken *“Alice's Adventures in Wonderland”* en *“Through the Looking Glass (and what Alice found there)”* te diagnosticeren, vooral met psychiatrische ziektebeelden.



Alice is het hoofdkarakter van de boeken en heeft een kneitersaaië zus. Alhoewel dat geen ziekte is, is het ook zeker geen pretje. Vooral niet voor Alice, die voorgelezen wordt uit een suf geschiedenisboek. Al snel glijdt Alice in rapid-eye-movement (REM) slaap, het soort slaap waar dromen zich vormen. We ontmoeten de *White Rabbit* als eerst in de dromen van Alice. Zijn diagnose: dwangstoornis.

De *White Rabbit* (Witte Konijn) wil alles ziekelijk onder controle hebben, vooral de tijd. Hij is te laat en blijft obsessief bezig met zijn zakhorloge. Daarnaast lijkt hij ook een gegeneraliseerde angststoornis te hebben. Hij is overal bang voor. Alice is nieuwsgierig en blijft hem volgen.



Dit zorgt ervoor dat ze steeds in nieuwe avonturen terecht komt en meer personages ontmoet, die te diagnosticeren zijn met een medische aandoening.

In het bos komt Alice de tweeling Tweedledum en Tweedledee tegen. Ze zijn vrolijk en hebben heel veel energie. Afgeleid zijn ze ook wel erg snel. Dit maakt hen boegbeeld van *Attention Deficit Disorder*, een subtype van ADHD, waar juist het aandachtstekort centraal staat. Een verstoorde neurotransmitterbalans in de prefrontale cortex lijkt de oorzaak van deze neurobiologische ziekte te zijn.



Alice belandt op een Engelse *tea party*, waar ze de zogenaamde *Mad Hatter* ontmoet. Deze is waarschijnlijk 'mad', omdat hij een kwikvergiftiging heeft opgelopen, wat neurologische schade tot gevolg heeft. Kwik werd gebruikt om het wol te stabiliseren waar viltten hoeden van werden gemaakt, dus hoedenmakers

- zoals de *Mad Hatter* - kregen grote hoeveelheden kwikdamp binnen. Dit verklaart waarom de *Mad Hatter* op zo'n vreemde manier praat. Wie weet zit hij al jaren op zijn *tea party* niet alleen omdat hij "tijd vermoord heeft", maar ook omdat hij gewoon vergeten is dat hij daar al heel lang zit, want geheugenverlies is een ander symptoom van deze aandoening.



Een tafelmanier en goede vriend van de *Mad Hatter* is de *March Hare* (Maartse haas). Ook deze gedraagt zich eigenaardig (zoals alle wezens in Wonderland, eigenlijk). Hoogstwaarschijnlijk lijdt de haas aan delirium, een psycho-organische stoornis die onder andere perceptuele verstoringen en desoriëntatie



met betrekking tot tijd en plaats tot gevolg heeft. Een beeld dat uiteraard prima past binnen de wondere wereld van Wonderland.

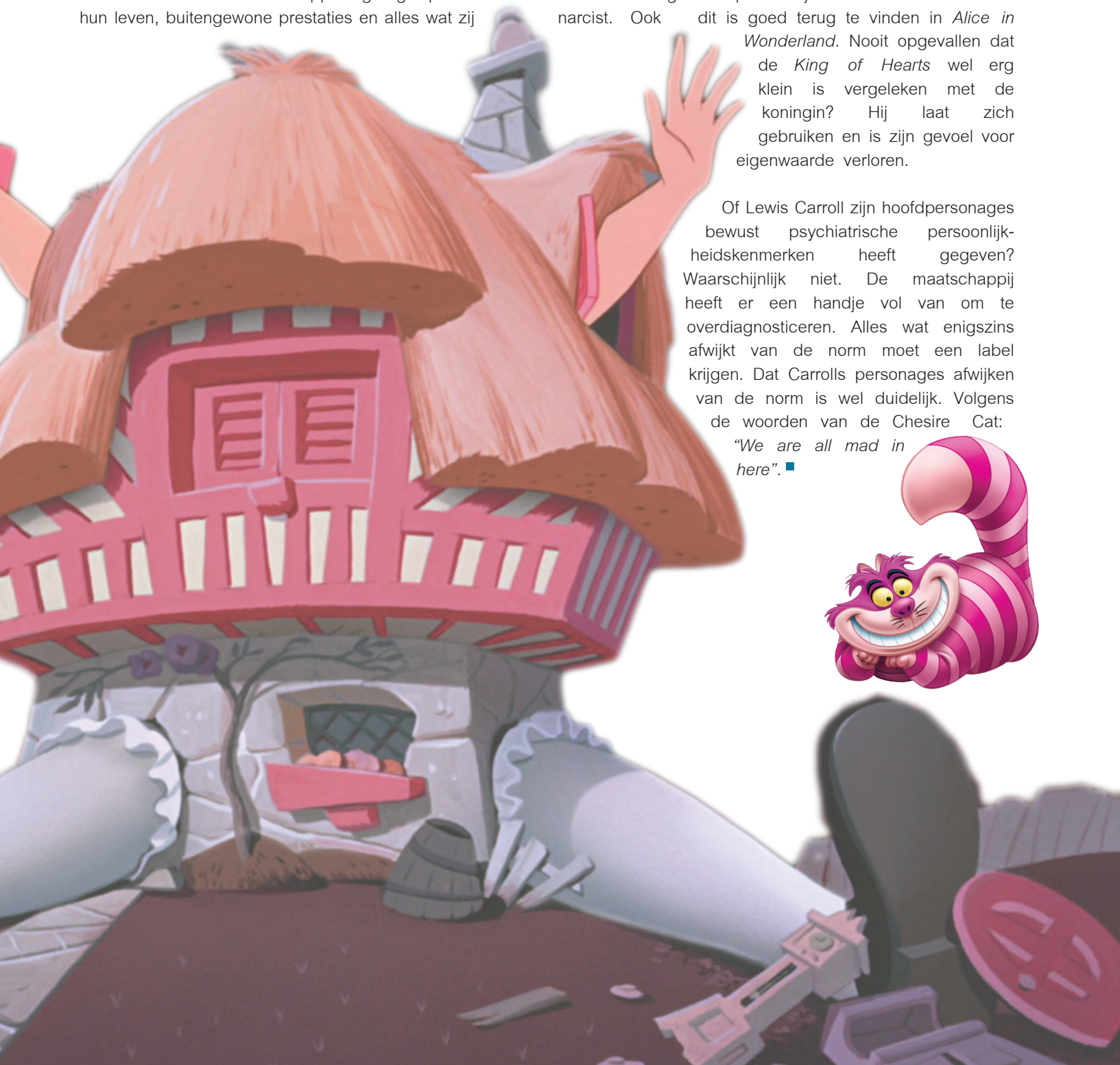
Compleet in het kader van 'Wonderland', waar alles mogelijk is, kunnen de speelkaarten praten. De *Queen of Hearts* is een ijzige vrouw en je bent niet veilig onder haar bewind: "off with their heads". De psychopathische kenmerken van een narcist vallend dan ook aan haar te relateren. Mensen met narcisme scheppen graag op over hun leven, buitengewone prestaties en alles wat zij

goed kunnen. Ze hebben een gevoel van verhevenheid en een groot ego, zoeken naar bevestiging van anderen en willen graag horen dat ze speciaal zijn. Narcisten kennen geen empathie en de charmante kant die ze laten zien is vaak gespeeld. Daarnaast vertonen ze agressief gedrag en willen ze macht hebben. Als dit de *Queen of Hearts* niet beschrijft...



Partners van narcisten hebben het vaak moeilijk en lijden onder de negatieve persoonlijkheidskenmerken van de narcist. Ook dit is goed terug te vinden in *Alice in Wonderland*. Nooit opgevallen dat de *King of Hearts* wel erg klein is vergeleken met de koningin? Hij laat zich gebruiken en is zijn gevoel voor eigenwaarde verloren.

Of Lewis Carroll zijn hoofdpersonages bewust psychiatrische persoonlijkheidskenmerken heeft gegeven? Waarschijnlijk niet. De maatschappij heeft er een handje vol van om te overdiagnosticeren. Alles wat enigszins afwijkt van de norm moet een label krijgen. Dat Carrolls personages afwijken van de norm is wel duidelijk. Volgens de woorden van de Chesire Cat: "We are all mad in here". ■



De oudere patiënt

Een sprookjesachtige dag in het verpleeghuis

Auteur:
Stefanie Wolfert
Lay-out:
Nienke Wit

De ouderengeneeskunde is een specialisme in opkomst door de vergrijzing, maar nog niet heel bekend. Om meer inzicht te geven in dit specialisme worden in de Predoctor verschillende casus toegelicht over de ouderengeneeskunde. Artsen ouderengeneeskunde in het LUMC helpen jou hiermee. Je wordt bijgespijkerd op deze onderwerpen en leert waar de denkstappen liggen.

Ouderengeneeskunde wordt vaak gezien als saai. Het gaat immers om oudere patiënten. Toch gebeuren er in het verpleeghuis zeker dingen die soms bijna een sprookje lijken te zijn.

Er was eens een bijzondere dag in het verpleeghuis. Ik deed artsensite op een van mijn somatische afdelingen. Eén van de patiënten die besproken werd, was mevrouw Knipper. Mevrouw Knipper* is een 80-jarige patiënte die opgenomen is in het verpleeghuis na een CVA. Ze woont al een aantal jaar bij ons, en over het algemeen gaat het vrij goed met haar. Tijdens de visite geeft de verzorgende aan dat mevrouw Knipper al een tijdje slecht ziet. 'En ze heeft ook steeds last van die vervelende hallucinaties', aldus de verzorgende. 'Zou mevrouw Knipper geen urineweginfectie hebben?', vraagt de verzorgende mij. Ik geef aan dat ik eerst wat meer moet weten over wat de verzorgende met hallucinaties bedoelt, voordat ik hier antwoord op kan geven. De verzorgende geeft aan dat mevrouw Knipper 's nachts veel wakker is. Ze geeft aan dat ze kindjes ziet en dat ze hier wakker van wordt. Overdag ziet de verzorgende mevrouw Knipper vaak naar buiten kijken en regelmatig zwaaien. De verzorgende heeft aan mevrouw gevraagd waarom ze dat doet, waarop ze zei dat ze naar de kabouters zwaait. Verder zegt mevrouw Knipper dat ze steeds oranje beestjes op tafel ziet. Mevrouw heeft verder geen mictieklachten, ze heeft geen koorts en maakt geen zieke indruk. In contact komt zij helder over. Ik heb weinig redenen om aan een urineweginfectie te denken en bij het nalezen van het dossier blijkt dat mevrouw Knipper al lange tijd regelmatig dingen ziet die er niet zijn. In het verleden is zij regelmatig behandeld met antibiotica en antipsychotica in verband met deze klachten, echter zonder effect. De dingen die er niet zijn, zijn toen geduid als visuele misidentificaties bij de slechte visus. Dit bespreek ik met de verzorgende en mevrouw Knipper, en ik adviseer mevrouw toch nog eens naar de oogarts te gaan, en de verzorgende om 's nachts een lichtje aan te laten bij mevrouw Knipper.

Daarna ging ik door naar een eerste zorgplanevaluatie van meneer Simons* op één van de psychogeriatrische afdelingen. Meneer Simons is recent bij ons komen wonen in verband met een verdere achteruitgang van zijn ziekte van Alzheimer. Zijn echtgenote, mevrouw Simons, woont al een tijdje bij ons in het verpleeghuis. Bij haar is de diagnose dementie al wat langer geleden gesteld, maar tot op heden

Meelopen ouderengeneeskunde

Ben jij ook geïnteresseerd in het vak en wil je zien hoe divers het vak is. Lijk het je leuk om een dag mee te lopen? Dan is dit je kans om kennis te maken! Neem contact op met soso@lumc.nl om een dag te plannen. Wist je daarnaast dat je ook het coschap sociale geneeskunde in een verpleeghuis kunt volgen?

blijft zij cognitief redelijk stabiel. De zoon van het echtpaar geeft aan dat hij blij is dat zijn vader nu ook bij ons woont. De zorg is hier goed en zijn moeder heeft regelmatig aangegeven dat zij haar man zo erg miste. De persoonlijke begeleider vertelt hoeveel het echtpaar ervan geniet dat ze nu weer samen zijn. 's Middags doen ze samen een kopje koffie op hun eigen zitkamer en 's nachts liggen ze hand in hand naast elkaar in bed', aldus de persoonlijke begeleider. Na het gesprek loop ik nog even langs bij het echtpaar. Er worden herinneringen van vroeger opgehaald met een fotoboek. Mevrouw Simons geeft mij een knuffel: 'Bedankt dokter, dat mijn man hier nu ook mag wonen, hopelijk kunnen we nu nog lang samen verder leven.'

Twee weken later is mevrouw Knipper bij de oogarts geweest, waar zij een nieuwe bril aangemeten heeft gekregen. De verzorgenden laten inmiddels 's nachts een lampje op haar kamer aan. De verzorgende vertelt verbaasd dat de hallucinaties nu voorbij zijn. Ik leg haar uit dat er geen sprake is geweest van hallucinaties, maar van visuele misidentificaties. Waarschijnlijk waren de kindjes in de nacht de knuffels op het bed van mevrouw Knipper, de kabouters op straat de kinderen op het schoolplein en de oranje beestjes de mandarijntjes in de fruitschaal. Het mysterie is door een kleine interventie opgelost, waardoor mevrouw Knipper weer beter kan zien en niet meer bang hoeft te zijn voor alle vreemde dingen.

Twee casussen met gelukkige patiënten. Ook binnen de ouderengeneeskunde kun je nog veel voor je patiënten betekenen. Want hoewel onze patiënten niet altijd lang meer leven, kunnen ze nog wel gelukkig zijn. ■

*Fictieve namen

Once Upon
a Time

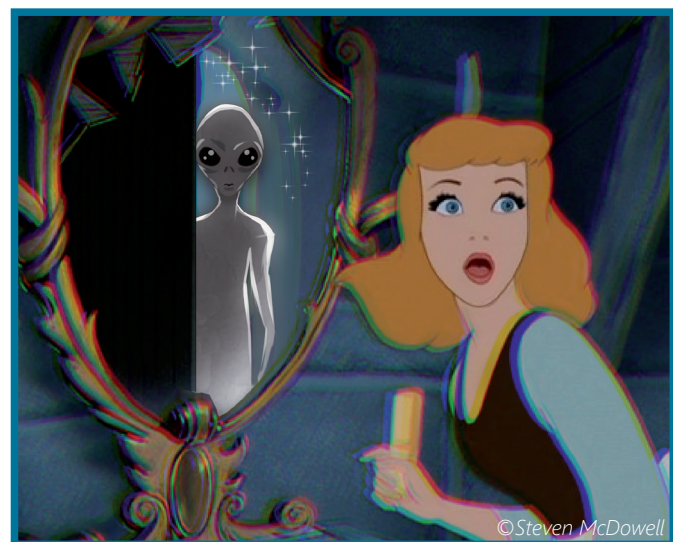
VGT-Hulp

Ik zie, ik zie, wat jij niet ziet: psychoses

Auteur:
Aline van Rijn &
Hannah Leegwater
Lay-out:
Wingchi Cheng

De Voortgangstoets. Voor sommige studenten is het een inkoppertje, maar voor velen van ons blijft het toch vaak een hels karwei. 200 vragen waar je gek van kan worden en tussen deze vragen staan ook psychische vraagstellingen. Het is stiekem toch hard nadenken over hoe al die diagnoses in de DSM-V ookal luidden. In het thema van de Predoctor gaat deze VGT helpt jou een handje om weer alles op een rijtje te zetten wat betreft de psychoses!

*Er was eens een poetsend meisje met een erbarmelijk verleden,
Op bittere momenten fabuleerde ze verhalen als ontkenning van het heden.
Haar jurk gemaakt door muizen was in werkelijkheid een vod,
Met een koets - ofwel pompoen - ging ze naar het bal, ondanks het verbod.
Zij ziet iets wat wij niet zien; dat heeft waarschijnlijk een diagnose,
Is een 'waan', 'illusie' of 'hallucinatie' deel van Assepoesters dwaze psychose.*



Are you kidding me?!

Iemand die een psychose doormaakt, is het contact met de realiteit verloren. Wanneer de verwachte of normale psychische functies niet aanwezig zijn, spreken we van negatieve symptomen. Denk hierbij aan affectieve vervlakking (verminderde of afwezige emotionele reacties), apathie, spraakarmoede en sociaal ontwijkend gedrag. Iemand kan ook juist extra toevoegingen aan het normale functioneren hebben, zoals onze Assepoester bijvoorbeeld de koets als pompoen ziet; dit zijn positieve symptomen. Enkele symptomen die vaak op de voortgangstoets terugkomen zullen we hier uitleggen.

Er is een duidelijk verschil tussen een waan en een hallucinatie. Een waan is een verstoring in het denken: 'ik word in de gaten gehouden door aliens'. Een hallucinatie is het waarnemen van een zintuiglijke prikkel die niet bestaat: 'ik zie een UFO vliegen, ik hoor een stem die commando's

geeft'. De hallucinatie kan overigens makkelijk worden onderscheiden van een illusie, wat een zintuiglijke waarneming is die verkeerd geïnterpreteerd wordt: 'ik dacht even dat die boom een persoon was'. Een psychose kan zich ook motorisch manifesteren: katatonie is het onvermogen om normaal te bewegen, wat afhankelijk van het individu zowel een positief als negatief symptoom kan zijn.



Een psychose is geen op zichzelf staande ziekte, maar een symptoom van een onderliggend lijden. Het kan bijvoorbeeld worden veroorzaakt door drugs of slaapttekort, of een onderliggende mentale aandoening zoals een stemmingsstoornis.

Ei, ei, ei, we zijn (niet) zo blij

Stemmingsstoornissen worden onderscheiden op basis van het al dan niet voorkomen van manische en depressieve episoden. We zullen hier de stemmingsstoornissen depressie en bipolaire stoornis bespreken. Een depressie wordt gekenmerkt door een sombere stemming. Als een milde depressieve stemming meer dan 2 jaar bestaat, spreken we van een dysthyme stoornis. Bij een bipolaire stoornis is er sprake van afwisseling van depressieve en (hypo)manische episodes. Tijdens een manie is een patiënt euforisch, gejaagd en overactief. Een hypomanie is een milde manie waarbij geen psychotische symptomen optreden en iemand nog wel zijn dagelijkse bezigheden kan uitvoeren. Bij een monomanie heeft een patiënt één obsessieve neiging, bijvoorbeeld om te stelen, brand te stichten of mensen te vermoorden. Een patiënt met een egomanie is volledig op zichzelf gericht en heeft last van grootheidswaanden. ■

Oefenvraag

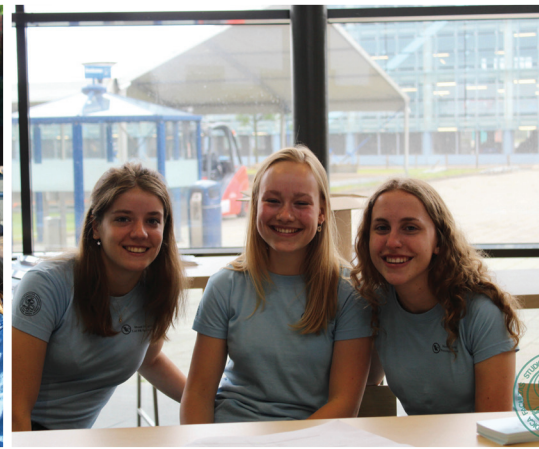
Bij een patiënt is sprake van een zintuiglijke waarneming, terwijl er in feite geen externe prikkeling van het betrokken zintuig plaatsvindt. Deze stoornis in de waarneming geldt voor:

- A. Een compulsie.
- B. Een hallucinatie.
- C. Een illusie.
- D. Een obsessie.

(Bron: VGT sept 2016, vraag 41.)

antwoord: B





Er was eens een studiekeuze

Er was eens... een moment dat ik te horen kreeg dat ik Geneeskunde mocht studeren. Voor velen het begin van de weg naar een happy ending, voor mij de aankondiging van een lastige beslissing. Ik wist namelijk al een tijd lang dat ik Geneeskunde wilde studeren, maar was helaas niet door de decentrale selectie gekomen. Nijmegen was de studentenstad van mijn dromen en aangezien ik daar niet door de selectie heen kwam en voor de rest in andere steden was uitgeloot, had ik na vele piekermomenten gekozen voor mijn tweede voorkeur; Griekse en Latijnse Taal en Cultuur (GLTC) aan de Universiteit Leiden.



Met deze keuze was mijn gemoedsrust weer teruggekeerd en de dag van mijn zeventiende verjaardag, drie dagen voor het begin van de EL CID, had ik veel zin om te beginnen aan mijn studie GLTC in Leiden. Totdat ik op die bewuste dag te horen kreeg dat ik was nageplaatst voor Geneeskunde in Leiden, terwijl ik mij net had neergelegd bij het feit dat Geneeskunde niet voor mij was weggelegd... Op dat moment vroeg ik mij vooral af met welke studie ik later de leukste baan kon krijgen, oftewel een focus op het einddoel. Welke studie was het begin van een sprookje of moet je genoeg nemen met de hoop dat een studie de eerste stap in de richting is van een happy end?

Aan het einde van je middelbare school lijkt je studiekeuze de keuze die het verdere verloop van je leven bepaalt, maar in de praktijk blijkt dat mee te vallen. Acht procent van de studenten besluit om toch met de studie te stoppen, volgens cijfers van de Inspectie van het Onderwijs, en een gedeelte van de studenten die inderdaad een studie afmaakt, zal later alsnog niet werkzaam zijn in het afgestudeerde vakgebied.

De druk die het Bindend Studie Advies (BSA) echter met zich mee heeft gebracht is voelbaar onder iedere student. Daarbovenop zorgt het wegvallen van de studiefinanciering ervoor dat het fenomeen van "eeuwige student" langzamerhand een begrip wordt dat slechts onze ouders nog echt hebben meegemaakt. Wanneer

je echter tevreden bent met je uiteindelijke studiekeuze, staan de opties voor je verdere loopbaan al op de planning. Immers, het gevoel van noodzaak om je op vroege leeftijd te kunnen onderscheiden van je medestudenten, verhoogt de druk op keuzes maken alleen maar. Want om meer kans te maken op de baan van je dromen, kan je dan bijvoorbeeld beter een bestuursjaar doen of een onderzoekstraject in gaan? Deze keuzedruk creëert veel stress onder studenten.

"Acht procent van de studenten besluit om toch met de studie te stoppen"

**MISSCHIEN
MOET JE JEZELF
EERST TEGENKOMEN**

**VOORDAT JE
HET KUNT ZIJN**

Loesje

Postbus 1045
6801 EA Arnhem
www.loesje.nl

Toen ik laatst als M.F.L.S.-bestuur in gesprek was met een specialist uit het LUMC over de druk die studenten voelen, begreep mijn gesprekspartner niet waarom studenten het nodig vinden om zich dusdanig te onderscheiden door hun Curriculum Vitae (CV) vol te bombarderen. Toen ik vervolgens vroeg of ik, wanneer ik over een aantal jaar op haar afdeling zou solliciteren, meer

kans maakte wanneer ik mij kon differentiëren van andere sollicitanten door een indrukwekkend CV, viel het stil. Zoals bij iedereen daarentegen bekend is, werkt deze keuzedruk ook averechts en is het percentage burn-outs onder studenten een stijgend getal.

Samengevat wil ik duidelijk maken dat een studiekeuze niet allesbepalend is en dat een (te) hoge werkdruk om jezelf te bewijzen en te onderscheiden averechts kan werken. Wanneer deze editie verschijnt, mag ik mij vijfdejaars Geneeskundestudent noemen. Met zekerheid kan ik nu zeggen dat de keuzes die je maakt tijdens je studie je toekomst weldegelijk vormen, maar zeker niet allesbepalend zijn. De belangrijkste drijfveer voor keuzes maken en knopen doorhakken moet zijn dat je iets leuk vindt om te doen, leuk vindt om je voor in te zetten en leuk vindt om je in te verdiepen. Maak er een sprookje van en dan wordt het vanzelf een stap in de richting van je *happy end!* ■

Bronnen:
<https://www.onderwijsinspectie.nl/onderwijssectoren/hoger-onderwijs/sectoren/sectorbeeld-techniek/indicatoren/uitval-studenten>

Je hoofd vol stickers

voor de wetenschap

Het CHDR (Centre for Human Drug Research) verricht sinds 1987 hoogwaardig geneesmiddelenonderzoek met nieuwe en bestaande geneesmiddelen bij patiënten en gezonde vrijwilligers.

Voor diverse geneesmiddelenonderzoeken zoeken wij:

GEZONDE VRIJWILLIGERS

- mannen en vrouwen
- 18-88 jaar
- gezond, geen medicatie
- zeer interessante vergoeding

Meer informatie?

Kijk op proefpersoon.nl
Email naar recruit@chdr.nl
Bel naar 071-5246467



Proefpersoon.nl is
onderdeel van CHDR

Proefpersoon.nl

LUMC weetjes

Het eerste Academische Ziekenhuis van Leiden (AZL) stond op de plek van het huidige museum Boerhaave. Na enkele verhuizingen werd voor het eerst een pand speciaal voor het Academisch Ziekenhuis gebouwd, aan de Steenstraat in Leiden. In het gebouw vindt momenteel het Museum voor Volkenkunde onderdak. In de jaren twintig begon de bouw van een nieuw Academisch Ziekenhuis op het ons welbekende LUMC-terrein, bestaande uit verschillende paviljoens die werden geopend in 1928 (hier te zien op de achtergrond). In de jaren tachtig startte de bouw van het ziekenhuis zoals we het nu kennen, dat toen vijf gebouwen omvatte. In 1998 werd het AZL omgedoopt tot het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC).

In de centrale hal

In 2016 krijgt de Homunculus Loxodontus van de kunstenares Margriet van Breevoort een plekje in het LUMC. Het beeld werd beroemd onder patiënten en ontaarde tot een regelrechte internethit in Rusland.

Hypermodern

In 2018 krijgt het LUMC een nieuw hypermodern gerobotiseerd laboratorium. Via een buizenstelsel in het plafond zoeven buisjes bloed vanaf de bloedafname hiernaartoe. Zowel veiliger als sneller!

De "Wallie"

Wist je dat de Walaeus bibliotheek in het LUMC is vernoemd naar de zeventiende-eeuwse medicus Jan de Wale? Hij studeerde Filosofie en Geneeskunde in Leiden, en wordt beschouwd als een van de grondleggers van de experimentele fysiologie.

Wit blokje

Wist je dat bovenop het LUMC een supersteriel laboratorium is gebouwd, dat eruitziet als een wit blokje? Hier worden de eilandjes van Langerhans geïsoleerd uit pancreassen voor transplantatie.

De allereerste

In 2015 wordt de eerste Nederlandse baby geboren na een terugplaatsing van eierstokweefsel. Deze transplantatie vindt plaats in het LUMC. Een vrouw die door kanker onvruchtbaar is geworden kan dankzij deze transplantatie toch zwanger worden en een gezond kindje krijgen.

Jonge opleiding

In 1989 kreeg de opleiding Biomedische Wetenschappen pas haar officiële naam. In september 1984 startte de opleiding in Leiden onder de naam gezondheidswetenschappen en was opgericht door het driemanschap bestaande uit Prof. Dr. Eric Noach, Prof. Dr. Philip H. Flip Quanjier en Drs. Frans A.J. Jansen. De eerste jaargang bestond uit 48 studenten.

Academisch Ziekenhuis, Leiden. Zijaanzicht van

Auteur:
Vera Broek
Lay-out:
Elise van Putten

Topprestaties

Patiënten waarderen hun bezoek aan de polikliniek of kliniek gemiddeld met een cijfer van 8,4.

Ja echt waar!

In 2008 is het Onderwijsgebouw – in de publieksverkiezing - verkozen tot mooiste nieuwbouw in de regio Leiden.

Oud lesmateriaal

Sinds 2007 bevindt zich in het Onderwijsgebouw een Anatomisch museum. Er staan ruim 800 anatomische preparaten en modellen tentoongesteld, die al vanaf de zeventiende eeuw werden gebruikt bij de scholing van aankomende artsen.

Ontdekplek

In 2006 wordt het Onderzoeksggebouw opgeleverd, bestaande uit negen verdiepingen. De onderste twee zijn bestemd voor praktijkruimtes voor medisch onderwijs, zes zijn gereserveerd voor medisch onderzoek en op de bovenste verdieping bevindt zich het proefdiercentrum. In het souterrain vind je de snijzalen.

In getallen

- Het LUMC heeft 882
- bedden en 20 operatie-
- kamers. In het gehele
- LUMC zijn ongeveer
- 7000 mensen werkzaam,
- waaronder 487 medisch
- specialisten en 70% van
- het personeel is vrouw.

Privileges met een luchtje

Begin zeventiende eeuw verleenden De Staten van Holland aan de Universiteit Leiden het privilege om de lichamen van veroordeelde misdadigers te vorderen. Het Theatrum Anatomicum, de anatomische schouwzaal, werd opgericht. Omdat de lichamen nog niet gepreserveerd konden worden, werden de lessen uitsluitend in de wintermaanden gegeven.

Vertraging

Rond 1900 begon de bouw van de ziekenhuispaviljoens, een constructie die onderlinge besmetting van patiënten moest voorkomen. Door de Eerste Wereldoorlog en financiële tekorten begon de daadwerkelijke bouw echter pas in de jaren '20. Tegen die tijd waren de paviljoens al verouderd. Van het complex is alleen nog het poortgebouw over. ■

vanuit Zuidelijke richting

Van je ouders moet je het hebben

Auteur:
Manon Boot
Lay-out:
Lucia Buijs

De impact van levensgebeurtenissen op je DNA

Nakomelingen van moeders die gedurende de hongerwinter van '44 - '45 zwanger waren, hebben een lager geboortegewicht en meer risico op het krijgen van hart- en vaatziekten en andere nadelige gezondheidseffecten op volwassen leeftijd. Waarom heeft de omgeving tijdens een klein gedeelte van het leven zoveel invloed op wie jij later wordt?

Van je ouders moet je hebben. Jij bent een willekeurige cocktail van maternale en paternale allelen. Een combinatie van genen en eigenschappen die je maken tot wie je bent. Daar verander je niks aan. Het is hoe het is. Toch? Niet helemaal. Er zijn allerlei mechanismen die ervoor zorgen dat diezelfde cocktail de ene keer toch anders smaakt dan de andere keer. Deze zogenoemde epigenetische veranderingen hebben invloed op de expressie van bepaalde genen, en kunnen leiden tot andere uiterlijke kenmerken. Een van deze epigenetische veranderingen is DNA methylering; de toevoeging van een methylgroep aan een cytosine die naast een guanine ligt (CpG-site), een proces dat het afschrijven van genen beïnvloedt. Dit is tijdens de embryonale ontwikkeling essentieel, daar het het aan- en uitzetten van bepaalde genen reguleert en zo de ontwikkeling van het embryo kan sturen. Zeker in de vroege ontwikkelingsfase, is het epigenoom van een foetus enorm vatbaar voor externe stimuli. Een van de belangrijkste externe factoren is de gezondheid van de moeder. Nakomelingen van moeders met over- of ondergewicht hebben andere methyleringspatronen en daarom later ook afwijkende vetlevels, wat ook invloed heeft op het gewicht van de nakomelingen.

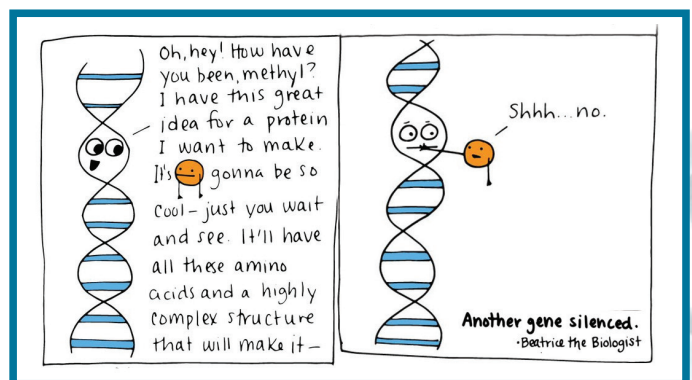
Gezondheid moeder = gezondheid kind

Roken tijdens de zwangerschap is geassocieerd met afwijkende methylering in meer dan 7000 genen in de foetus, die voor sommige genen wel meer dan 30 jaar kan blijven, terwijl dit proces van methylering normaliter voor veel genen snel ongedaan gemaakt wordt. Nicotine kan de placentabarrière passeren en daarmee veranderingen aanbrengen in de methylering tijdens foetale ontwikkeling. Dit kan onder andere leiden tot neurale aandoeningen die zichtbaar worden als het kind geboren is.

Een bekend gevolg van alcoholgebruik van de moeder tijdens de zwangerschap is FAS (fetal alcohol syndrome), een neurologische aandoening die leidt tot verschillende cognitieve problemen, zoals van het geheugen, motoriek en gehoor. De onderliggende mechanismen van het ontstaan van FAS zijn onduidelijk, maar recent onderzoek heeft uitgewezen dat alcoholgebruik van de moeder een ongebalanceerd epigenoom tot gevolg kan hebben. Een aantal genen die gehypermethyleerd zijn door het gebruik van alcohol, zijn geassocieerd met neurologische aandoeningen.

Ook obesitas van de moeder heeft gevolgen voor het kind. Door haar overgewicht wordt het kind al in utero blootgesteld aan grote hoeveelheden vetzuren, glucose en ontstekingsfactoren. Dit beïnvloedt de werking van de enzymen die een rol spelen bij het moduleren van het epigenoom van de foetus.

En de Hongerwinter van '44-'45 dan? Dat is nu wel makkelijk te verklaren. De gezondheid van de moeder was door de hongersnood verre van optimaal, en vrouwen die in die tijd zwanger waren, hebben hun ongezonde voedingspatroon als het ware 'overgedragen' op hun kroost. Dit omdat ondervoeding tijdens de zwangerschap kan leiden tot andere methyleringspatronen bij de nakomelingen, patronen geassocieerd met verhoogd cholesterol, BMI en meer kans op schizofrenie. Er zijn zelfs studies die suggereren dat sommige van deze gezondheidseffecten zelfs nog een generatie later zichtbaar zijn.



Vele voor de foetus externe factoren beïnvloeden de ontwikkeling van het embryo in utero, of zelfs op latere leeftijd. Maternale invloed zegt in zekere mate iets over de kans op hart- en vaatziekten, bepaalde neurologische aandoeningen, psychische stoornissen en andere gezondheidseffecten. Deze toevoegingen aan de cocktail die de genen van je ouders vormen, zorgen ervoor dat vrijwel dezelfde cocktail tweemaal anders kan smaken. Bepaalde kritieke periodes, zowel tijdens de embryonale ontwikkeling als later in het leven, zijn dus cruciaal voor een gezonde ontwikkeling van het kind. Juist dan hebben deze externe invloeden een enorme impact. Voor een aantal neurologische aandoeningen, die ontstaan door verstoorde epigenetische modulaties, is het omkeren van deze DNA methylering in de toekomst wellicht een therapeutische optie, die alsnog kan leiden tot een normale embryonale ontwikkeling. ■

Bronnen:

1. Geraghty A, Lindsay K, Alberdi G, McAuliffe F, Gibney E. Nutrition during Pregnancy Impacts Offspring's Epigenetic Status—Evidence from Human and Animal Studies. *Nutrition and Metabolic Insights*. 2015;8(1):NMI.S29527.
2. Banik A, Kandilya D, Ramya S, Stünkel W, Chong Y, Dheen S. Maternal Factors that Induce Epigenetic Changes Contribute to Neurological Disorders in Offspring. *Genes*. 2017;8(6):150.
3. Tobi E, Goeman J, Monajemi R, Gu H, Putter H, Zhang Y, Sliker R, Stok A, Thijssen P, Müller F, van Zwet E, Bock C, Meissner A, Lumeij L, Eline Slagboom, P. and Heijmans, B. (2014). DNA methylation signatures link prenatal famine exposure to growth and metabolism. *Nature Communications*, 5(1).

Auteur:
Daniëlle Koot
Lay-out:
Lucia Buijs

Honderd jaar slapen

In het bekende sprookje prikte Doornroosje zich aan een spinnenwiel, waarna een betovering in werking trad en ze in slaap viel voor wel honderd jaar. Vroeg jij je altijd al af hoe het toch kon dat Doornroosje wel honderd jaar sliep? Sliep Doornroosje wel echt, of verkeerde zij misschien in comateuze toestand?

Om te beginnen is Doornroosje natuurlijk niet voor niets een sprookje, en sprookjes bestaan niet. Maar 100 jaar slapen, of in coma liggen zonder bijvoorbeeld sondevoeding, infuus, beademing, hart- en temperatuurbewaking is erg onwaarschijnlijk. Hoewel een coma op verschillende manieren veroorzaakt kan worden, is een coma ten gevolge van het prikken aan een spinnenwiel natuurlijk ook niet erg aannemelijk. Vaak is hersenletsel, een zuurstoftekort in de hersenen, een stofwisselingsprobleem of een (hersen) ziekte de oorzaak. Bovendien kan een coma kunstmatig opgewekt worden, bijvoorbeeld om zwelling van de hersenen tegen te gaan.

Glasgow Coma Scale

Coma is een staat van diepe bewusteloosheid waarbij de patiënt niet reageert op zijn omgeving. De Glasgow Coma Scale kan gebruikt worden om het bewustzijnsniveau te testen, deze test bestaat uit drie onderdelen: het openen van de ogen (Eyes), de motorische respons (Motor) en verbale reactie (Verbal). Voor alle drie de onderdelen worden punten toegekend. Als de som hiervan lager is dan 8, is er sprake van een coma, wanneer het minimale aantal punten wordt behaald kan dit duiden op hersendood, de patiënt reageert dan op geen enkele manier op zijn omgeving.

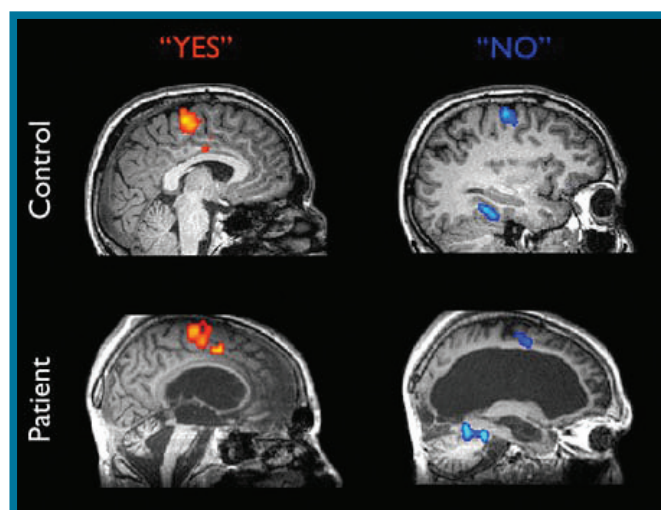
Verschillende toestanden van coma

De duur van een coma kan variëren van enkele uren tot jaren. Hoe korter een patiënt in coma heeft gelegen, hoe beter de vooruitzichten op volledig herstel zijn. De comateuze toestand gaat wanneer de patiënt al langere tijd in coma verkeert vaak over naar een vegetatieve toestand, ook wel niet-responsief waaksyndroom genoemd. De patiënt opent zijn ogen in een normaal dag-nachtritme, maar maakt geen oogcontact en is zich niet bewust van zichzelf en zijn omgeving. Deze toestand kan een overgang zijn naar verder herstel, maar sommige patiënten blijven jaren of zelfs voor altijd in deze toestand. In de minimale bewustzijnstoestand zijn de patiënten zich meer bewust van zichzelf en hun omgeving en reageren wel op simpele bevelen. Patiënten met het locked-in syndroom zijn zich volledig bewust van hun omgeving, ze kunnen dit echter niet duidelijk maken.

Communiceren met comateuze patiënten

In een in 2006 gepubliceerd onderzoek lukten het onderzoekers om - hoewel niet verbaal - te communiceren met comateuze patiënten in vegetatieve toestand. De patiënten waarbij dit lukte belandden allemaal in coma door

hersenletsel ten gevolge van een ongeval. De onderzoekers stelden vragen die te beantwoorden waren met 'ja' of 'nee' en maakten gebruik van fMRI en een soort codetaal. Wanneer het antwoord 'ja' was moest de comateuze patiënt zich inbeelden dat hij buiten aan het tennissen was (motorische activiteit) en bij 'nee' moest hij zich inbeelden dat hij door zijn huis heen wandelde (ruimtelijk inzicht). Beide antwoorden toonden



andere hersenactiviteit en een deel van de patiënten waarvan gedacht werd dat zij in vegetatieve staat verkeerden, bleek vragen als: "Heet uw vader Jan?" en "Heeft u twee broers?" toch goed te kunnen 'beantwoorden'. Deze techniek zou gebruikt kunnen worden om de levenskwaliteit van comateuze patiënten te verhogen. Bijvoorbeeld door vragen te stellen als: "heeft u pijn?". Het lijkt onderzoekers echter (nog) geen goed idee om de techniek te gebruiken om hen te laten beslissen over bijvoorbeeld euthanasie. Dit vooral omdat - hoewel de patiënten toch enige vorm van bewustzijn lijken te hebben - dit absoluut niet betekent dat zij ook een goed overwogen besluit kunnen nemen over leven of dood.

Wakker gekust?

Hoewel Doornroosje ontwaakt doordat de prins op het witte paard haar kust waarna zij opstaat, trouwt en vrolijk feest viert in het paleis, ziet het ontwaken van comateuze patiënten er een stuk minder rooskleurig uit. Het ontwaken gaat vaak heel langzaam, bovendien kunnen patiënten nog jaren na hun ontwaken klachten ondervinden en zullen de meeste patiënten nooit meer volledig herstellen. En of Doornroosje nog klachten had na het 100 jaar slapen? Geen idee, dat vertelt het sprookje niet. ■

Bronnen:

1. Siva N. Patient in a coma plays tennis. *Lancet Neurol.* 2006 Nov;5(11):906.
2. Oden E. Het brein in coma [Internet]. *Psychologiemagazine.nl.* 2012 [cited 7 July 2018]. Available from: <https://www.psychologiemagazine.nl/artikel/het-brein-in-coma/>.

Digitale trip

Drugs slikken? Niet meer nodig. De vieze smaak van een aspirine, die net niet soepel in één keer door je keel glijdt? Niet meer nodig. Muzikale beats zouden het antwoord moeten zijn.

Het is zaterdagavond. Met mijn ogen gesloten zit ik op de comfortabelste stoel die in mijn kamer staat. Vanavond neem ik een zogenaamde digitale dosis LSD. Ik luister een halfuur naar de pulsen die het effect van een drug moeten nabootsen en kom tot mijn conclusie. Ik had een LSD-trip toch wat anders voorgesteld. De beloofde hallucinaties en geestverruimende toestand blijven uit. Goed verhaal hoor, jongens.

De basis van deze digitale drugs zijn binaural beats. Door beide oren te stimuleren met tonen van verschillende frequenties hoort het brein een derde toon die eigenlijk niet bestaat. De nieuwe frequentie is het verschil tussen de twee eerste frequenties, vaak tussen de 1 en 20 Hz. Normaliter ligt dit buiten ons gehoorbereik. Binaural beats maken het toch mogelijk dit waar te nemen.

Geclaimd effect

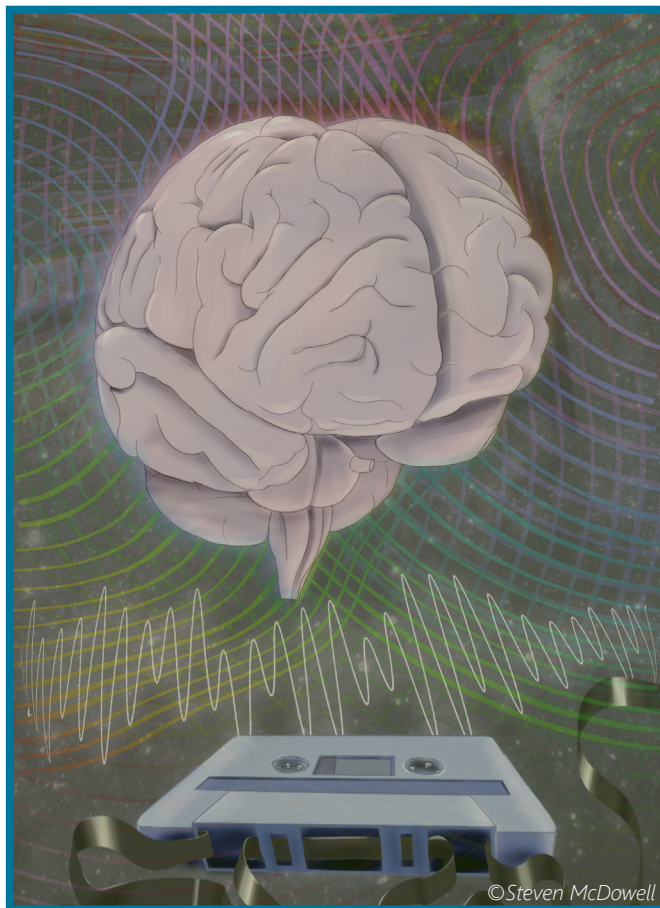
De lage derde toon die in onze hersenen ontstaat, is niet de enige lage frequentie die binnen onze schedel te vinden is. Onze hersenen produceren altijd golven met een relatief lage frequentie. Het geclaimde effect van mijn digitale trip zou tot stand komen door inferentie van de binaural beat met mijn eigen hersengolven. Niet zo'n gek idee: onze hersengolven bepalen namelijk onze staat van bewustzijn.

Grofweg zijn er vijf verschillende hersengolven in het menselijke brein te onderscheiden. Zij hebben allen hun eigen functie en kenmerken (zie ook het kader 'een zee aan hersengolven'). Zo produceren onze hersenen bèta-golven als we gefocust en op de buitenwereld gericht zijn. Daarentegen bepalen alfa-golven dat we in een ontspannen toestand zijn. Maar het verhaal stopt niet bij golven.

Powered by Aspirin

In onze hersenpan vinden ook tal van chemische processen plaats. Hormonen en neuropeptiden zetten tal van reacties in gang en bepalen hoe we ons voelen en hoe onze belevingswereld is. Ja, drugs hebben effecten op onze hersengolfactiviteit. Maar bovenal grijpen ze aan op de werking van neuropeptiden en receptoren, door ze te imiteren of juist te remmen.

Het volle effect van een goede LSD-trip zal een binaural beat dus niet opleveren. Toch zijn er zelfs farmaceutische bedrijven die dergelijke claims durven te maken: "Good vibes for your brain – powered by Aspirin". Het slikken van pillen is niet langer meer nodig. Luisteren naar de juiste pulse blijkt genoeg te zijn om hoofdpijn te verlichten. Doet het dan toch iets?



Tikkend geluid

Het idee van golfinferentie is geen klinkklare onzin. Het ontspannendste muzieknummer dat bestaat, speelt in op dit principe. Weightless van Marconi Union begint met een ritme van 60 bpm, de hartslagfrequentie van een gemiddeld gezond persoon. In 8 minuten daalt het ritme naar 50 bpm en de kans is groot dat jouw hartslagfrequentie ook daalt. Dit resulteert in optimale ontspanning.

Ook onze hersengolven kunnen zich aanpassen aan externe stimuli. Wanneer er in je omgeving een constant tikkend geluid te horen is, dan is de kans groot dat je hersengolven op dezelfde frequentie zal produceren. De effecten van externe stimuli op ons lichaam bestaan dus degelijk. Het is dan ook niet verrassend dat er wetenschappelijk onderzoek gedaan wordt naar de effecten van binaural beats op onze grijze massa.

Nerveus

Nog minder verrassend is het feit dat deze studies tegenstrijdige resultaten laten zien. Een deel van de studies kan geen effecten aantonen van binaural beats op hersenactiviteit. Andere studies beweren juist dat de connectiviteit van onze hersenen verhoogd wordt. Dat wil zeggen dat hersengebieden beter met elkaar gaan communiceren tijdens het horen van een binaural beat.

Een derde groep studies bevestigt dit inderdaad: het horen van een binaural beat met een bèta-frequentie verbetert het langetermijngeheugen. Aan de andere kant verslechteren beats met een thèta-frequentie je prestaties tijdens een geheugentaak. Deze beats op thèta-golffrequentie kunnen je dan wel weer helpen om te ontspannen. Ze maken je minder nerveus en zouden kunnen helpen bij het inslapen.

Als binaural beats al effect hebben, dan zijn ze positief. Proberen kan geen kwaad (alhoewel de Predoctorcommissie geen verantwoordelijkheid neemt voor een bad trip). Of binaural beats je ook echt creatiever maken? De wetenschap is er nog niet over uit. Of ik beter ben gaan schrijven door mijn digitale dosis LSD? Daar mag jij over oordelen. ■

Een zee aan hersengolven

Bèta-golven (12 – 38 Hz) zijn aanwezig wanneer we onze dagelijkse bezigheden uitvoeren, en vooral op de buitenwereld gekeerd zijn. Onze hersenen produceren gamma-golven (38 – 80 Hz) wanneer we ons enorm moeten focussen omdat we een probleem op moeten lossen. Of wanneer we juist gespannen of angstig zijn.

Aan de andere kant zijn er ook de alfa-golven (8 – 12 Hz), die een ontspannen toestand reflecteren. De iets lagere thèta-golven (4 – 8 Hz) noemen we ook wel de creatieve golven, waar ons onderbewuste de overhand heeft. De golven zijn vooral aanwezig vlak voor en na een toestand van slaap. Wanneer we in een diepe slaap zijn, dan zijn er delta-golven (0.5 – 4 Hz) aanwezig. De activiteit van onze hersenen is dan het laagst.

Commissie vacatures

[WORD ACTIEF LID BIJ DE M.F.L.S.!]

Almanak

MAAK HET JAARBOEK VAN DE M.F.L.S.!

- # Vormgeving/Redactie
- # Verdiep in de geschiedenis van de M.F.L.S.
- # Leg de mooiste momenten vast van 2018!
- # Info? Mail lidextern@mfls.nl

Paparazzi

LEG DE MOMENTEN VAN DE M.F.L.S. VAST OP CAMERA!

- # Op jacht met de M.F.L.S.-camera tijdens activiteiten
- # Spannendste kiekjes op de gevoelige plaat.
- # Zelf foto's bewerken
- # Info? Mail lidextern@mfls.nl

Studereis

VERZORG EEN 10-DAAGSE REIS NAAR HET BUITENLAND!

- # Op stap met ± 30 M.F.L.S.'ers
- # Zowel recreatief als studiericht
- # Marokko, New York, Israël en Rusland gingen je voor!
- # Info? Mail voorzitter@mfls.nl

Maatschappij & Cultuur
BRENG EXTRA DIMENSIE IN DE GEZONDHEIDSZORG!

- # Activiteiten organiseren
- # Zowel politiek, kunst, toneel, cultuur of comedy
- # Jaarlijks zorgdebat
- # Info? Mail lidintern@mfls.nl

Ouderdag (excl. 1^e jaars!)
LAAT JE OUDERS WEER EEN DAG STUDENT ZIJN!

- # Juni 2019
- # Rondleiding door het LUMC, museum of juist snijzaal
- # Colleges, werkgroepen en bijpassende borrel!
- # Info? Mail lidintern@mfls.nl

Carrière

SLA EEN BRUG TUSSEN STUDENT EN HUN TOEKOMSTIGE CARRIÈRE!

- # Oriëntatie op toekomstmogelijkheden
- # Contact leggen met (medische) bedrijven
- # Workshops en lezingen
- # Info? Mail lidintern@mfls.nl

Predoctor

ONTWERP EN SCHRIJF VOOR HET TIJDSCHRIFT VAN DE M.F.L.S.!

- # Vormgeving vaardigheden
- # Artikelen schrijven, zowel wetenschappelijk als columns
- # Contact leggen met mensen van hogerop
- # Info? Mail lidintern@mfls.nl

Activiteiten

VERBIND DE M.F.L.S.'ERS MET UITDAGENDE ACTIVITEITEN!

- # Activiteiten organiseren
- # Bijv. Rollerskaten, skiën, kroegentocht, dagje weg
- # Jaarlijks M.F.L.S.-sportdag incl. M.F.L.S.-BBQ!
- # Info? Mail lidintern@mfls.nl

Bar

RUN SOCIËTEIT HEPATHO EN TAP JE EIGEN BIERTJES!

- # Grootste doorlopende commissie van de M.F.L.S.
- # HePatho draaiend houden
- # Legendarische M.F.L.S.-feesten organiseren
- # Info? Mail lidintern@mfls.nl

Er was eens een tip

Hoe overleef je je collegejaar?

Auteur:
Predoctorcommissie
Lay-out:
Wingchi Cheng

1 Ga altijd naar colleges en werkgroepen. Ze worden niet voor niets gegeven!

2 Spreek uit wanneer je studie, commissie of vereniging té veel van je vraagt. Geef je grenzen aan.

3 (BW special) Koop van die handige gekleurde stickertjes voor openboektentamens! En kijk wat voor jou werkt: meteen stickeren, of aan het eind (als je weet wat echt belangrijk is)

4 Onderschat het ouderlijk huis als plek om bij te slapen en eten nooit.

5 HePatho is de goedkoopste plek om koffie en thee te kopen. En tosti's. Overigens ook een heel goede plek om een biertje (of twee) te drinken.

6 Vergeet niet om je op tijd in te schrijven voor de tentamens en check altijd de voorlopige kandidatenlijst. Of nog beter: schrijf je aan het begin van het jaar meteen in voor alle tentamens.

7 Zorg ervoor dat je goed uitgerust bent als je een snijzaalpracticum hebt. En haal het vooral niet in je hoofd om er brak heen te gaan. Dat gaat je lichaam niet leuk vinden.

8 Met mooi weer "studeren" in het Van der Werfspark? Onhandig, zonder WC. Maar een plaspauze kan je altijd houden in het KOG. Zie je ook waar al die rechtenstudenten de hele dag rondhangen.

9 Het LUMC-restaurant verkoopt goedkope (warme) maaltijden. Ideaal wanneer je tot laat college hebt of geen tijd hebt om te koken. Daarnaast staat het driewekelijkse wisselmenu ook op papier!

10 Ook tijdens de Master Farmacie of V&A kan je betrokken zijn bij de M.F.L.S.!

11 Het klinkt heel suf, maar houd je leerstof goed bij. Dat scheelt vlak voor het tentamen zeeën van tijd én stress.

12 Eten maken voor een groep mensen is goedkoper dan voor één persoon te koken. En bovenal is gezamenlijk eten ook nog eens veel gezelliger.

13 Ga bij die ene leuke commissie, ook als je denkt dat het misschien te moeilijk voor je is. Talenten moet je ontwikkelen en veel dingen kan je leren.

14 Het is oké om naar dat leuke feestje te gaan, ook als je de volgende ochtend college hebt.

15 Vergeet niet dat studeren – en vooral je studententijd heel erg leuk is!

16 (BW special!) Bereid je practica goed voor. Pipetteren gaat een stuk sneller als je weet wat je nu eigenlijk bij elkaar moet pipetteren!

17 Blijf jezelf uitdagen en doelen te stellen. Je studietijd is perfect om alles te proberen en jezelf te vinden.

Auteur:
Predoctorcommissie
Lay-out:
Anneloes Overmars

Vermaakpagina

What to watch and read?

The Voices (Film, 2014)

Niets is wat het lijkt in *The Voices*. In ieder geval niet voor Jerry, het personage gespeeld door Ryan Reynolds. Iedereen mag Jerry wel, vooral zijn sinistere hond (Bosco) en kat (Mr. Whiskers). Ze mogen dan wel praten, maar liever worden ze er niet op. Honden en katten zijn niet de enige 'dingen' in Jerry's leven die praten. Jerry neemt zijn medicatie niet wat hem tot vreselijke daden aanzet. Door deze vreselijke daden komen er opeens wel erg rare geluiden uit de koelkast. Leeft Jerry in een sprookjeswereld of is er gewoon iets goeds mis met hem? Kijk *The Voices* en ervaar hoe het is om of in een sprookjeswereld te leven of simpelweg schizofreen te zijn.



Esio trot (film, 2015)

Vertel jij na het weekend ook graag wat voor spannende dingen er zijn gebeurd in jouw (studenten)flat? Dan ben je niet de enige. De naamloze verteller in de film *Esio trot* vertelt de kijker – jou dus – over het bijzondere verhaal van zijn flatgenoot. Mr. Hoppy is smoorverliefd op zijn onderbuurvrouw Mrs. Silver. Punt is, zij heeft alleen maar oog voor Alfie, haar schildpad die niet wil groeien. Daarom bedenkt Mr. Hoppy een groeispreuk, die Mrs. Silver elke dag aan Alfie voor moet lezen. Dan zal het kleine dier vanzelf groeien. Gevolg is wel dat Mr. Hoppy honderd schildpadden van verschillende grootte in zijn appartement heeft wonen, welke hij elke dag één voor één op het balkon van Mrs. Silver moet zien te krijgen. Dit verfilmde kinderboek van groot verhaalverteller Roald Dahl is zeker niet alleen vermakelijk voor kinderen.

Alice in Tumblr-land - Tim Manley (boek, 2013)



Sleeping Beauty did a WebMD search,
and yep, it looked like she should be
diagnosed with depression.
And syphilis? And a stroke!?

176



Zoo – James Patterson (boek, 2012)

Wat als alle dieren op aarde zich ineens tegen hun gezamenlijk vijand keren? Zijn wij mensen daar tegen bestand? Dat is het idee achter het boek *Zoo* van James Patterson. Jackson Oz, hoofdpersoon in het verhaal, doet al jaren onderzoek naar het fenomeen, maar wordt door niemand serieus genomen. Want het gaat toch goed? Max en Kitty gedragen zich toch prima? Tot het te laat is en het hele dierenrijk mensen aan gaat vallen... Dit boek heeft ondanks een jolige hoofdpersoon en wat ongeloofwaardigheden een serieuze ondertoon die stof tot nadenken geeft.

Netflix-tip! De eerste twee seizoenen van de televisieserie, die losjes op het boek van Patterson is gebaseerd, staan op Netflix. ■

Leids Medisch Dispuut Forestus

Waarde M.F.L.S.-leden,

Het nieuwe collegejaar staat weer voor de deur, met nieuwe kansen en leuke belevenissen. Hopelijk hebben jullie allen kunnen genieten van een welverdiende zomervakantie. Gelukkig is het nog niet gedaan met de pret, want komende tijd staan nog veel leuke dingen op de planning!

Het begin van het nieuwe collegejaar betekent natuurlijk ook het begin van weer een geweldige F.I.Cie-periode. We zijn erg benieuwd naar alle nieuwe eerstejaars en natuurlijk ook naar het verloop van alle F.I.Cie-activiteiten. De F.I.Cie heeft deze zomer erg hard gewerkt om een geweldige periode in elkaar te zetten. Het Schuimfeest en het Zwembadfeest staan in ieder geval zoals altijd weer op de planning, maar daarnaast zullen we verrast worden door vele andere leuke activiteiten.

Dit jaar is tijdens de F.I.Cie-periode, naast de gebruikelijke Geneeskunde Bijlessen, ook een Bijles voor de BW'ers georganiseerd, namelijk voor het vak Humane Biologie. Kom dus zeker langs!

Afgelopen zomer hebben wij als nieuw bestuur ook zeker niet stil gezeten. We hebben veel voorbereidingen getroffen voor het komende jaar, zodat dit zo goed mogelijk zal verlopen. Wij kijken nu al uit naar alle activiteiten en zijn zeer benieuwd hoe het nieuwe jaar gaat verlopen. Wij hopen jullie natuurlijk allemaal tegen te komen op de komende activiteiten. Wij hebben er zin in! ■

Met een fier Welterusten,
Namens het 38^e Bestuur des L.M.D. Forestus,

Jessica Greijmans,
f.t. assessor externus



Forestusagenda

3 september
F.I.Cie-activiteit

3 september
Terugkomborrel

5 september
Wissel-D.L.V.

10 september
F.I.Cie-activiteit

18 september
Schuimfeest

24 september
Beleids-D.L.V.

25 september
Constitutieborrel

4 oktober
F.I.Cie-activiteit

8 oktober
F.I.Cie-activiteit

10 oktober
Bijles Biomedische
Wetenschappen jaar 1

17 oktober
Bijles Geneeskunde jaar 1

19 oktober
Zwembadfeest

26-28 oktober
A.B.C.-weekend

forestusbestuur@mfls.nl | www.forestus.nl | 071-526 45 27 | Bestuurskamer is geopend op werkdagen van 12:30 - 15:30



IFMSA-LEIDEN

International Federation of Medical Students' Associations - Leiden

IFMSA- Leiden staat niet stil en is nog altijd druk bezig met het organiseren van activiteiten. Interessante onderwerpen zijn voorbij gekomen om mensen bewust te maken van bepaalde zaken. Zowel nationaal als internationaal heeft IFMSA projecten lopen. Ook jij kan hierbij een bijdrage leveren! Een kleine sneakpeak van wat IFMSA jou kan bieden. Geïnteresseerd? Kijk op www.ifmsa.nl/leiden voor meer informatie of mail naar leiden@ifmsa.nl!

Het Teddy Bear Hospital

Ook dit jaar openen de deuren van het Teddy Bear Hospital van IFMSA-Leiden zich weer. Met behulp van het LUMC en de vele Berenspecialisten heeft het Teddy Bear Hospital dit jaar meer dan 1.200 kleuters en knuffels mogen verwelkomen. Zoals ieder jaar staat het Teddy Bear Hospital in het teken van het verminderen van de angst voor het ziekenhuis, ziekte en 'witte jassen'. Traditiegetrouw doorlopen de kleuters samen met hun zieke knuffel een uitgebreid traject in het Teddy Bear Hospital. Zo bezoeken ze o.a. de huisarts, de chirurg en de apotheek. De kleuters spelen zelf de rol van arts en worden hierin bijgestaan door een bijzonder sterk team van berenspecialisten. Dit team is multidisciplinair en bestaat uit studenten van verschillende studies. Dankzij het enthousiasme en harde werk van alle deelnemers is het Teddy Bear Hospital dit jaar wederom een enorm succes geweest. Wij willen nogmaals alle vrijwilligers erg bedanken voor hun inzet, tijd en enthousiasme tijdens deze fantastische week!

Bakesale: Nacht van de Vluchteling



Circa 65,3 miljoen mensen wereldwijd zijn gedwongen op de vlucht. Om aandacht te geven aan dit feit en om geld in te zamelen voor deze vluchtelingen, zal dit jaar de vierde editie van de Nacht van de Vluchteling plaatsvinden. Meer dan 1.000 vrijwilligers zullen in de nacht van 16 op 17 juni op diverse locaties in Nederland, een route van 40 kilometer lopen om geld op te halen voor Stichting Vluchteling. Na het succes van vorig jaar, zetten de vrijwilligers van IFMSA-Leiden zich in 2018 weer hard in voor dit goede doel. Dit doen ze door ook dit jaar mee te lopen, sponsoring op te

halen en/of de lopers te sponsoren. Een van de manieren om sponsoring op te halen was door op 19, 20 en 21 maart een bakesale te houden in HePatho. Bedankt voor jullie bijdrage en hopelijk hebben jullie kunnen genieten van de koekjes, cakejes en chocola!

Medisch Spaans

Spaans is voor ruim 400 miljoen mensen de moedertaal en voor nog eens 180 miljoen mensen de tweede taal. Een groot deel hiervan heeft vrijwel geen kennis van de Nederlandse of Engelse taal. Er is dan ook een reële kans dat een Nederlandse arts in aanraking komt met een Spaanstalige patiënt en deze kans zal in de toekomst alleen maar groter worden in de toekomst door de toenemende globalisering. Daarnaast hebben de meeste Spaans-sprekenden een andere cultuur en andere gebruiken dan Nederlanders, wat de communicatie nog moeilijker maakt. De cursus Medisch Spaans is van start gegaan op 4 april en focust zich met name op de medische woorden in de Spaanse taal en cultuur. Daarbij moet je vooral denken aan consultvoering, maar natuurlijk ook basisvaardigheden als spelling en grammatica. Deze cursus is ideaal voor iedereen die voor een minor, stage, co-schap of ander geneeskunde gerelateerde gelegenheid een reis maakt naar een Spaanstalig land!

Breaking the Silence!

Naast de Spaanse taal cursus organiseert IFMSA-Leiden ook een cursus medische gebarentaal. In 2015 waren er bijna 625.000 mensen met de diagnose slechthorendheid bekend bij de huisarts. De kans dat je als dokter te maken krijgt met een dove/slechthorende is dus zeker aanwezig. Hoe ga je daar dan mee om en hoe kan je het beste met deze patiënten communiceren? Dat zijn vragen waar je door middel van de cursus gebarentaal 'Breaking the Silence' antwoord op krijgt. Vanaf 19 februari konden studenten 8 weken lang elke maandag of woensdag hun kennis over de dovencultuur vergroten en basis gebarentaal leren. Dus net als de cursus Medisch Spaans is ook Breaking the Silence een mooie aanvulling onder het kopje 'talen' op je CV! ■



Think Globally, Act Locally

Vrijdagmiddag

Column door Student-Assessor Dagmar Brouwer

Auteur:
Dagmar Brouwer
Lay-out:
Wingchi Cheng

'Student-Assessor' zie je vaak voorbij komen, maar de specifieke taak ervan is vaak onbekend. Anne Leerling heeft afscheid van ons genomen en heeft het stokje op 1 september overgedragen aan Dagmar Brouwer als Student-Assessor LUMC. Naast het adviseren van de decaan en samenwerken met het M.F.L.S.-bestuur, is een van haar taken om jullie meer inzicht te geven over het Student-Assessorschap in deze column. Vragen over het onderwijs? Loop bij haar langs voor kopje koffie en antwoorden!

Vrijdagmiddag, 16:22: ik voel dat de trein begint te rijden en verheug me op een weekendje in mijn ouderlijk huis. De spoorweg over bij Lammerschans, de overstap op Alphen a/d Rijn en vervolgens de weilanden in; iedere paar weken weer exact dezelfde route. Terwijl de trein de weilanden doorkruist, valt het mij op hoe de trein de autootjes naast mij langzaam inhaalt. Stap voor stap; weer een autootje verder. Precies 29 minuten later stap ik de trein weer uit: bestemming bereikt.

Stap voor stap verder en je bestemming bereiken; een mooie vertaalslag van mijn afgelopen jaar en wellicht van de meeste jaren van ons als student. Om de drie weken een tentamen maken om vervolgens haast ongemerkt weer bij het volgende jaar aan te komen. Het behalen van je diploma lijkt op deze manier bijna vanzelfsprekend en zonder er echt bij stil te hebben gestaan, zit je certificaat in je zak.

Met (hopelijk) nog maar één tentamen komt dit besef ook bij mij naar boven: het zit er bijna op. Ik kijk onwijs uit naar het jaar dat nog zal komen, maar kijk tegelijkertijd terug op een bijzonder en leerzaam jaar. Want alhoewel het zo vanzelfsprekend lijkt om iedere dag het LUMC in te lopen om weer wat nieuws te leren, besef ik aan het eind van het jaar opeens wat ik allemaal mee heb mogen maken. Ik studeer in een ziekenhuis waar dagelijks duizenden patiënten

binnenlopen en ben verbonden aan de oudste universiteit van Nederland. Daarnaast hebben zich talloze andere mogelijkheden voorgedaan om mij nog verder te kunnen ontwikkelen. Commissies, onderzoeken, stages en dagen meelopen; het is allemaal mogelijk geweest in het afgelopen jaar. Hoe gaaf is dat?

Nu ik komend jaar Student-Assessor zal zijn denk ik na over een aantal speerpunten die ik wil bereiken. Binnen mijn functie, maar ook daarbuiten. Wat wil ik komend jaar nu écht bereikt hebben? Wat heb ik wellicht in mijn afgelopen jaar gemist? Voor mij zal komend jaar een totaal ander jaar worden dan de jaren hiervoor of die nog zullen komen, maar wat wil jij in jouw jaar terug zien komen? Wat wil jij komend jaar ervaren? Wordt het een reis naar Zuid-Amerika of roei jij de Head of the River op de Theems? Volg jij het Honours programma of kies jij voor het actieve verenigingsleven?

Zondagavond, 19:37: ik voel dat de trein begint te rijden en kijk terug op een fijn weekend in mijn ouderlijk huis. Ik zie hoe de trein stap voor stap de andere auto's inhaalt en ben benieuwd welke auto's er nog zullen komen. En jij? ■



Komend jaar mag ik de Student-Assessor 2018-2019 zijn. Een functie waarin ik mij een jaar lang volledig op het onderwijs mag storten. Tegelijkertijd is het een functie waarover ik veel vragen krijg: want wat doet de Student-Assessor nu eigenlijk in dat kantoor bij CZ1?

Er zijn verscheidene plekken waar de functie Student-Assessor beschreven is. Zinnen als "De Student-Assessor is de adviseur van de Decaan op het gebied van onderwijs- en studentzaken" en "Als Student-Assessor ben je samen met de Leden Onderwijs van het M.F.L.S.-bestuur de spil van de studenteninspraak" komen regelmatig terug. Prachtige zinnen, maar hoe ziet dit er nu in de praktijk uit?

Komend jaar laat ik jullie weten hoe ik deze twee zinnen in ga vullen. Ik zal jullie meenemen in het leven als Student-Assessor en houd jullie op de hoogte van belangrijke, ludieke en bijzondere momenten. Lezen jullie mee?



Auteur:
Alexander Hamming
Lay-out:
Nienke Wit

Activiteiten en agenda

Op deze pagina vind je een overzicht van een aantal activiteiten bij de studievereniging M.F.L.S. van de afgelopen maanden. Wij houden ons uiteraard met onderwijs bezig maar daarnaast organiseren wij vele leuke activiteiten om het studentenleven van onze studenten mee te verrijken. Hieronder vind je een overzicht van deze activiteiten.

Zaterdag 2 juni: Ouderdag

Na negen maanden keihard studeren konden de eerstejaars eindelijk aan hun ouders laten zien waar ze nou eigenlijk mee bezig zijn hier in Leiden! Op deze mooie dag organiseerde de Ouderdagcommissie van dit jaar allerlei leuke lezingen, workshops en een afsluitende borrel voor alle (bio) medische eerstejaars en hun ouders.



Zondag 3 juni: Bekendmaking 106° M.F.L.S.-kandidaatsbestuur

Na een lange sollicitatieperiode werden de kandidaten voor het 106° M.F.L.S.-bestuur bekendgemaakt op deze heuglijke zondag.

Dinsdag 5 juni: Onderwijsprijzen

Op deze dinsdag van het jaar was het weer tijd voor de Onderwijsprijzen! Er werd weer groot uitgedapt en onder het genot van heerlijke hapjes en drankjes werden de verschillende onderwijsprijzen uitgereikt. HePatho stond stampvol met blije docenten en gelukkige studenten.



Donderdag 7 juni: LUMC Zomerfeest

Het grote Zomerfeest was weer geslaagd. Meer dan 4000 medewerkers en studenten genoten deze donderdag van een feestelijke avond vol muziek, lekker eten en drankjes. Door het oh zo mooie weer was er een hele fijne zomerse sfeer.

Donderdag 14 juni: Instemmings-A.L.V.

Op deze Algemene Leden Vergadering werd het 106° Kandidaatsbestuur voor het komende jaar gepresenteerd aan de Leden. Na een duidelijk verhaal met uitgebreide argumentatie werden de kandidaten ingestemd als 106° f.t.-Bestuur van de M.F.L.S. Vanaf heden zullen zij door het 105° h.t.-Bestuur worden opgeleid om volgend jaar er een prachtig jaar van te maken!

Vrijdag 15 juni: Surfen met de ActCie

Op deze heerlijke zomerdag reisden de Activiteitencommissie en de Leden naar het strand van Katwijk. Daar probeerden zij de machtige golven te trotseren op een surfplank. Sommigen gingen dat beter af dan anderen. Ondanks dit feit was dit een ongelofelijk leuke stranddag, met daaropvolgend een etentje in het pannenkoekenhuis!

Donderdag 21 juni: M.F.L.S.-feest: Midsummer Madness

Het laatste M.F.L.S.-feest was aangebroken. Om de natuur en al haar glorie te eren werd de zonnewende gevierd met heel veel bier, overheerlijke cocktails en desperados! Het Bestuur en de Barcommissie stond er zoals altijd weer voor een goede afloop en waarborging van de sfeer. Hier was echter weinig moeite voor nodig, wat een feest was het weer!



Maandag 25 juni: M.F.L.S.-sportdag & BBQ

Dit jaar organiseerde de ActCie een spetterende Watersportdag! Hier konden de M.F.L.S.-leden met hun teams bij verschillende waterspellen

het tegen elkaar opnemen. Het barstte los op het USC in de middag met een buikschuifbaan, slippery tampon hockey en bumpervoetbal. Het winnende team van dit jaar: de Barcommissie! Na de prijsuitreiking en de 'taart to the face' bij de voorzitter van het BarManagement, kon er genoten worden van lekkere barbecue-hapjes, verzorgd door het Bestuur en haar f.t.-Bestuur.



Vrijdag 6 juli Op=Op Borrel

Op deze vrijdag was er weer een VriMiBo. Echter was dit niet zomaar een VriMiBo, dit was de Op=Op Vrimibo. Dit betekent natuurlijk dat alles op moest. Eén ding is zeker: deze borrel was een klapper! ■

Agenda

MA 3 SEPT Gehele dag LUMC
Start IC-dagen 2018 "ImpaCt"

MA 3 SEPT n.t.b. HePatho
Commissie interesse festival

DI 4 SEPT 22:00-4:00 HePatho
IC-feest "Big Bang"

DO 6 SEPT 20:00 HePatho
Wissel-A.L.V.

28-30 SEPT Geheime locatie
IC eerstejaars weekend

25-28 OKT Berlijn
M.F.L.S.-trip

Zie www.mfls.nl voor een uitgebreidere agenda!



*Antwoord op
je financiële
vragen*

*tijdens én na
je studie.*

Maak kennis met de adviseurs van de Medicidesk

Als student Geneeskunde of Biomedische wetenschappen werk je hard om patiënten beter te kunnen maken. Maar hoe staat het met jouw eigen financiële gezondheid? De adviseurs van onze Medicidesk geven antwoord op jouw financiële vragen.

rabobank.nl/leidenkatwijk

Een aandeel in elkaar



Rabobank