

# Werken tot het eind? Interview met vergrijzingsexpert Dick Knook

Vreemd genoeg is het in het enorme academische ziekenhuis nog even zoeken naar een plekje voor een interview met Dick Knook, emeritus hoogleraar gerontologie. De ironie wil dat er op zijn voormalige werkplek even geen ruimte is voor deze gepensioneerde die pleit voor een actievere rol van ouderen in de maatschappij. Want naast medisch onderzoek publiceert Knook de laatste jaren ook over de maatschappelijke aspecten van vergrijzing, zodat hij nu als een van de weinigen in Nederland een integrale kijk op dit probleem heeft.

## Vanwaar uw fascinatie met veroudering?

Toen ik studeerde waren net de genen ontdekt, de bouwstenen van het leven. De hele medische wetenschap stond op zijn kop. Mijn begeleider wees op het mogelijke verband met veroudering. Als een van de eersten in Nederland schreef ik daar een scriptie over. Daardoor werd een artikel van mij gepubliceerd en gaf ik al lezingen terwijl ik nog nauwelijks afgestudeerd was. De fascinatie met dit moeilijke probleem is sindsdien niet meer weggegaan. Want hoewel we veel vorderingen gemaakt hebben, begrijpen we het verouderingsproces eigenlijk nog steeds niet. Wel zijn de meeste deskundigen het er over eens dat we veroudering ooit zullen uitbannen. Wanneer is nog de vraag, maar vrijwel zeker in deze eeuw.

## Hoe gaat U om met uw eigen veroudering?

Zolang ik gezond blijf heb ik er geen problemen mee. Nu is dat een relatief begrip, ik heb zelf ooit een studie gedaan naar de beleving van de gezondheid van ouderen. Driekwart van de mensen van de mensen boven vijftig jaar beoordeelt hun gezondheid als "goed" of "zeer goed". Maar na medisch onderzoek bleken echter ze vrijwel allemaal klachten en ziekten te hebben. Op oudere leeftijd krijgt het begrip "gezondheid" blijkbaar een andere lading. Je neemt de ongemakken wat meer voor lief en kijkt meer naar wat je allemaal nog wél kan. Verder vind ik het heel belangrijk dat de meeste mensen waarmee ik mijn leven deel er nog zijn. Uit mijn eigen praktijk weet ik dat dit bij ouderen vaak een oorzaak is voor negatieve gevoelens. Ik denk wel dat, doordat ik me veel met veroudering bezig houd, ik wat beter op de ouderdom voorbereid ben. Anders dan anderen heb ik mogelijk een wat grotere acceptatie van het verouderingsproces.

## Wat is het vergrijzingprobleem?

Iedereen weet dat mensen steeds langer leven. In de afgelopen dertig jaar is de levensverwachting in Nederland met zo'n vijf jaar gestegen en is voor de gemiddelde Nederlander ongeveer tachtig jaar. Die stijging lijkt niet zo groot, maar elk extra levensjaar betekent dat de premies met vijf procent moeten stijgen. Dit komt doordat ouderen gemiddeld twintig jaar genieten van ouderdomsvoorzieningen, elk jaar erbij is dus best een redelijke stijging. Ooit waren we trouwens koploper qua leeftijd, in de jaren vijftig waren Nederlanders het langstlevende volk ter wereld. Maar door zaken als slechte eetgewoontes hebben we die koppositie al lang verloren en zijn we van de rijke landen een middenmotor geworden. Japan houdt momenteel het record met een gemiddelde leeftijd van vijftig jaar.

Maar de hogere leeftijd is slechts één aspect. Vrijwel niemand weet dat de zogenoemde "baarmoederstaking" als oorzaak van de vergrijzing veel belangrijker is. Er worden te weinig kinderen geboren om de premies voor de ouderen op te brengen. Vrouwen krijgen op veel latere leeftijd kinderen en dan ook nog eens veel minder. Momenteel heeft een gezin

gemiddeld 1,7 kind terwijl minimaal 2,1 nodig is om de bevolking op peil te houden. De immigratie heeft de baarmoederstaking enigszins gecompenseerd, maar bij lange na niet voldoende. Opvallend is dat de kinderwens veel hoger ligt, namelijk op 2,7 kinderen. Dit laat zien dat er blijkbaar redenen zijn om geen kinderen te nemen. Een deel daarvan is financieel van aard: gestegen huizenprijzen, hoge kosten voor kinderopvang en opvoeding, beperkte vergoeding van kinderbijslag.

Als derde belangrijke factor zijn er de alsmaar stijgende kosten van de zorg. Hoewel er zeker meer ouderen zijn is dit geen grote factor in de stijging van de zorgkosten. Het is vooral de grotere vraag naar zorg en de steeds verder ontwikkelde medische technologie die er toe leidt dat de kosten elk jaar met zo'n vijf procent stijgen. Pillen en machines kunnen steeds meer, maar daar hangt een steeds hoger prijskaartje aan.

Deze combinatie van factoren is uniek in de geschiedenis, nog nooit vielen vergrijzing, ontgroening en een hogere vraag naar zorg samen. Er moet echt iets veranderen, willen we de betaalbaarheid van de zorg voor ouderen garanderen. De vergrijzing zal namelijk onverminderd doorgaan tot het hoogtepunt in 2037. Op de niet al te lange termijn zijn er al zo'n 700.000 verzorgers extra nodig, om maar eens wat te noemen.

### **Wat moet er gebeuren?**

Allereerst is het tijd voor een maatschappelijke discussie. Elk kabinet schuift het probleem weer voor zich uit, terwijl de vergrijzing al lang begonnen is. Struisvogelpolitiek werkt niet. Een "strijd der generaties" moet daarbij voorkomen worden. In Duitsland speelt hebben veel ouderen het idee dat ze zich moeten organiseren tegenover de jongeren, dat zie je vooral in het voormalige Oost-Duitsland waar de vergrijzing enorm is. De discussie moet ook eerlijk zijn, gebaseerd op een goede interpretatie van het probleem. Er wordt een hoop onzin en halve waarheden geschreven. De ene keer worden ware doemscenario's geschetst, de andere keer beweert men luchtigjes dat het allemaal zo'n vaart niet zal lopen. Zelfs vooraanstaande economen zijn het vaak oneens en geven tegenstrijdige adviezen. Mijn irritatie over deze misinformatie was een reden om *Het Methusalem Mysterie* te schrijven.

In de maatschappelijke discussie zal het negatieve imago van de ouderen moeten veranderen. Ouderen worden momenteel nog teveel als een last gezien, mensen die geld opmaken. Ook werkgevers hebben vaak liever jongere dan oudere werknemers. Maar ouderen spelen een belangrijke, actieve rol op heel veel plekken in de maatschappij en zijn van onschatbare waarde met bijvoorbeeld al het vrijwilligerswerk dat ze uitvoeren. Daarnaast blijken ouderen hele goede, betrouwbare werknemers. Ik ken een bedrijf dat dure auto's wegbrengt. Daar werken vrijwel alleen werknemers boven vijftenzestig jaar omdat die niet te hard rijden, voorzichtig zijn en verantwoordelijkheidsgevoel hebben. Werkgevers moeten echt anders gaan denken over de oudere werknemer.

### **Als U het voor het zeggen had, wat zou dan uw oplossing zijn?**

Ik zie veel heil in individualisering. Dat werknemers met hun baas overleggen hoe zij bijvoorbeeld vanaf hun zestigste de daaropvolgende jaren gaan invullen. De regels moeten hiervoor flexibel gemaakt worden, zodanig dat mensen een eigen, individueel traject kunnen kiezen. Het huidige systeem is veel te rigide.

### **Maar wat is nu een pakket aan maatregelen dat echt een oplossing zou zijn?**

Als ik nu echt iets moet zeggen dan zou ik kiezen voor doorwerken tot vijftenzestig jaar. Dit is absoluut noodzakelijk, maar nog niet genoeg. In de komende jaren zou ook de pensioenleeftijd in fases opgetrokken moeten worden tot zevenenzestig jaar, bijvoorbeeld elk jaar een maand langer. Maar zelfs dan zijn we er nog niet, want de alsmaar stijgende kosten voor de zorg blijven een probleem. Dit is een moeilijke discussie omdat het ethische aspect hier zo zwaar telt. Het is vrijwel onmogelijk om een leven in geld uit drukken, hoewel we dat natuurlijk toch indirect doen. Wat is een jaar langer leven waard? Dan spreek je voor veel

mensen toch over grote bedragen. Momenteel bestaan er voor bepaalde operaties in de medische praktijk wel leeftijdsgrenzen. Boven een zekere leeftijd wordt gesteld dat bepaalde operaties niet meer zinvol zijn. Maar je hebt ook arbeidsintensieve ziektes als dementie. Eén op de vier mensen zal er mee te maken krijgen en dat getal neemt in de toekomst toe. Wil je dan deze mensen in een ruimte met een videocamera zetten of ze persoonlijke, en dus dure, begeleiding geven?

### **Tot wanneer kunnen mensen werken? Al die mensen in zware beroepen, zoals in de bouw, die zijn toch gewoon versleten rond hun zestigste?**

Dit is een verkeerd beeld, de groep mensen die zwaar lichamelijk werk doet wordt in Nederland steeds kleiner en is nu al te klein om grote invloed te hebben op de discussie rondom vergrijzing. Daarnaast is ook daar het werk onder invloed van steeds strengere ARBO-wetten sterk verlicht. De overgrote meerderheid van de mensen kan dus nog prima werken tussen hun zestigste en zeventigste levensjaar. Wel een belangrijke factor in het ziekteverzuim is of mensen erg lang hetzelfde werk doen. Hoe langer iemand hetzelfde werk doet, hoe meer kans dat iemand zich vaker ziek meldt. Het is dus normaal gesproken zaak om regelmatig van werk te verwisselen.

### **Ondanks alle bovenstaande argumenten zullen toch veel mensen, waaronder politici, iets houden van: we zijn zó rijk, we kunnen dat toch wel op een of andere manier opbrengen, dan bijvoorbeeld maar iets minder luxe met z'n allen...**

Onder deze hele problematiek speelt ook nog iets anders waar ikzelf behoorlijk bezorgd over ben. De ouderenzorg is ook een kwestie van solidariteit. Zij die geld hebben, kopen zorg en medische technologie in, zij die het niet hebben zitten hulpbehoevend thuis en sterven eerder. Ik maak me zorgen over een tweedeling in de maatschappij. We moeten zorgen dat de overheid de zorg voor de ouderen voor zijn rekening kan blijven nemen. We blijven dus niet alleen wat langer werken voor onszelf als we ouder zijn, maar ook voor een prettige samenleving.

### ***De oudedagsvoorziening door de eeuwen heen***

*In tegenstelling tot wat veel mensen denken waren er vroeger grote groepen ouderen. Door grote kindersterfte lag de gemiddelde leeftijd weliswaar laag, maar als men eenmaal door deze moeilijke periode heen was kon men een hoge leeftijd bereiken. In de dertiende eeuw was een kruisridder in Jerusaleem vanaf zestig jaar ontslagen van zijn plichten. Door de eeuwen en over allerlei landen heen schommelt de pensioensgerechte leeftijd (uiteraard alleen voor de hogere beroepen, de armen moesten zich maar redden)) tussen de zestig en zeventig jaar. Het verhaal dat in Duitsland kanselier Bismarck als eerste een staatspensioen invoerde klopt niet. Zo kende Nederland bijvoorbeeld al lang hiervoor in 1836 een leeftijdsgrens van vijftenzestig jaar.*

### ***Hoe oud wordt je als je onsterfelijk bent?***

*Columnist Robbert Dijkgraaf heeft onlangs becijfert hoe oud je wordt als je onsterfelijk bent. Dat klinkt raar, maar betekent het volgende: stel dat de medische wetenschap alle ziektes en ouderdom effectief kan bestrijden. Dan ben je niet onkwetsbaar, je kunt immers onder de tram lopen, slachtoffer worden van moord of zinloos geweld. Nederland is een erg veilige samenleving, dus is deze kans ongeveer 1 op 3000. De gemiddelde Nederlander zou dan 3000 jaar worden. Heeft U er zin in?*

### **Verder lezen**

Dick Knook, Het Methusalem Mysterie, Uitgeverij Prometheus (2008)

Pat Thane, A History of Old Age, Uitgeverij Thames & Hudson Ltd. (2005)