

Jurriaan Galavazi tien jaar huisarts in Naarden

'Ik begeleid mensen naar zich weer gezond voelen'



Huisarts Jurriaan Galavazi: 'Elke patiënt is uniek en heeft recht op passende zorg'. (Foto: Studio Kastermans)

BRITTE HAM

NAARDEN - Huisarts Jurriaan Galavazi (42) zit deze maand tien jaar in het vak. Hij begon in 2006 in de praktijk van zijn vader, nu Medisch Kwartier Naarden Vesting, in de Turfpoortstraat. 'Ik werkte in het begin twee dagen in de praktijk en hield me verder bezig met sportgeneeskunde.' In drie jaar tijd werden het steeds meer uren die hij als huisarts in de praktijk werkte. In 2009 nam hij de praktijk van zijn vader over. 'Mijn vader wordt dit jaar 73 en is nog aan het werk. Hij houdt zich vooral bezig met ouderenzorg en doet de huisbezoeken bij onze oudere patiënten. Zo kan hij nog zijn bijdrage leveren en er is een patiëntengroep die dat fijn vindt.'

In de afgelopen jaren is binnen de praktijk veel veranderd. Het zorgaanbod is uitgebreid en de praktijk heeft een metamorfose ondergaan. Want Galavazi vindt het belangrijk dat de patiënten in zijn praktijk goed begeleid én in hun kracht gezet worden. 'Ik heb in 2012 zelf een burn out gehad. Ik ontdekte toen dat complementaire geneeskunde, waaronder bijvoorbeeld meditatie en mindfulness, veel meer ingangen heeft om mensen in hun kracht te zetten dan alleen de reguliere geneeskunde. Dat wil niet zeggen dat de reguliere geneeskunde niet goed is. Integendeel, die geneeskunde is juist supergoed en dat blijft ook de basis in onze praktijk.'

Breed zorgaanbod

'Mijn visie is dat reguliere en complementaire geneeskunde elkaar goed aanvullen. Het is niet zweverig, we staan hier allemaal met twee benen op de grond. Er zijn weinig andere huisartspraktijken in Nederland die op dezelfde manier werken. We gaan er vaak aan voorbij dat we zelf onderdeel zijn van de klachten die we hebben. Als we naast de reguliere manier van behandelen ook andere mogelijkheden hebben, kunnen we onze pa-

tiënten zo goed mogelijk helpen.' In de praktijk bespreekt Galavazi, als de patiënt het wil, tijdens een intakegesprek vijf onderdelen. 'Allereerst het reguliere deel. De patiënt vertelt zijn klacht en wordt daarop onderzocht. Eventueel wordt de patiënt doorverwezen voor aanvullend onderzoek. Daarnaast bespreek ik ook de emotionele impact die lichamelijke klachten met zich kunnen meebrengen. Voeding komt aan bod, want voeding is belangrijk. Verder hebben we het over bewegen en komt het spirituele stuk aan bod. Lichaam en geest zijn onlosmakelijk met elkaar verbonden. Vaak worden lichamelijke klachten door stress veroorzaakt. Stress komt uit jezelf. Ik kan mensen een coaching traject 'Kracht van vragen' aanbieden. Daarin laat ik ze zien hoe gedachten en gevoelens werken. Ik zie onze patiënten niet als patiënt, maar als mensen met klachten die ik begeleid naar zich weer gezond voelen.'

Samenwerking

Sinds september vorig jaar bouwt Galavazi aan een team dat de samenwerking tussen de reguliere geneeskunde en andere manieren van zorg bevordert. 'We werken inmid-

dels met 22 mensen. Het is wel een bedrijf! Maar zo kunnen we patiënten de mogelijkheid bieden om hun eigen verantwoordelijkheid terug te nemen. In het team zitten onder andere een haptonoom, masseur, acupuncturist, hypnotherapeut en mesologe. Ik ben degene die de mensen coacht en begeleid om een geschikte vorm te kiezen die aansluit bij de klacht en wensen. Patiënten bepalen zelf de route die bij hen past, wij bieden hen de mogelijkheden om breder naar klachten te kijken. Simpelweg omdat iedereen uniek is en recht heeft op passende zorg. Galavazi heeft zich ook gespecialiseerd in sportgeneeskunde, echografie en chirurgie. 'De sportgeneeskunde heeft grote raakvlakken, veel klachten en blessures aan het bewegingsapparaat hebben een oorzaak die met stress te maken heeft.' Hij vertelt dat hij in de praktijk ook diverse chirurgische ingrepen doet. 'Denk aan ooglidcorrecties of sterilisaties bij mannen. We vinden het fijn om het patiënten in onze praktijk te kunnen bieden. Chirurgie is op die manier laagdrempeliger en patiënten krijgen de persoonlijke aandacht die ze van de huisarts gewend zijn. En er is kennelijk behoefte aan, want we krijgen ook aanvragen van buiten het Gooi.' De praktijk is 52 weken in het jaar geopend. 'We hebben een avondspreekuur als service naar onze patiënten en onze consulten duren vijftien minuten. En we hebben een app ontwikkeld. Daarmee kunnen patiënten zelf een afspraak inplannen en via een inlog de eigen gegevens zien. Dit alles als service naar de patiënt.' Voor meer informatie kijk op mknv.nl.