

CEES-REIN VAN DEN HOOGENBAND: 'TOPSPORTERS DRAGEN OOGKLEPPEN, DAAR MOET JE TEGEN KUNNEN'



Dr. Cees-Rein van den Hoogenband (67) werd in 2011 chef-arts van de olympische ploeg. Daarvoor was hij, behalve chirurg in het St. Anna Ziekenhuis te Eindhoven, 25 jaar clubarts van PSV. De Olympische Spelen in Rio zijn net achter de rug, maar Van den Hoogenband rust nog niet op zijn lauweren. Integendeel.



Cees-Rein van den Hoogenband straalt jongensachtige vrolijkheid en enthousiasme uit. Twinkeling in de ogen, een constante glimlach op het gezicht. Een makkelijke prater voor wie deuren opengaan. Iemand met een groot netwerk en een berg ervaring in de sportgeneeskunde. Zie hier de ingrediënten die leidden tot zijn aanstelling tot chef-arts van de olympische ploeg. Hij gaat nog door tot en met de winterspelen, daarna geeft hij het stokje over. We spreken hem in 'zijn' sportmedisch centrum TopSupport te Eindhoven.

TopSupport is het medisch sportgezondheidscentrum van het St. Anna Ziekenhuis Eindhoven. Je kunt er terecht voor (sport)medische adviezen, onderzoeken en inspanningstests, fysiotherapie, bewegingsprogramma's op maat en personal training. TopSupport bedient alle niveaus, van recreatief tot topsport. Kijk op www.topsupport-anna.nl/home.html.

Je bent net terug uit Rio de Janeiro waar Nederland negentien medailles ophaalde. Hoe kijk je daarop terug?

'Tevreden! Hoewel een aantal vedetten, zoals Ranomi, Henk en Epke, gefaald hebben, zijn er ook weer nieuwe helden opgestaan. Denk aan Elis Ligtlee en Anna van der Breggen bij het wielrennen, Sanne Wevers bij het turnen, en Sharon van Rouwendaal en Ferry Weertman bij het langeafstand-zwemmen. En leuk dat we bij de teamsporten weer helemaal meededen, zoals bij het handbal en volleybal. Die teams deden het fantastisch! Frisse, leuke ploegen met meiden die iets te melden hebben. We mogen echt niet ontevreden zijn, als klein landje, met een elfde plaats op de medaillelijst. En twee gouden plakken meer dan in Londen.'

Val je nu, zo net na de Olympische Spelen, in een gat?

'Het is wel even afkicken. Maar eenmaal weer op Nederlandse bodem was ik wel opgelucht: pff, goed afgelopen! Toen ik terugkwam, was het hier heerlijk weer. Ik heb een klein zwembadje bij mijn huis – ik noem het *de Costa del Eindhovenseweg* – en daar heb ik me een paar dagen heerlijk ontspant. Na een maand van scherp zijn en niets aan het toeval overlaten, was ik daar wel aan toe. Maar inmiddels ben ik alweer volop bezig, hoor.'

Hoe gaat dat met zo'n medische staf?

'In 2011 stelde NOC*NSF me aan als chef-arts van het Olympisch Medisch Team. Opdracht was een topsportgeneeskundig klimaat te scheppen, waarbinnen Nederlandse topatleten op wereldniveau – in Nederland zo'n achthonderd – toegang hebben tot hoogwaardige, drempelloze medische zorg. Daarvoor hebben we Centra voor Topsport en Onderwijs (CTO's) opgezet: hier in Eindhoven, in Papendal, Amsterdam en Heerenveen. Ik heb daar medische staven tegenaan gezet en we zijn een masterclass begonnen om jonge topsportartsen op te leiden – nu 28 man. Dat beleid heeft gewerkt. In Londen 2012 moesten we nog flink zoeken naar medische begeleiders, nu kon ik uit mijn masterclass mensen rekruteren die hoogwaardige topsportmedische zorg kunnen verlenen en in het voortraject al intensief met die atleten en ploegen hebben opgetrokken. Zo stelde ik relatief makkelijk een ploeg van twaalf dokters en twintig fysiotherapeuten samen, grotendeels de 'oogst' van ons werk van de afgelopen vijf jaar. Met die ploeg konden we in het voortraject ook al veel doen. Omdat we naar Brazilië gingen, was infectiepreventie een zeer belangrijk item. Je hebt te maken met een smerig land, slechte drinkwaterkwaliteit, het zikavirus, allerlei besmettelijke ziekten. We hebben in intensieve samenwerking een infectieprotocol en beleid opgezet en uitgeprobeerd op WK's en EK's. Het heeft gewerkt, ik ben er trots op dat we geen noemenswaardige infecties hebben gehad in de drie weken dat we daar waren.'

Dat is inderdaad een klein wonder, zeker als de verhalen over smerige appartementen met haperend of niet werkend sanitair kloppen...

'Het was een drama! Op het oog zag het er aardig uit. Maar eenmaal daar schrokken we ons kapot. Het was niet af, overal

was het een puinhoop. Toiletten waren niet meer dan een gat in de vloer, elektrische draden bungelden los aan het plafond, muren waren niet afgeschilderd... En het was ongelooflijk smerig! We hebben als team de handen uit de mouwen gestoken. Jochem Schellens, de baas van Papendal, heeft snel allerlei mensen gerekruteerd: loodgieters, elektriciens, schoonmaakploegen. We zijn als bezetenen aan de slag gegaan. Toen de eerste sporters arriveerden, hadden we het gebouw goeddeels op orde. Tijdens de spelen moesten we nog regelmatig dingen repareren of ontstoppen, maar het lukte. Dat was wel een kick, want bijvoorbeeld de Australiërs hebben hun hele ploeg weggehaald uit het olympisch dorp en in een hotel ondergebracht. Haha, die kregen later het verwijt dat ze niet net als wij de handen uit de mouwen hadden gestoken.'

Je bent trots...

'Inderdaad, de hele ploeg heeft het ontzettend goed gedaan. In dat verband erger ik me enorm aan het negativisme in de media rondom *chef de mission* Maurits Hendriks. Die man

'Het is geen baan van 9 tot 5, er wordt 24 uur per dag een beroep op je gedaan'

heeft topwerk verricht! Maar daar hoor je niets over, wel valt iedereen over hem heen omdat hij Yuri van Gelder naar huis stuurde en uitgeschakelde sporters op het vliegtuig naar huis zette. Die kritiek is zo onredelijk – Yuri werd echt volledig terecht naar huis gestuurd en die terugvlucht... daar zijn met alle betrokkenen, dus ook de sporters, al een jaar voor de spelen afspraken over gemaakt. Om heel goede redenen, zoals het handhaven van een topsportklimaat (dus voorkomen van onrust) en veiligheid. Denk erom, er waren legio incidenten





met bedreigingen, berovingen en ga zo maar door. In twee weken tijd waren er meer dan tachtig meldingen van berovingen. Moeten wij onze atleten daaraan blootstellen? *No way!* Wat als er iemand gemolesteerd zou zijn? Dan was het land helemaal te klein geweest. Nogmaals, ik heb acht Olympische Spelen meegemaakt en Maurits Hendriks is veruit de allerbeste *chef de mission* die ik ooit heb meegemaakt! Zet dat maar in je artikel...'

Hoe is het om topsporters te begeleiden? Over welke talenten moet je beschikken behalve je kennis en kunde als arts?

'Je moet je vooral in hun wereld kunnen inleven. Het zijn mensen die grote risico's nemen met hun gezondheid, met anderen, met hun carrière... Als vader van twee topsporters, Pieter en Robert [waterpolo-international, moest stoppen wegens schouderblessure, red.], weet ik dat

'Ik kan niet claimen dat ik Pieter ooit één keer naar het zwembad heb gebracht'

ze heel anders redeneren dan "gewone" mensen. Ze hebben maar één doel, waar alles voor moet wijken. Ze dragen oogkleppen, daar moet je tegen kunnen. Relativering is hen onbekend. Als je dat als dokter niet begrijpt, ben je ongeschikt voor dit werk. Gevaar is alleen dat je te ver met ze meegaat, al balancerend op het scherp van de snede. Als ze vallen, val je mee. Het is jouw taak ze in balans te houden. Dat spanningsveld zit altijd in de topsport. Het is een vak dat je bijna letterlijk leert met vallen en opstaan. Daar komt ook nog het aspect bij van de publiciteit, grote zakelijke belangen op de achtergrond – allemaal factoren waar je normaliter niet mee te maken hebt. Het is geen baan van 9 tot 5, er wordt 24 uur per dag een beroep op je gedaan. Als je dat niet leuk vindt, moet je het niet doen.'

Je vergeleek topsportgeneeskunde ooit met formule 1-racerij. Kun je dat toelichten?

'Doordat wij in de topsport onder hoge druk nieuwe en snellere behandelwijzen ontwikkelen, komen die ook beschikbaar voor de reguliere gezondheidszorg. Denk maar aan het infectieprotocol dat we voor onze sporters in Rio hebben opgesteld. Als dat werkt voor topsporters, waarom dan niet voor opa Jansen in het verpleegtehuis? Zilveren Kruis Achmea heeft een topsportpolis ontwikkeld. Daarin zit onder andere meer fysiotherapie, maar bijvoorbeeld ook een intensieve tandheelkundige screening. Uit onderzoek

‘De topsportgeneeskunde kun je vergelijken met wat de formule 1 betekent voor de autobranche’

bleek tot onze schrik dat bij twintig tot dertig procent van de topsporters vrij ernstige, onvermoede gebits- en kaakaan-doeningen aan het licht kwamen. Door sanering daarvan verbeterden hun prestaties. En wat voor sporters geldt, geldt ook voor gewone mensen. De gegevens die uit dit soort screenings komen, kunnen geprotocolleerd worden en de verzekeraar kan die weer aanbieden aan Nederlandse tandartsen. De topsportgeneeskunde kun je derhalve vergelijken met wat de formule 1 betekent voor de autobranche. De banden die getest worden door Max Verstappen, zitten straks ook onder jouw Fiatje.’

Hoe ben je in de medische sportbegeleiding terechtgekomen?

‘Als jonge, net afgestudeerde arts voetbalde ik bij PSV, speelde waterpolo, was waterpolocoach – ook bij PSV. Ik had grote belangstelling voor sport. Ik wilde werk en sport graag combineren, dus ben ik al snel de cursus sportgeneeskunde van NOC*NSF gaan doen. En geleidelijk aan rolde ik erin: waterpolo- en zwemteam van PSV, mee als arts naar de Europese jeugdkampioenschappen. Na mijn militaire dienst besloot ik chirurg te worden. Mijn professor in Maastricht, professor Co Greef, was ook een sportfanaat en stimuleerde me om verder te gaan in de sportgeneeskunde. Niet voor niets ben ik gepromoveerd op de behandeling van gescheurde enkelbanden, een typische sportblessure. Greef regelde dat ik medisch begeleider werd bij allerlei sportevenementen, zoals het WK Wielrennen en de Zesdaagse, maar ook bij voetbalclubs als MVV en Roda JC.

Zo werd ik een druk baasje, naast mijn werk als chirurg. Er waren weken waarin ik mijn kinderen nauwelijks zag. Dat werd helemaal erg toen ik clubarts van PSV werd. Pieters zwemcarrière is vooral aan zijn moeder te danken, niet aan mij. Ik kan niet claimen dat ik Pieter ooit één keer naar het zwembad heb gebracht.’

Geen spijt van?

‘Nee hoor, we zijn een zeer sportieve familie. Mijn vrouw was topzwemster, Pieter en Robert deden aan topsport. In ons gezin hoorde het erbij dat je al je tijd in jouw sport stak. Daar was over en weer begrip voor. Alleen mijn dochter Veronique doet niet aan topsport. “Zij is de verstandigste”, zeg ik altijd. Ze hockeide bij Geldrop 4, prima. Ze heeft er niet onder geleden dat alles in het teken van de topsport stond. Ze ging lekker overal mee naartoe, moedigde haar broers aan en vond het hartstikke leuk.’

25 jaar clubarts van PSV, hoe kijk je daar op terug?

‘Het was een fantastische tijd, ik heb er veel geleerd. En ik heb er de gouden jaren meegemaakt: dertien landskampioenschappen, Europacup winnen. PSV is ook een nette club, ik ben er tot op de dag van vandaag prima behandeld. Ik ben gestopt toen ik ophield als chirurg bij het St. Anna Ziekenhuis. Ik was 58 en zocht een nieuwe uitdaging. Dat werd TopSupport. Ik kreeg een geweldige kans om sportgeneeskunde op een hoger niveau te brengen, en die heb ik met beide handen aangegrepen. Ik heb het nog een jaar gecombineerd met mijn werk voor PSV. Toen vroeg Maurits Hendriks me chef-arts voor de Olympische Ploeg te worden en zette ik er een punt achter. Overigens heb ik nog steeds een uitstekende band met PSV hoor, dat zit wel goed.’

Wat was het mooist dat je tot nu toe in de sport hebt meegemaakt?

‘Het mooist waren natuurlijk de gouden medailles van Pieter, met name de medaille die hij in Sydney won. Volkomen onverwacht versloeg hij in het hol van de leeuw Ian Thorpe, met 16.000 Australiërs op de tribune. Pieter wint, en het hele stadion valt stil... maar na vijf seconden staat iedereen op en krijgt hij een staande ovatie. Kippenvol! Even later kwam Pieter op me af lopen: “Pap, pijn, alles doet pijn!” En ik kon alleen maar roepen: “Goud, goud, goud!”’

Je werkt hier naast een zwembad dat de naam van je zoon draagt. Hoe voelt dat?

‘Dat voelt fan-tas-tisch! Als je aan komt rijden en je ziet die naam staan, dan gaat er steeds weer wat door je heen. Voor Pieter zelf is het ook super, hoor. Voor hem is het feit dat hij letterlijk zelf met pen zijn naam op dit zwembad heeft mogen zetten, de mooiste onderscheiding ooit. Het is *zijn* zwembad, haha, als bij wijze van spreken de wc verstopt zit, belt hij persoonlijk de directie om het te melden.’

Grote trots dus?

‘Heel grote trots. In Beijing nam hij afscheid van het topzwemmen. We zaten bij elkaar en ik zei hem: “Realiseer je je wel hoeveel plezier je mij al die jaren gedaan hebt?” Pieter keek me met grote verbaasde ogen aan en zei: “Ik dacht dat je altijd alleen maar gestrest en bezorgd was.” “Nee joh,” antwoordde ik, “je moeder en ik hebben onge-looflijk veel plezier gehad van je sportcarrière, iets mooiers kan ik niet bedenken.” Dat had hij zich nooit gerealiseerd. Merkwaardig he?’ ●