

## Nieuw in Poortkliniek: tweede huisarts en psycholoog



Bart Elsen, huisarts

### Nieuwe huisarts

Sinds een jaar alweer is het team van huisartsen op de locatie Poortkliniek uitgebreid. Op woensdag en vrijdag kunnen patiënten hier bij Bart Elsen terecht en op de andere dagen bij Sharda Das.

Bart Elsen: “Toen ik klein was wist ik eigenlijk al dat ik dokter wilde worden, gefascineerd als ik was over de werking van het menselijk lichaam. Op een dag kwam de huisarts bij ons thuis – in Almere – op visite en vanaf dat moment wist ik ook wat voor soort dokter ik wilde worden.

Nadat ik in eerste instantie uitgeloot was in 1997 ben ik in Leuven geneeskunde gaan studeren. Hoewel België één van onze buurlanden is, was het een behoorlijke cultuurshock. Een jaar later kon ik alsnog naar Amsterdam, waar ik met veel plezier heb gestudeerd en fanatiek gezaalvoetbald.

Tijdens de studie geneeskunde werd mijn voorkeur voor huisartsgeneeskunde alleen maar sterker. Gedurende de co-schappen besloot ik meteen te solliciteren voor de huisartsopleiding en gelukkig werd ik aangenomen. Het eerste jaar van de opleiding heb ik in een praktijk in Emmeloord gevolgd. Ik logeerde drie avonden per week boven de apotheek in het centrum en in de weekenden was ik terug in Amsterdam.

Mijn opleiding heb ik afgerond in Almere, bij gezondheidscentrum Filmwijk. Toen ik eenmaal huisarts was, ben ik veel (nacht)diensten gaan draaien om ervaring met het meer acute aspect van

mijn vak op te doen. Het was een erg leerzame tijd maar trok een zware wissel op mijn privéleven. Sinds ruim een jaar werk ik twee dagen per week in Almere en één dag in de week in Velsen Noord. Ik woon nog steeds in Amsterdam, samen met mijn vriendin. Ik ben inmiddels behoorlijk verknocht aan die stad.

Wat ik het meest bijzondere vind aan huisarts zijn is de afwisseling – het gaat nooit vervelen – en het feit dat je binnen een minuut met iemand die je daarvoor misschien nog nooit gezien hebt, over de meest intieme en persoonlijke dingen spreekt.

Binnen mijn vak beschouw ik het als een uitdaging om mensen met psychische klachten op weg te helpen. Het ziektebesef, het inzien van de betekenis van de geestelijke klachten is daarbij een hele belangrijke stap waarbij je als huisarts kunt helpen om taboes te doorbreken. Iemand met een depressie of overspannenheid is net zo goed ziek als iemand met suikerziekte of een gebroken been!

Het werken in Almere Poort bevalt me goed. De mensen die hier komen vormen een mooie dwarsdoorsnede van de maatschappij. De gevolgen van de crisis merk ik dagelijks in de spreekkamer. Ik vind de samenwerking tussen de verschillende disciplines bij Medi-Mere bijzonder. Ik kan eigenlijk vrijwel altijd zorgen dat iemand op korte termijn gezien wordt door een collega van bijvoorbeeld de fysiotherapie of door de praktijkondersteuner, maar ook de lijnen met de orthopeed en de cardioloog zijn kort.

Een mooie illustratie hiervan is binnenkort te zien op onze website ([www.dokternodig.nu](http://www.dokternodig.nu)). Er is een heuse filmploeg uit Australië over de vloer geweest bij de verschillende vestigingen van Medi-Mere. Zij hebben een film gemaakt die goed laat zien hoe we hier (samen) werken. Houd de website hiervoor in de gaten.

Ook dit jaar waren we weer te bewonderen bij de Almere Triatlon. Op 14 september namen onze artsen, praktijkondersteuners en assistenten de medische zorg van de deelnemers op zich”.



Homa Mangal, eerstelijns GZ-psycholoog

### Eerstelijns psychologische zorg

Een andere aanvulling op het aanbod in de Poortkliniek is de eerstelijns psychologische zorg. Deze wordt ingevuld door Homa Mangal, GZ-psycholoog en seksuoloog i.o. van Isis Psychologie & Gezondheid. Er is geen wachtlijst en je kunt je rechtstreeks aanmelden.

Homa Mangal: “Mijn werkervaring dateert vanaf 2006, toen ik tijdens mijn afstudeerstage werkzaam was bij een behandel- en expertisecentrum voor psychotrauma in Leiden. Na het afstuderen heb ik vrij snel de overstap gemaakt naar een tweedelijns ggz-instelling in Amsterdam en later in Almere. Hier heb ik me met name gericht op het behandelen van mensen met complexe psychotraumaklachten en interculturele problematiek.

Ik richt mij op psychologische diagnostiek en behandeling van volwassenen (individuele en relatiegesprekken). Ik zoek samen met de cliënt een oplossing die echt bij hem of haar past en die snel resultaat biedt. Ik werk voornamelijk vanuit een cognitief-gedragstherapeutisch referentiekader, waar o.a. EMDR en mindfulness onderdeel van uitmaken.

Mijn specialisme is interculturele psychiatrie en psychotrauma. Het bijzondere aan mijn werkwijze is dat de behandeling die ik bied rekening houdt met geloofsovertuiging en cultuur en die aansluit bij je persoonlijke levenssituatie. Daarnaast bied ik mijn behandelingen aan in het Nederlands, Dari, Farsi en Engels”.

redactie ■