



ONDER DRUK: S02E07

# *Mark Huis in 't Veld*

DIERENARTS

Dierenarts Mark Huis in 't Veld over de schaduwkanten van het vak en de toxische druk van veeleisende eigenaren.

**OD** Onder Druk

Dit transcript is afkomstig van de podcast **Onder Druk**, waarin Amber Brantsen praat met mensen voor wie werken onder hoogspanning dagelijkse kost is.

**BEZOEK ONDERDRUKPODCAST.NL**

---

INTERVIEWER

DATUM

LENGTE

*Amber Brantsen*

*1 april 2026*

*4384 woorden*

---

## *“De makkelijkste patiënt is het dier, het moeilijkste probleem is de klant.”*

Waarom stopt een ervaren dierenarts met zijn eigen klinieken terwijl het vak zijn grote passie is? Wat doe je als de liefde voor dieren wordt overschaduwd door de agressie van hun eigenaren? En hoe ga je om met de loodzware verantwoordelijkheid over leven en dood terwijl klanten afdingen op de rekening?

Amber Brantsen spreekt met Mark Huis in 't Veld, een gedreven dierenarts die vorig jaar besloot een stap terug te doen. Na jarenlang roofofbouw op zichzelf te hebben gepleegd, een zware burn-out en de noodzaak van antidepressiva, besloot hij de regie over zijn leven terug te pakken. Hij vertelt openhartig over de 'rode' klanten die zijn energie opslokken en de harde kloof tussen de medische opleiding en de rauwe werkelijkheid in de spreekkamer.

Een indringend gesprek over mentale gezondheid, het durven stellen van prioriteiten en het belang van je eigen 'zuurstofmasker'. Mark laat zien dat passie voor je werk prachtig is, maar dat het nooit ten koste mag gaan van je eigen geluk en gezondheid.

Fijn dat je er bent, Mark. Vorig jaar kwam jij in het nieuws omdat jij overwoog te stoppen met jouw twee klinieken in Utrecht. Wat was het moment dat jij dacht: 'Ik kap ermee, nu is het genoeg'?

**D**at moment is er wanneer je 's nachts wakker ligt. Niet één keer, maar nachten en misschien wel weken achter elkaar word je elke nacht wakker, meestal tussen twee en drie uur. Dat zal misschien iets met de remslaap te maken hebben, maar je wordt in ieder geval wakker en de eerste gedachten die in je opkomen, zijn negatief. Je denkt niet: 'Fijn, morgen een leuke dag' of 'Mijn kinderen zijn gezond' of 'We gaan morgen naar het zwembad'. Je denkt niet aan leuke, spannende dingen of aan de Formule 1, wat ik heel leuk vind. Wat er gebeurt, is dat de eerste gedachten altijd negatief zijn. Je denkt bijvoorbeeld: 'Die mevrouw is niet tevreden', 'Die meneer heeft dat gezegd' of 'Er is een onterechte review geplaatst'. Je blijft in het negatieve hangen en met die

negativiteit ga je weer slapen. Je droomt erover en wordt vervolgens weer wakker. Ik noem het weleens een glazen wand; op een gegeven moment loop je ertegenaan en beseft je: dit is de grens. Dit doet pijn, nu ben ik ertegenaan gelopen. Het is heel raar: tijdens de studie ligt de focus op het dier, de pathologie, het gedrag en het uiterlijk. Maar als je afstudeert en in de spreekkamer staat, staat daar een eigenaar met een mening. Als jij nu met je kat in mijn spreekkamer zou staan, weet ik niet of je verdrietig, boos, teleurgesteld of terughoudend bent. Je komt namens je dier en ik heb jouw informatie nodig om het dier zo goed mogelijk te helpen. Wat ik niet meer kan hanteren, is dat mensen – zeker sinds corona – sneller via internet of de telefoon onwaarheden verspreiden.

---

*“Ik noem het weleens een glazen wand; op een gegeven moment loop je ertegenaan en beseft je: dit is de grens.”*

---

## **Dat ze zeggen: 'Op Google lees ik dit' of 'ChatGPT zegt dat'.**

Dat is prima, maar als we bijvoorbeeld vragen naar een kostenschatting van een castratie van een hond, dan leggen wij graag uit wat we daarvoor doen. Mensen bellen op en vragen naar de kosten. Wij moeten dan interpreteren of ze dat willen weten omdat ze een pinpas moeten meenemen, of omdat ze willen weten wat de behandeling inhoudt. De intonatie klinkt echter vaak negatief: 'Wat kost het?'

## **Gaat het eigenlijk altijd om geld? Of vaak?**

Ik denk eigenlijk altijd wel, ja. Je wilt ook niet dat je auto kapotgaat, toch? Een lekke band betekent een nieuwe band en een kapotte distributieriem betekent hoge kosten waar je niet op zit te wachten. Zo is het ook met een huisdier. Mensen begrijpen dat er benzine in de auto moet en ze snappen de kosten voor olie en de apk, maar die kapotte handrem van 500 euro vinden ze zonde. Bij een huisdier hebben ze die onverwachte kosten ook liever niet.

**Je komt ook heel dicht bij mensen; zo'n kat of hond is vaak als een kind voor hen. Je gaat behandelingen uitvoeren waar het dier op dat moment niet blij mee is, en je vraagt er ook nog geld voor. Ik kan me voorstellen dat veel dierenartsen hiermee te maken hebben, maar toch zei jij: 'De manier waarop het gaat, is niet oké en dat wil ik niet meer'.**

Als mensen ons vragen wat een castratie kost, stel ik altijd de vraag terug: 'Mag ik u ook een vraag stellen? Wat kost een hamburger?' Dan gaan ze nadenken en zeggen ze: 'Bij de McDonald's een euro.' Dan zeg ik: 'Ja, maar bij Meneer Smakers in Utrecht kost een Wagyu-burger met verse tomaat, sla en een glas wijn 21 euro. Wat wilt u?' De vraag is dus wat jij wilt, niet alleen wat het kost. Een castratie in mijn kliniek kan anders zijn dan een castratie in Oldenzaal, waar de huur lager is en de faciliteiten of personeelskosten anders kunnen zijn. Het heeft ermee te maken welke maaltijd je wilt eten.

## **Frustreert het jou dat mensen dat verschil in kwaliteit niet zien?**

Wat wij in de kliniek zien, zijn rode, groene en paarse poppetjes. De groene poppetjes volgen de tachtigprocentregel: dat zijn mensen die het snappen, net als jij. Als er iets aan de hand is, zoals vanochtend, bel je

of breng je urine langs. Je vertrouwt het niet, dus je onderneemt actie. De groene mensen begrijpen dat er consequenties zitten aan de keuze voor een huisdier, zoals de zorg voor het dier als het ziek wordt of als je op vakantie

gaat. Paars zijn mijn lievelingsmensen; zij hebben een uitdaging. Dat kunnen neurodiverse mensen zijn, of bijvoorbeeld een zwangere vrouw die zich al maanden niet goed voelt en daardoor anders reageert als haar kat ziek is. Iemand met een burn-out, ADHD

of een depressie kan anders reageren op een normale vraag. Dat vind ik altijd uitdagend, want het kost meer tijd, maar het levert meer op omdat je vaker de 'waarom-vraag' stelt. Waarom word je boos of verdrietig? Wat is er aan de hand?

### **Is die nieuwsgierigheid naar wat er achter het gedrag zit iets wat je altijd al in je hebt gehad, of heb je dat moeten leren?**

Dat leer je. In het begin vraag je je af waarom iemand zo doet, maar door de jaren heen leer je mensen lezen, bekijken en inschatten. Dat is het zwaarste deel; daar zit ook de meeste stress in. Mensen willen dat je naar hun huisdier kijkt, maar je vraagt je af wie de eigenaar is en waarom die nu pas komt. Dat is erg persoonsafhankelijk. Om een voorbeeld te geven: twintig jaar geleden stond ik als jonge, pas afgestudeerde dierenarts in de kliniek en kwam er een mevrouw met een benauwde kat. Dat stond in de agenda, dus ik wist dat het vervelend zou zijn. Geloof mij: een benauwd wezen, of het nu een kat, hond of kind is, is niet prettig. Ik hoopte op iets als astmatische bronchitis waar ik snel iets aan kon doen, maar er zijn ook minder leuke oorzaken. De mevrouw zette het mandje op tafel; de kat kwam er niet uit en ademde heel zwaar. Ik vroeg hoe lang dit al speelde. Ik dacht zelf aan een paar uur, maar ze zei: 'Vier maanden'.

### **Wat doet dat met jou? Je bent dit vak begonnen omdat je van dieren houdt en er voor hen wilt zijn, en dan komt iemand pas na vier maanden met een benauwde kat aanzetten.**

Dat doet me schrikken. Als jonge dierenarts ervaar je veel stress, omdat je moet inschatten wat de eigenaar verwacht: wil je dat ik de kat euthanaseer, of verwacht je iets anders? Waarom kom je na vier maanden? Als dertiger word je bovendien niet altijd direct als ervaren deskundige gezien, dus je moet ook tegen dat vooroordeel vechten. Je bent op die leeftijd nog niet tactisch genoeg om te vragen wat er werkelijk aan de hand is. Waar het echt om gaat qua energie, zijn de rode mensen. Dat is ongeveer vijf procent per dag. Rode mensen zijn klanten die ik eigenlijk niet wilt; zij passen niet bij mij.

Maar die kom je elke dag tegen. Wat is de meest dieprode persoon geweest die je bent tegengekomen?

En wat doen ze dan? Wat was de meest dieprode persoon die je bent tegengekomen?

Dat zijn mensen die de assistenten uitschelden en ergens onterecht iets van vinden. Negen van de tien keer gaat het om gebrekkige communicatie waarbij de 'waarom-vraag' niet wordt gesteld. Zo'n jonge paraveterinair van 21 jaar wordt dan in het bijzijn van anderen volledig afgeblaft. Die mensen kunnen niet rustig blijven of in gesprek gaan; ze gaan compleet los.

---

*“Je kunt tien groene klanten hebben, maar als er één rode binnenkomt, is al die positieve energie weg.”*

---

Waar gaat dat dan over? Over geld, de behandeling of iets anders?

Zal ik een voorbeeld geven?

**Graag.**

Als jij nu naar de Albert Heijn gaat en je koopt een kilo basmatirijst. Je komt thuis, kijkt in de kast en ziet dat je er nog tien hebt staan. Je gaat terug naar de winkel om het pak rijst in te ruilen bij de servicebalie.

**Je komt met die zak binnenlopen en gaat naar de balie.**

Precies. Je wilt je geld terug. Maar wat als je rauwe kipfilet in de koelkast hebt liggen?

**Nee, dat kun je niet terugbrengen.**

Natuurlijk niet. En hoe zit het met medicijnen?

**Dat gaat al helemaal niet.**

Nee, dat kan gewoon niet. Maar bij de dierenarts denken mensen van wel.

**Ik heb erover nagedacht en ik doe het toch niet.**

Ze denken: 'Ik heb het toch niet nodig' of 'Ik ben naar huis gegaan en laat het een week liggen, ik ga het niet gebruiken'. Als wij dan zeggen dat we het niet mogen terugnemen, kunnen ze volledig uit hun stekker gaan. Met een volume van meer dan 100 decibel foeteren ze de assistentes uit met de ergste verwensingen.

**'Ik heb erover nagedacht, ik doe het niet.'**

Dan leggen wij uit dat we het niet mogen terugnemen. Ze kunnen dan compleet losgaan op de assistentes, waarbij alle mogelijke ziektes voorbijlopen.

**En wat doe jij dan op zo'n moment?**

Ik ben de eigenaar en redelijk welbespraakt, dus ik kan het wel aan. Ik loop de spreekkamer in en probeer de situatie te kalmeren door te vragen of ze even willen gaan zitten voor een kop koffie of thee.

**Zijn die mensen dan voor rede vatbaar?**

Nee, want als zij ergens in geloven, dan zit dat diep. Ik moest er aan wennen dat mensen soms ergens rotsvast in geloven.

## Zit die overtuiging zo diep?

Ja, bijvoorbeeld de overtuiging dat een bepaald medicijn slecht is, of omdat de fokker iets heeft gezegd.

---

*“Ik slik die antidepressiva voor een groot deel vanwege mijn werk.”*

---

### 'Mijn fokker zei...'

'Mijn fokker heeft gezegd dat je dit niet mag gebruiken bij een puppy.' Ook al is het onzin, ik kan praten wat ik wil, maar het komt niet aan.

### Ben je teleurgesteld in het vak?

Nee, niet in het vak, maar ik raak wel teleurgesteld in mensen. Dat is de reden waarom ik bijna niet meer in de spreekkamer sta. Groene klanten geven mij energie, paarse klanten zijn een uitdaging die energie kosten, maar waarbij ik echt wil helpen. Rode klanten verpesten echter mijn dag. Je kunt tien groene klanten hebben, maar als er één

rode binnenkomt, is al die positieve energie weg. We krijgen vaak bedankjes, zoals bloemen, chocolade of wijn, waar we heel blij mee zijn. Maar als er dan één iemand binnenkomt die de boel bij elkaar schreeuwt of een kat brengt die al vier maanden benauwd is, dan lig ik daar 's nachts wakker van en vraag ik me af waarom dit gebeurt.

**Het is verdrietig, want jij staat stevig in je schoenen en zelfs jij zegt dat dit niet is hoe je het vak wilt beleven. Laat staan die paraveterinair van 21; die overweegt dan waarschijnlijk ook om iets anders te gaan doen.**

Er is onderzoek naar gedaan in Nederland: één op de vijf dierenartsen stopt binnen vijf jaar na het afstuderen met het vak.

### **Was het echt een roeping voor je?**

Ik noem het ook wel een beetje autistisch gedrag. Je focust je volledig op dieren, je vindt het interessant en je wilt er echt iets mee doen. De meeste mensen die dierenarts worden, weten dat al op jonge leeftijd.

### **Wat moet je daarvoor doen?**

Het is een hele lange studie.

### **Een hele lange studie, dus je moet goede cijfers halen.**

Dat betekent dat je naar het vwo moet en daar heel hard je best moet doen. Je hebt bovendien een specifiek vakkenpakket nodig.

### **Je zit echt in een funnel.**

Je zit in die funnel. Je moet goede cijfers halen voor scheikunde, natuurkunde en biologie, terwijl ik talen veel leuker vond. Tijdens de studie wordt er niet gesproken over de eigenaar, over stress, een gezonde werk-privébalans of gevoelens. Er wordt alleen gekeken naar de medische oorzaken, zoals de veertien redenen waarom een kat in huis plast. Er wordt niet gekeken of die kat gestrest is door een baby in huis of ruzie met de buurkat. Dat aspect leer je pas in de kliniek.

### **Is het dier dan pas gestrest?**

Heeft de kat last van gezinsuitbreiding of ruzie met de buurkat? Dat aspect leer je pas in de kliniek. Je wordt door die trechter geduwd en komt eruit als dierenarts. Dan kom je een eigenaar tegen, of liever gezegd vijftien eigenaren met elk een mening. Die mening

is het probleem niet, maar je moet wennen aan de vraag: 'Wat verwacht je nu van mij?' Verwacht je dat ik die kat die al vier maanden benauwd is weer helemaal oplap, of kom je met de boodschap dat het genoeg is geweest?

**Hoe vaak word je voor zo'n keuze gesteld als het gaat om financiële overwegingen?**

Dagelijks.

**Dat een baasje zegt dat er geen geld is of dat ze het er niet voor over hebben? Ik kan me dat moeilijk voorstellen, maar het lijkt me een duivels dilemma als iemand vraagt om een dier in te slapen omdat de behandeling niet betaald kan worden.**

Dat doen we niet. Wij maken tientallen keren per jaar mee dat eigenaren de zorg voor bijvoorbeeld een kat met nierfalen niet kunnen betalen. In zulke gevallen nemen wij de katten over. Ik betaal dan de kosten en wij zoeken een nieuwe eigenaar. Ook bij oude mensen die zich zorgen maken over wat er met hun dier gebeurt als zij er niet meer zijn,

leggen we vast dat de kliniek de zorg overneemt en een nieuwe eigenaar zoekt. Dat geeft die mensen enorm veel rust. De lastigste groep zijn mensen die in een dure Volvo XC90 komen aanrijden, de nieuwste telefoon hebben en vertellen over hun skivakantie, maar weigeren 180 euro te betalen voor een noodzakelijk bloedonderzoek.

**Echt waar? Je moet maar het lef hebben om dat te doen. Als je in een benarde situatie zit, kan dat iedereen overkomen, maar dit soort figuren vind ik heftig.**

Ja, veel. Heel veel.

**Maar hier word je toch moedeloos van? Dat je je steeds moet verdedigen.**

Stel, jij gaat vanavond uit eten bij een restaurant. Ik pas wel even op de kinderen.

Dat is handig. Jullie gaan een hapje eten en bestellen een mooi stuk vlees van 45 euro. Dat is een flinke prijs, maar er zitten frietjes en andere lekkere dingen bij. Aan het einde vraagt de ober of je nog een wijntje en een kopje koffie wilt, en dan komt de rekening.

**Heel handig.**

Wat doen negen van de tien mensen die daar gegeten hebben? Ze geven een fooi. En wat doen ze bij de dierenarts?

**Afdingen?**

Of ze betalen niet.

**Echt waar?**

Echt waar. Terwijl ze wel tevreden zijn over de zorg en de communicatie. Waarom wil je dan niet betalen?

**Het zou vreemd zijn als jij in dat restaurant zou zeggen: 'In dat andere restaurant was het vlees 35 euro, dus ik betaal de 45 euro bij jullie niet'.**

Precies. Dan ga je toch lekker naar dat andere restaurant? Jij hebt een zware burn-out gehad, hè?

**Dan ga je toch naar de burens.**

Voilà. Jij hebt een zware burn-out gehad, hè?

**Ja. Wanneer was dat en hoe kwam dat?**

Dat was in 2008, vijf jaar na mijn afstuderen. Dierenartsen hebben vaak de neiging om met oogkleppen op te studeren en te werken. De eerste vijf jaar wilde ik de beste dierenarts van Nederland zijn. Ik werkte in een kliniek waar we veel ziekenhuis-diergeneeskunde deden; het was dag en nacht werk. Ik vroeg nooit naar mijn loon of vrije dagen; een werk-

privébalans bestond toen nog niet voor mij. Ik werkte zes of zeven dagen per week. Er werd echt misbruik van me gemaakt, maar ik vond het werk zo leuk. Het was geweldig om complexe operaties te doen, soms zelfs om twaalf uur 's nachts tijdens oud en nieuw. Die tunnelvisie hield me op de been, tot ik niet meer werd geremd in wat ik deed en een burn-out kreeg.

Is dat dan de passie voor het vak en de mensen die daar misbruik van maken die je toen onderuit heeft gehaald?

**Het is de trechter. Vanaf het moment dat je als jongere aan de studie begint en eruit komt rollen, matcht dat niet met wat het vak van ons als dierenarts verwacht: omgaan met mensen, met een team, met teleurstellingen en met kosten.**

Er kwam op dat moment te veel op me af.

**Even een paar dilemma's. Gelijk hebben of de vrede bewaren?**

Vrede bewaren.

**Een boze klant of een gefrustreerd team?**

Een boze klant.

**Behandelen uit hoop of stoppen uit realisme?**

Verreweg stoppen uit realisme.

**Waar of niet waar: de makkelijkste patiënt is het dier, het moeilijkste probleem is de klant?**

Zeker weten, verreweg.

**Nooit meer opereren of elke dag een klacht afhandelen?**

Dan nooit meer opereren.

**Een medische fout direct opbiechten of hopen op het beste?**

Meteen opbiechten. Gebeurt het vaak?

## **Wanneer is het een kunstfout?**

**Ik denk dat we qua kunstfouten bijna nooit iets verkeerd doen, want we zijn daarin erg streng voor onszelf.**

We zijn streng, maar fouten gebeuren. Er zullen discussies zijn waarbij de klant denkt dat er een fout is gemaakt, terwijl jij als dierenarts een andere zienswijze hebt.

**Bij elk dier dat bij ons wordt geopereerd, zeggen we van tevoren dat er een risico is, hoe simpel de ingreep ook is. Mijn eigen kinderen worden over een paar weken geopereerd en wij moesten ook een lijst tekenen om de risico's te accepteren.**

Een kater castreren is de meest eenvoudige ingreep die er is, maar er is wel narcose en pijnstilling voor nodig. We doen het perfect, met zuurstof en goede zorg. In de afgelopen twintig jaar heb ik het duizenden keren gedaan. In Portugal castreren we ze aan de lopende band onder minder ideale omstandigheden, maar hier vertel ik klanten al twintig jaar dat zelfs een klein roesje een risico inhoudt.

**Eén van mijn trouwste klanten, een echtpaar van tachtig plus met meerdere katten, had een ongecastreerde kater die sproeide. Ik legde uit dat castratie de enige oplossing was.**

De mevrouw vertrouwde het niet en vroeg om een bloedonderzoek. Daar kwam niets uit; de lever, nieren en suikerspiegel waren perfect. Haar man zei dat ze het al honderd keer hadden laten doen. Ik onderzocht de kat en droeg hem over aan de assistente. De deur ging dicht, de eigenaar ging weg, en nog voordat ik bij de kat was, overleed het dier.

**Nee.**

Echt waar.

De kat kreeg zijn eerste narcose en raakte in een anafylactische shock. Zijn longen liepen vol met vocht; ik hield hem nog op de kop, maar hij was op slag dood. En dan moet je die mensen bellen. Dit is geen kunstfout, maar zo voelt het wel. Het gaat gruwelijk mis, en de perceptie van de klant bepaalt of het als een fout wordt gezien.

### **Hoe beleef jij dat moment?**

Verschrikkelijk.

Echt verschrikkelijk. We hebben weleens dieren in de opname die doodziek zijn, waarbij we de eigenaren vragen om afscheid te komen nemen, en dan staat zo'n hond opeens weer te kwispelen en leeft hij nog vijf jaar. Maar andersom gebeurt ook. Dan zeggen we dat het fantastisch gaat, de eigenaar komt langs, en de kat is dood. Dat is bizar.

### **Kun je dat loslaten?**

Nee, je voelt je toch schuldig terwijl je het niet bent. Je blijft er heel lang mee zitten.

### **Wat zeiden die mensen van dat katertje?**

Ze waren natuurlijk heel verdrietig. Je vraagt hen om langs te komen en vertelt dat het niet goed is gegaan. Mensen reageren dan vaak heel emotioneel. Ik zeg altijd tegen studenten die bij ons meelopen en het saai vinden om honderd keer hetzelfde verhaal over narcose te vertellen: 'Je doet dit twintig jaar lang om je in te dekken voor die ene keer dat het misgaat'. En als het dan gebeurt, heb je alsnog enorme stress.

### **Is dat ook waar je dan van wakker ligt?**

Ja, want als dierenarts vraag je je altijd af of je het had kunnen voorkomen. We evalueren dat met het hele team en iedereen is verdrietig. We blijven maar denken of we het anders hadden moeten doen, ook al is het antwoord nee. Je blijft het gevoel houden dat het jouw schuld is, ook al is dat rationeel niet zo.

### **Je kunt het rationeel met elkaar evalueren, maar het gevoel is natuurlijk anders.**

Je blijft denken dat het jouw schuld is, ook al is schuld een moeilijk woord in dit verhaal.

## **Als ondernemer moet ik ook mijn personeel betalen. De lonen stijgen enorm, maar ik kan die kosten niet volledig doorberekenen.**

Wanneer zo'n kat overlijdt, denk ik ook aan de gevolgen: de kosten, de romslomp, de weerstand en het verdriet van het team. Dat heeft invloed op hoe de assistente vervolgens op andere klanten reageert. Als iemand dan belt voor iets kleins, zoals een wratje, en direct geholpen wil worden terwijl we vol zitten, kan de assistente kortaf zijn. Als die klant dan een negatieve review plaatst, telt dat allemaal op. Toch moet je bij de volgende klant weer met een glimlach de deur openen. Ik ga niet honderd procent stoppen, maar ik moet afstand nemen. Ik kan geen eigenaar

blijven die de volledige verantwoordelijkheid draagt, want dan blijf ik me overal druk om maken. Ik ben in onderhandeling om mijn klinieken voor 75 procent over te dragen aan een groep die de administratie, boekhouding en personeelszaken overneemt. Alle romslomp die niets met het dier te maken heeft, wordt dan extern geregeld. Door klinieken samen te voegen, besparen we op kosten zoals accountants, waardoor ik de prijzen kan drukken en mijn personeel meer kan betalen. Zo kan ik de nodige afstand bewaren.

## **En die afstand is nodig vanwege de klant?**

### **Is er iets wat je had kunnen doen om te voorkomen dat je nu deze afstand moet nemen?**

Het antwoord is tweeledig. Of je eeuwig kunt blijven doen wat je doet, is altijd de vraag. Het is niet erg om te stoppen.

### **Je stopt zelden op je hoogtepunt.**

Kijk naar Fernando Alonso in de Formule 1. Hij gaat door omdat hij het leuk vindt, maar hij is al een tijdje over zijn top heen. Je hoort hem alleen maar vloeken; hij lijkt helemaal niet gelukkig. Ik geloof niet dat hij daar goed aan doet.

### **Had ik eerder moeten stoppen? Ja.**

Wat had dat opgelost?

### **Ik slik antidepressiva.**

Ik slik al tien jaar antidepressiva. Zonder die medicatie vind ik het leven niet leuk, maar ik ben er ook tien kilo door aangekomen en voel me er soms wat loom en onverschillig door. Als ik op de kliniek ben en stress ervaar door klanten – dan heb ik het niet over professionele stress zoals een overleden dier, maar over mensen die alleen over geld praten, onwaarheden vertellen of te laat komen – dan tast dat mijn lichaam aan. Ik moet mijn medicatie dan verhogen, waardoor ik me weer vadsig en hangerig voel. Ik slik die antidepressiva dus voor een groot deel vanwege mijn werk.

### **Is het dit dan waard geweest tot nu toe?**

Nee.

### **Nee?**

Nee. Is het een mooi vak?

### **Het is een supergaaf vak.**

Het vak is fantastisch. Zet me nu aan de operatietafel en ik doe mijn ding. Ook als ik hier vanochtend heel rustig bij jou binnenkom en we kunnen praten over wat ik zie.

### **Over Tijgertje.**

Over Tijgertje, inderdaad. Dan is dat gewoon wie ik ben. Dat is mijn vak en daar ben ik ook heel goed in. Vier jaar geleden kocht ik een boerderij in Zuid-Frankrijk, die ik in de coronaperiode volledig heb opgeknapt. Ik heb vijf hectare grond en weilanden, en ik rijd op een oude tractor; ik ben daar echt een beetje boer aan het spelen. Ik heb muren gemetseld met oude stenen, heerlijk vakmanschap. Ik merk dat ik zonder prikkels, zoals klanten en telefoons, het gelukkigst ben.

## **Dan ben je echt Mark. Is het stoppen met de kliniek uiteindelijk de beste beslissing?**

Ik neem afstand. En als mensen kijken of luisteren die ook in een situatie zitten waarin het werk op zich mooi is en waar ze een passie voor hebben, maar waarbij de omgeving toxisch is en hen letterlijk ziek maakt: wat moeten zij doen? Wat zou je tegen hen zeggen? Ik denk dat je altijd hulp moet zoeken. Ik ga de afgelopen vijftien jaar maandelijks naar een psycholoog. Een psycholoog is

zoals een fysio die je enkelbanden herstelt als je door je enkel bent gegaan. Ik heb af en toe kadering nodig om niet tegen die figuurlijke glazen wand aan te lopen. Of het nu een coach of een psycholoog is, ik zou die hulp extern zoeken en absoluut niet binnen je relatie, familie of vriendenkring. Laat iemand van buitenaf meekijken en de 'waarom-vraag' stellen.

### **Verderop, ja.**

Laat iemand extern meekijken. Als jij zo blij wordt van wielrennen, waarom doe je dat dan niet vaker? Je kunt best vaker wielrennen, maar dan moet je andere dingen laten.

### **Prioriteiten.**

Je kent zelf het tunnelvisie-effect wel: in één richting denken. Dat beperkt je blik naar buiten. Ik word het gelukkigst van mijn kinderen, echt waar. Dit weekend in Rome was ik oprecht gelukkig. Maar een dag later kan ik het leven weer een twee geven. Dat verschil moet afvlakken. Als dierenartsen hebben we geleerd problemen van huisdieren op te lossen, maar we zien onze eigen problemen niet aankomen. Er is winst te behalen in het tijdig gas terugnemen. Je moet eerst je eigen zuurstofmasker opzetten voordat je anderen helpt.

**Mijn gevoel is... ik vlieg regelmatig naar Bergerac in Zuid-Frankrijk. Soms ga ik met mijn tweeling van twee jaar oud. Een van hen, Maas, geeft altijd over bij het landen. Dan zit ik daar alleen met twee van die jochies die de hele boel afbreken. En als hij dan over zichzelf heen kotst...**

Hij zit helemaal onder de kots, zijn broer Seppe raakt in paniek, en ik zal je vertellen: niemand helpt.

## Dan voel je je alleen.

Niemand helpt. Dat van dat zuurstofmasker is leuk, maar in de praktijk gebeurt het niet; mensen denken alleen aan zichzelf. Ik zit in die rij en denk: waarom helpt niemand mij even met een zakje of een doekje? Het valt je op, en dat is niet negatief naar de mensheid bedoeld. Het is goed om zelf je zuurstofmasker op te zetten, maar het is nog fijner als iemand tegen je zegt: 'Volgens mij heb je het nodig, zet je masker even op'.

## Dankjewel.



Vond je dit gesprek interessant? Bezoek onze website voor de volledige video-ervaring en meer afleveringen van **Onder Druk**.

[BEZOEK ONDERDRUKPODCAST.NL](https://www.underdrukpodcast.nl)