

# VITAAAL



Vlozo magazine

Dec. 2024 | 1 Nr. 3

## Positiepapier

Investeren in defensie  
voor 65-plussers

## Interview

Prof. dr. Pierre  
Van Damme

**vlozo**  
vlaams onafhankelijk zorgnetwerk



# studio bomma

## Dé **podcast** over wonen en leven in het woonzorgcentrum

Levenskwaliteit is de sleutel tot geluk en gezondheid bij ouderen. Studio Bomma maakt belangrijke thema's in de ouderenzorg bespreekbaar en inspireert iedereen die betrokken is bij het welzijn van ouderen.

### **Wat maakt Studio Bomma uniek?**

- Experts én bewoners delen inzichten en ervaringen.
- Thema's zoals goede zorg, samenwerking met families, zelfbeschikking en seksualiteit worden open en eerlijk besproken.
- Praktische tips voor een mensgerichte en warme ouderenzorg.

### **Lancering op 6 december**

De eerste afleveringen met gasten zoals Yvonne Denier, Annemie Vanden Bussche en Katelijne Baetens zijn een bron van inspiratie en kennis. Gepresenteerd door Maite Mallentjer, psycholoog en auteur met 25 jaar ervaring in ouderenzorg. Beschikbaar vanaf 6 december op Spotify en Apple Podcast of via [www.studiobomma.be](http://www.studiobomma.be).



### **Winactie: Maak van Zorg een Feest!**

Zet zorgmedewerkers en bewoners in het zonnetje en maak kans op prachtige prijzen!

### **Hoe doe je mee?**

- 1 Luister naar een aflevering van Studio Bomma.
- 2 Pas de tips van onze experts toe in jouw woonzorgcentrum.
- 3 Deel je resultaat met een foto of kort verhaal via [maite.mallentjer@sproud.be](mailto:maite.mallentjer@sproud.be).

### **Elke aflevering heeft een unieke prijs!**

Bij aflevering 1 win je bijvoorbeeld overheerlijke Limburgse vlaai voor het hele woonzorgcentrum, geïnspireerd door het verhaal van Yvonne Denier. Doe mee en maak van zorg een feest!

**Studio Bomma: meer dan een podcast – een stap richting betere zorg. Met steun van Sodexo.**

## Voorwoord

# Investeren in defensie voor 65-plussers loont

Nee, ik heb het hier niet over een militair leger voor 65-plussers in Vlaanderen. Wel over het natuurlijke afweersysteem waar we allemaal over beschikken: onze immuniteit.

Zoals zoveel dingen in het leven beschouwen we immuniteit vaak als vanzelfsprekend. Tot ze begint af te nemen. Dan worden we sneller ziek en als we ziek worden, hebben we het zwaarder zitten. Het afweersysteem waar we ons zo lang geen vragen bij stelden, blijkt van onschatbare waarde te zijn. En dat terwijl het ons langzaam door de vingers glipt.

Toch?

Hoe ouder we worden, hoe meer moeite ons afweersysteem het heeft om virussen en bacteriën buiten te houden. Aan die wetmatigheid valt niet te ontkomen. Maar daarmee is de kous niet af. We kunnen ons immuunsysteem op verschillende manier verstevigen zodat het ook als we ouder worden kordaat kan optreden tegen indringers.

Een gezonde levensstijl aanhouden is en blijft één van de beste investeringen in een fit immuunsysteem en een gezonde oude dag. Dat is een

verantwoordelijkheid van elk van ons als individu, maar ook beleidsmakers spelen een belangrijke rol. Via gerichte maatregelen kunnen zij de gezonde keuze de eenvoudigste helpen maken – preventie en gezondheids promotie krijgen terecht steeds meer aandacht in allerhande beleidsplannen en -strategieën.

Een tweede cruciale investering in immuniteit is een gedegen vaccinatiebeleid. Vaccinaties zorgen voor de immuniteit die ons lichaam niet vanzelf opbouwt. Bijvoorbeeld omdat er een nieuwe indringer opduikt – denk maar aan COVID-19 – of ... omdat onze natuurlijke immuniteit afneemt doordat we verouderen.

Het goede nieuws is dat er steeds meer kwaliteitsvolle, veilige vaccins voorhanden zijn die oudere volwassenen helpen beschermen: tegen griep, COVID-19, pneumokokken, RSV, gordelroos, kinkhoest, noem maar op. Maar dat potentieel benutten we vandaag nog niet ten volle in Vlaanderen.

Voor kinderen en jongeren hebben we een vaccinatieschema dat hen basisbescherming biedt. Daarmee doen we zeer effectief aan preventie. Voor

volwassenen ontbreekt zo'n schema evenwel, ondanks de aanwezigheid van wetenschappelijke aanbevelingen.

Aan de vooravond van het winterseizoen doen we daarom een dringende oproep aan beleidsmakers: investeer nu in extra bescherming voor volwassenen, met bijzondere aandacht voor onze ouderen. Met een structureel vaccinatiebeleid bieden we deze meest kwetsbare burgers het hele jaar door bescherming én ondersteunen we de vele zorgprofessionals die zich elke dag inzetten om hen veilig en gezond te houden.



Johan Staes  
Gedelegeerd bestuurder Vlozo

## Inhoud

### Positiepaper

Investeren in defensie voor 65-plussers **Pag. 4**

### Interview

Prof. dr. Pierre Van Damme  
**Pag. 8**

## Colofon

Vitaal is het magazine van Vlozo vzw en verschijnt tweemaal per jaar.

**Redactie:** Emilie Willems

**Vormgeving:** [www.dotplus.be](http://www.dotplus.be)

**Fotografie:** Kevin Cloetens, Saskia Vanderstichele en ingezonden foto's van onze leden

**VU:** Johan Staes, Koningsstraat 55, bus 6, 1000 Brussel



Positiepaper

**Immunititeit,  
onzichtbare pijler  
voor gezonde  
oude dag**



# Investeren in defensie voor 65-plussers

## Inleiding

Veroudering gaat gepaard met verschillende veranderingen in het lichaam. Eén daarvan is niet waarneembaar met het blote oog maar des te belangrijker: de achteruitgang van ons immuun- of afweersysteem. Hoe ouder we worden, hoe meer moeite onze afweer het heeft om indringers zoals virussen en bacteriën buiten te houden. Daardoor worden we vatbaarder voor ziektes en infecties.

Het goede nieuws is dat we de achteruitgang van ons immuunsysteem kunnen afremmen door een gezonde levensstijl en vaccinaties. In deze paper gaan we daar dieper op in, met een bijzondere focus op het belang van vaccinaties voor onze immuniteit. We formuleren ook twee concrete aanbevelingen rond vaccinaties voor ouderen.

## Afnemende immuniteit: een natuurlijk proces

Immuniteit is het vermogen van ons lichaam om zich te verdedigen tegen ziekteverwekkende micro-organismen, zoals virussen of bacteriën. De verdediging gebeurt door antistoffen in ons bloed of onze weefsels, die ons lichaam zelf aanmaakt na contact met een ziekteverwerker of die we toegediend krijgen via vaccinatie.

Naarmate we ouder worden, vermindert onze immuniteit. Dat komt onder meer door de afnemende functie van de thymus, een orgaan achter het borstbeen dat een belangrijke rol speelt bij de ontwikkeling van nieuwe antistoffen. Daarnaast worden de bestaande immuuncellen in ons lichaam minder effectief als we ouder worden en reageren ze trager op ziekteverwekkers.

Die afnemende immuniteit vertaalt zich op oudere leeftijd vaak in aanhoudende lichte ontstekingen of laaggradige inflammatie, ook wel **inflammaging** genoemd, een samentrekking van *inflammation*

en *aging*. Door de lagere intensiteit van de ontsteking ontbreken de klassieke "acute" symptomen van een ontsteking, maar de continue staat van lichte inflammatie zorgt wel degelijk voor schade en kan op termijn niet-overdraagbare aandoeningen veroorzaken zoals kanker, hart- en vaatziekten en diabetes.

Er kunnen zich bovendien meerdere chronische aandoeningen tegelijkertijd ontwikkelen (**comorbiditeit**), wat voor complicaties zorgt, behandelingen bemoeilijkt en het lichaam vatbaarder maakt voor andere ziektes. Naar schatting 60% van alle 65-plussers in België lijdt vandaag aan meer dan één chronische aandoening<sup>1</sup>.

De neerwaartse spiraal die kan ontstaan als gevolg van verminderende immuniteit heeft een enorme impact op de mensen in kwestie, op zorgverleners en -organisaties en op de overheidsuitgaven voor zorg.





## Hoe remmen we de achteruitgang van onze immuniteit af?

Wie gezond ouder wil worden, heeft er alle baat bij om de leeftijdsgebonden afname van immuniteit zoveel mogelijk tegen te gaan.

### Levensstijl

Een belangrijk instrument hebben we zelf in handen: onze levensstijl. Een gezonde levensstijl is bevorderlijk voor ons immuunsysteem en een van de beste investeringen in een gezonde oude dag.

Levensstijl bestaat uit verschillende facetten, onder andere: een **gevarieerd dieet** rijk aan groenten, fruit, volle granen en gezonde vetten; voldoende **lichaamsbeweging** zoals wandelen, zwemmen of lichte fitnessoefeningen; en **sociale interactie** zoals het onderhouden van relaties met familie en vrienden en deelnemen aan gemeenschapsactiviteiten. Ook het **vermijden van schadelijk gedrag** zoals roken en alcohol drinken maakt deel uit van een gezonde levensstijl. Het bevordert de immuniteit niet zo zeer, maar voorkomt de aantasting ervan.

Met het initiatief *Decade of Healthy Ageing 2021-2030*<sup>2</sup> benadrukt de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) het belang van elk van bovenstaande facetten om gezond ouder te worden. Ook de nieuwe Vlaamse regering<sup>3</sup> wil nog meer inzetten op preventie en een gezonde levensstijl als hefboom om waardig ouder te worden.

### Vaccinaties

Vaccinaties vormen een tweede belangrijke ondersteuning van **immuunfitheid**<sup>4</sup>, de veerkracht van ons immuunsysteem om doeltreffend te reageren op externe bedreigingen zoals infecties en nadien terug te keren naar een staat van balans of homeostase.

Vaccinaties zorgen voor immuniteit die ons lichaam niet uit zichzelf opbouwt.



## Vaccinaties bij ouderen

Hoe ouder we worden, hoe belangrijker regelmatige vaccinaties worden om onze immuniteit op peil te houden. Ze trainen ons afnemende immuunsysteem en helpen het zo fit en veerkrachtig te houden, zodat het lichaam ziektes doelmatig kan blijven bestrijden.

### Types

Vaccinaties kunnen mensen beschermen tegen allerlei infecties en de gevolgen daarvan: luchtweginfecties, hersenvliesontsteking, bloedvergiftiging, langdurige zenuwpijn, et cetera.

Wie precies baat heeft bij welke vaccins hangt onder meer af van de exacte leeftijd en de gezondheidssituatie van de persoon in kwestie, maar verschillende vaccinaties zijn breed aanbevolen voor oudere volwassenen. Het gaat onder meer om vaccinaties tegen griep, COVID-19, pneumokokken, RSV, gordelroos en kinkhoest.

### Voordelen

**Individu:** met de leeftijd verhoogt niet alleen het risico om infecties op te lopen, de gevolgen van een infectie zijn vaak ook ernstiger. Verschillende statistieken tonen die dubbele kwetsbaarheid aan. Zo loopt iemand van 65 jaar of ouder 140 tot 340 keer meer risico om aan COVID-19 te overlijden dan iemand van 18 tot 29 jaar<sup>5</sup>. 90% van alle sterfgevallen door complicaties bij griep treedt op bij 65-plussers<sup>6</sup>. En 11% van 65-plussers die met een luchtweginfectie door RSV in het ziekenhuis belanden, overlijdt<sup>7</sup>.

Vaccinaties zijn met andere woorden een waardevol instrument om de gezondheid en levenskwaliteit van oudere mensen te beschermen.

**Zorgsector:** een verminderde immuniteit bij 65-plussers zorgt dat mensen vaker ziek worden, bovendien dikwijls met ernstigere gevol-

gen dan jongere mensen. Dat verhoogt de nood aan professionele zorg en omkadering, waardoor de druk op zorgverleners en -organisaties toeneemt. Brede vaccinatie wordt dan ook beschouwd als een effectieve maatregel om de druk op zorgverleners en het zorgsysteem te verminderen<sup>8</sup>.

**Maatschappij:** een maatschappij heeft meer zorguitgaven voor oudere dan voor jongere burgers, doordat ouder worden onvermijdelijk gepaard gaat met vaker en ernstiger ziek worden. Aangezien de bevolking in Vlaanderen de komende jaren nog sterk zal vergrijzen<sup>9</sup>, zullen de zorguitgaven voor de komende jaren gevoelig stijgen. Investeren in brede vaccinaties bij ouderen is een erg doeltreffend middel om die groei in zorguitgaven af te remmen. Dat blijkt duidelijk uit onderzoek<sup>10,11</sup>.



# Vlozo's voorstellen

## 1. Voer een jaarlijks geüpdatete immunisatiekalender voor volwassenen in

Met Vlozo pleiten we voor de invoering van een jaarlijks geüpdatete **immunisatiekalender** voor volwassenen in Vlaanderen, gekoppeld aan een volwaardig en gefinancierd **vaccinatieprogramma**.

Zo'n aanpak heeft verschillende voordelen:

- We bieden oudere volwassenen extra bescherming en verbeteren zo hun levenskwaliteit.
- We remmen de toenemende druk op zorgverleners en de wachtlijsten voor woonzorgvoorzieningen af door de zorgnood bij oudere volwassenen te verminderen.
- We remmen de toenemende zorguitgaven af, dankzij een return die voor volwassenen kan oplopen tot 19 keer de initiële kost van een vaccinatie.<sup>11</sup>

Verschillende Europese landen hanteren al zo'n vaccinatieschema en -programma, bijvoorbeeld Duitsland en Spanje. Ze updaten het schema bovendien jaarlijks op basis van de meest recente wetenschappelijke inzichten.

In ons land formuleert de Hoge Gezondheidsraad aanbevelingen over vaccinaties. Die zijn ook gebundeld in een basisvaccinatieschema, maar het meest recente schema

dateert van 2021.<sup>12</sup> Sindsdien zijn er verschillende nieuwe aanbevelingen geformuleerd die nog niet zijn opgenomen in het basisvaccinatieschema, bijvoorbeeld over pneumokokken, gordelroos, RSV en COVID-19.<sup>13</sup>

## 2. Vaccineer bewoners van woonzorgvoorzieningen maximaal

Met Vlozo pleiten we om bewoners van alle mogelijke **woonzorgvoorzieningen maximaal te vaccineren** volgens de aanbevelingen van de Hoge Gezondheidsraad. Denk aan bewoners van woonzorgcentra, centra voor herstelverblijf, centra voor kortverblijf, centra voor dagverzorging en dagopvang en assistentiewoningen.

Zo'n aanpak heeft verschillende voordelen:

- We beschermen één van de kwetsbaarste groepen in onze maatschappij.
- We verminderen de druk op medewerkers van woonzorgvoorzieningen door vermijdbare infecties (individueel en op groepsniveau) te voorkomen.
- We verminderen het risico op ziekte-uitbraken (zoals bij de coronapandemie) en dragen zo indirect bij aan de strijd tegen antimicrobiële resistentie.

# Eindnoten

1 [www.sciensano.be/nl/gezondheidsonderwerpen/multimorbiditeit#hoe-vaak-komt-multimorbiditeit-voor](http://www.sciensano.be/nl/gezondheidsonderwerpen/multimorbiditeit#hoe-vaak-komt-multimorbiditeit-voor)

2 [www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing](http://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing)

3 [www.publicaties.vlaanderen.be/view-file/69476](http://www.publicaties.vlaanderen.be/view-file/69476)

4 [www.pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34315886/](http://www.pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34315886/)

5 [www.laatjevaccineren.be/sites/default/files/2024-02/20230927\\_hgr-9766\\_covid-19\\_vaccinatie\\_2023-2024\\_vweb\\_0.pdf19\\_vaccinatie\\_2023-2024\\_vweb\\_0.pdf](http://www.laatjevaccineren.be/sites/default/files/2024-02/20230927_hgr-9766_covid-19_vaccinatie_2023-2024_vweb_0.pdf19_vaccinatie_2023-2024_vweb_0.pdf)

6 [www.sciensano.be/nl/gezondheidsonderwerpen/influenza/cijfers](http://www.sciensano.be/nl/gezondheidsonderwerpen/influenza/cijfers)

7 [www.health.belgium.be/sites/default/files/uploads/fields/fpshealth\\_theme\\_file/20230918\\_hgr-9725\\_rsv\\_vaccinatie\\_volwassenen\\_vweb.pdf](http://www.health.belgium.be/sites/default/files/uploads/fields/fpshealth_theme_file/20230918_hgr-9725_rsv_vaccinatie_volwassenen_vweb.pdf)

8 [www.pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5972173/](http://www.pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5972173/)

9 [www.vlaanderen.be/statistiek-vlaanderen/bevolking/bevolkingsvooruitzichten-67-plussers](http://www.vlaanderen.be/statistiek-vlaanderen/bevolking/bevolkingsvooruitzichten-67-plussers)

10 [www.publichealth.jhu.edu/sites/default/files/2024-02/final-draft-vaccine-roi-policy-brieffeb-2021ax.pdf](http://www.publichealth.jhu.edu/sites/default/files/2024-02/final-draft-vaccine-roi-policy-brieffeb-2021ax.pdf)

11 [www.ohe.org/publications/the-socio-economic-value-of-adult-immunisation-programmes/](http://www.ohe.org/publications/the-socio-economic-value-of-adult-immunisation-programmes/)

12 [www.hgr-css.be/nl/advies/9606/basisvaccinatieschema](http://www.hgr-css.be/nl/advies/9606/basisvaccinatieschema)

13 [www.hgr-css.be/adviezen](http://www.hgr-css.be/adviezen)

# Interview Prof. dr. Pierre Van Damme

**Naam:** Pierre Van Damme

**Geboren:** Gent in 1959

**Woonplaats:** Antwerpen

**Studies:** Opgeleid tot huisarts (1984), specialiseerde zich verder in vaccinologie/epidemiologie en arbeidsgeneeskunde

**Professioneel:** Oprichter en directeur van het Centrum voor de Evaluatie van Vaccinaties (Vaccinopolis) van de Universiteit Antwerpen

Professor emeritus aan de UAntwerpen

Adviseur voor tal van nationale en internationale overheden en organisaties, waaronder de Wereldgezondheidsorganisatie

# “We moeten blijven informeren en motiveren, en zorgen voor betaalbare en bereikbare vaccins”

**65-plusser en gezond? Fantastisch, zegt prof. dr. Pierre Van Damme. “En om dat zo te houden, speelt naast beweging en gezonde voeding ook vaccinatie een belangrijke rol.”**

## Professor, hoe zit het met de vaccinatie bij ouderen?

“Vorig jaar heeft de helft van de Belgische 65-plussers een covid-19-vaccin gehad. Dat is minder dan tijdens de pandemie. Vaccinatiegraad? Zou kunnen. Ook de griepvaccinatiegraad ligt iets lager dan tijdens corona, al hoeft dat nog geen trend te zijn. Sommigen denken blijkbaar dat de gevaren van een infectieziekte nu volledig achter de rug zijn. Uit een onderzoek van de Europese Commissie blijkt dat mensen jonger dan 45 vaccins vaker wantrouwen. Wellicht omdat iets oudere mensen minder fake news zien. En ze zich nog een tijd met minder vaccins herinneren, waarin mazelen en kinkhoest veel vaker voorkwamen. Infectieziekten zijn minder ver van hun bed. Bovendien hebben ze door dat ze tot een risicogroep kunnen behoren.”

## Wat zijn de belangrijkste vaccins voor 65-plussers – een groep waar u sinds dit jaar ook zelf bij hoort?

“Je hebt de herhalingsvaccins zoals tegen klem, difterie en kinkhoest. Verder zijn er reisvaccins voor bepaalde landen. En tot slot de vaccins tegen infecties die vanaf 60, 65 jaar meer risico’s inhouden: griep, covid-19, pneumokokken. Er bestaat ook een vaccin tegen gordelroos, want de kans om zona op te lopen stijgt duidelijk met de leeftijd. En recent kwam ook het RSV-vaccin op de markt. RSV volgt een U-vormige curve: de luchtweginfectie doet zowel heel jonge kinderen als oudere mensen in het ziekenhuis belanden.”

## Waarom is vaccinatie eigenlijk nodig?

“Vaccins houden je gezond maar, misschien nog belangrijker, ze houden je uit het ziekenhuis. Als je de besmetting toch oploopt – dat kan – verloopt die doorgaans veel milder dan wanneer je niet ingeënt bent. Het verschil tussen thuis uitzielen en in het ziekenhuis terechtkomen, waar je risico loopt op bijkomende infecties, is groot. Ook dan heeft het vaccin gewerkt. Dat moeten we blijven benadrukken, zeker bij oudere mensen, die door onderliggende aandoeningen en een verminderde immuniteit sowieso al kwetsbaarder zijn.”

**Stel: ik ben een kerngezonde 65-plusser, neem geen medicatie, beweeg geregeld en ben sociaal actief. Heb ik dan wel een vaccin nodig?**

“Fantastisch dat je gezond bent, goed bezig! En wil je dat blijven, laat je dan vaccineren. Want je gezondheid vandaag is geen garantie dat een infectieziekte je morgen niet in het ziekenhuis doet terechtkomen. Wie gezond is, reageert ook beter op vaccins, omdat je vaak meer antistoffen aanmaakt.”

## Hoe kunnen we de vaccinatiegraad bij ouderen opkrikken?

“Tijdens voordrachten vertel ik dat zuigelingen en schoolgaande kinderen bij ons veel beter gevaccineerd zijn dan in andere landen, omdat wij Kind & Gezin en de schoolgezondheidszorg hebben. We hebben ook zoiets nodig voor ouderen, een ‘well adult clinic’, heel laagdrempelig. Waarom niet elke winter een sms sturen: ‘t is het moment voor je vaccinatie. Van mijn dierenarts krijg ik een brief als onze hond of kat een vaccin moet krijgen, dat moet toch ook mogelijk zijn voor de kwetsbaren in onze maatschappij?’

“Daarbij is het belangrijk om mensen correct en eerlijk te informeren.

## “Van mijn dierenarts krijg ik een brief als onze hond of kat een vaccin moet krijgen, dat moet toch ook mogelijk zijn voor de kwetsbaren in onze maatschappij?”

Niet beweren dat vaccins 100% perfect werken, want dat doen ze niet. Vertel wel waarom ze wel degelijk de moeite zijn – om uit het ziekenhuis te blijven. En leg uit wat de infectieziekte precies kan aanrichten waartegen je je met vaccinatie beschermt.”

### Vaccins zijn wel niet goedkoop en worden vaak niet terugbetaald.

“Recente vaccins voor 65-plussers kosten 160 tot 200 euro per stuk. Da's lang niet voor iedereen evident. In Italië zijn alle aanbevolen vaccins voor 65-plussers gratis. Daarmee geef je als overheid het signaal: we vinden dat zo belangrijk dat je het gratis krijgt. En dat heeft onmiddellijk effect op de vaccinatiegraad. Bij ons stellen huisartsen een vaccin soms niet voor, omdat ze weten dat hun patiënt het zich niet kan permitteren. Dan krijg je geneeskunde in 2 snelheden. Terwijl we allemaal willen dat ouderen zo lang mogelijk onafhankelijk blijven. Voor mij is vaccinatie, samen met voldoende beweging en gezond eten, een van de pijlers van 'healthy longevity', wat ik een betere term vind dan 'healthy aging'. De nadruk ligt dan niet op ouder worden, maar op langer gezond leven.”

### Een pijnpunt is dat niet alle zorgverleners zelf overtuigd lijken van het nut van vaccinatie.

“De huisarts, de apotheker, de verpleegkundige in het ziekenhuis of de zorgkundige in het woonzorgcentrum: ze hebben allemaal een grote verantwoordelijkheid, want patiënten en bewoners luisteren naar hun advies. Dat de vaccinatiegraad bij gezondheidswerkers schommelt komt voor een deel, vermoed ik, omdat de opleidingen preventie stiefmoederlijk behandelen. Zowel geneeskunde, farmacie, verpleegkunde als vroedkunde. Ik heb het zelf ondervonden en aan veel universiteiten is sindsdien nog maar weinig veranderd. Generaties artsen studeren af met heel weinig kennis over vaccinatie. We moeten veel meer investeren in die basis-kennis, in een curriculum van één of twee weken rond preventie en vaccinologie. In Antwerpen hebben we wel zo'n week en merken we dat studenten zelf de vraag stellen: waar blijft m'n griepvaccin? Die gaan hun patiënten later correct informeren en zullen zich op latere leeftijd ook zelf laten inenten, omdat ze weten waarom.”

### Hoe moet een gezondheidsprofessional reageren op 'vaccintwijfelaars'?

“Door eerst en vooral goed te luisteren. Alleen zijn wij anders opgeleid hé: een patiënt komt met een klacht, wij doen een onderzoek en schrijven een behandeling voor. In de preventie ligt dat anders, omdat je iemand die meestal relatief gezond is iets gaat aanbieden, zonder direct tastbaar effect.”

“Op tal van vlakken zijn de mensen kritischer geworden. Als je een auto koopt, doe je meer onderzoek dan vroeger. Met vaccinatie is het net zo. Ik vind dat geen slechte zaak. 40 jaar geleden kregen mensen haast automatisch vaccins. Nu wil men informatie voor men die stap zet. Wel: dan weten ze ook waarom. Wij moeten leren luisteren waarom iemand zich wel of niet wil laten vaccineren, duidelijk communiceren wat de voordelen en de eventuele neveneffecten zijn, en wijzen op de risico's van de ziekte zelf.”

“Daar kunnen ook apothekers een belangrijke aanvullende rol in spelen. Huisartsen hebben het enorm druk – ik ben er zelf met één getrouwd. De drempel om langs te lopen bij de apotheek ligt lager. Als je daar moet zijn voor iets anders, kun je meteen ook een vraag stellen over een vaccin.”

### Is er bij onze beleidsmakers voldoende aandacht voor vaccinatie?

“In de coronacrisis heeft de groot-schalige vaccinatie in ons land zeer goed gewerkt. Nu moeten we vermijden dat we in een situatie komen van ‘panic & neglect’. De focus is verschoven naar andere uitdagingen: besparingen, defensie, enzovoort. Dat mag niet ten koste gaan van investeringen in preventie. Die biedt een enorme return on investment, maar die merk je pas op de langere termijn, en dus is dat niet makkelijk te verkopen aan politici die misschien vijf jaar aan de macht zijn. Corona heeft ons de meerwaarde van preventie wel heel duidelijk gemaakt: hoe sneller je een pandemie kunt aanpakken en hoe beter je paraat bent, hoe kleiner het menselijk leed en de economische gevolgen.”

“In een ideale wereld gaat het preventiebudget gevoelig omhoog, zodat je een pakket vaccins gratis kunt aanbieden aan 65-plussers, zoals in Italië en straks wellicht ook in Spanje. Inhaalvaccins tegen klem, kroep en kinkhoest worden in Vlaanderen al gratis aangeboden. Op reis gaan is je eigen keuze, reisvaccins hoeven voor mij niet terugbetaald te worden. Maar griep,



In een ideale wereld gaat het preventie-budget gevoelig omhoog, zodat je een pakket vaccins gratis kunt aanbieden aan 65-plussers, zoals in Italië en straks wellicht ook in Spanje.

pneumokokken, RSV en zona loop je in eigen land op, dat risico zou de gemeenschap moeten afdekken. Of we vaccinatie bij bepaalde groepen moeten verplichten? Dat zou de weerstand bij die mensen alleen zou vergroten. Ik geloof veel meer in informeren en motiveren, en zorgen dat vaccins bereikbaar en betaalbaar zijn.”

#### Naar welke evoluties in de vaccinologie kijkt u uit?

“Ik verwacht veel van vaccins die verspreiding tegengaan. Met de huidige vaccins ben je zelf beschermd, maar kun je pakweg kinkhoest of covid nog steeds doorgeven. Samen met Oxford University onderzoeken we nu vaccins die werken op de neus- en keelslijmvliezen, waardoor je de ziektekiemen zelf niet gaat verspreiden, en dus je omgeving beschermt. Op die manier bereiken we bij een uitbraak heel snel groepsimmunitet en zijn kwetsbare groepen indirect beschermd. Dat is de nabije toekomst van vaccinatie.”





# Hoe digitaal is jouw woonzorgcentrum?

**Maak je organisatie toekomstbestendig met de Voka Digitale Quickscan**

Digitalisering biedt woonzorgcentra enorme kansen: minder administratie, efficiëntere processen en meer tijd voor persoonlijke zorg. De vraag is: "Waar begin je?"

Met de Voka Digitale Quickscan ontdek je snel waar jouw organisatie staat op het gebied van digitalisering. Je ontvangt een gratis rapport met praktische aanbevelingen om verder te groeien én een vergelijking met andere centra in de sector.

## Waarom digitaliseren?

- > Meer tijd voor bewoners, minder administratie.
- > Beter zorgkwaliteit door focus op individuele behoeften.
- > Tevreden medewerkers dankzij minder repetitief werk.
- > Een toekomstbestendige organisatie, klaar voor nieuwe uitdagingen.

**De scan is gratis, eenvoudig en snel.**

Ontdek jouw digitale startpunt via [voka.be/digitale-quickscan](https://voka.be/digitale-quickscan).



**Zet vandaag nog de eerste stap naar een slimme toekomst!**



# Vlozo Masterclass

Na een succesvolle eerste reeks zetten Vlozo en Thomas More hun samenwerking verder en bieden zij opnieuw masterclasses aan voor directeurs en zorgprofessionals in de ouderenzorg.

De masterclasses brengen inzichten en vaardigheden bij om de zorgkwaliteit van uw zorgorganisatie te optimaliseren en klaar te zijn voor de uitdagingen van morgen. Ook in 2025 organiseren Vlozo en Thomas More een nieuwe reeks opleidingen en masterclasses. Wil je meer weten over de financiering van ouderenzorg in Vlaanderen, kwaliteitsvol werken en je leiderschap cultiveren, neem dan zeker een kijkje naar ons aanbod.



## Benieuwd naar meer?

Scan de QR-code of surf naar [vlozo.be](http://vlozo.be) en ontdek snel hoe de masterclasses van Vlozo en Thomas More uw zorgonderneming klaar maken voor de toekomst.



In samenwerking met

**THOMAS  
MORE**



**vlozo**  
vlaams onafhankelijk zorgnetwerk

Vlozo vzw  
Koningsstraat 55, bus 6, 1000 Brussel  
[www.vlozo.be](http://www.vlozo.be)

 @vlozovzw  @VzwVlozo  
 @vlozo vzw - Vlaams Onafhankelijk Zorgnetwerk