

Kop in het zand

Door: Anthoinette Jothmann



De laatste tijd hoor je steeds meer over het gevaar van koppen bij het voetballen. De aandacht hiervoor begon bij de aankondiging dat oud-Feyenoordspeler Peter Houtman stopt met zijn werkzaamheden als stadionspeaker vanwege de diagnose Alzheimer. Uit verschillende onderzoeken in Schotland en Frankrijk blijkt een mogelijke link tussen veelvuldig koppen en hersenschade.

De grote vraag is:

- Moet er een kopverbod worden ingesteld, en is dat haalbaar binnen het spel?
- Hoeveel risico loop je als amateurvoetballer?
- Hoeveel balcontact met je hoofd is gevaarlijk?
- Vanaf welke balsnelheid wordt het schadelijk?

Genoeg vraagtekens dus! Een interessante kwestie voor de KNVB, FIFA en UEFA: moeten de regels worden aangepast? Onderzoek is noodzakelijk, en de KNVB werkt hierin samen met het Amsterdam UMC. Ik ben benieuwd hoe dit balletje gaat rollen.

Van voetbal naar myopie

Nu vraag je je misschien af: wat heeft dit met ons vak te maken? Ik zie een duidelijke overeenkomst met myopie.

Ook hier zijn er veel belangrijke vragen:

- Moet er een verbod op schermgebruik komen, en is dat in deze tijd realistisch?
- Hoeveel risico loop je als je voldoende andere activiteiten onderneemt?
- Wat is de maximale aanbevolen schermtijd per dag?
- Vanaf welke kijkafstand wordt schermgebruik schadelijk?

Een verbod op schermgebruik is niet realistisch, maar waar ligt de grens voordat het impact heeft op de ooggezondheid? Net als bij koppen in het voetbal komt de schade pas aan het licht als het te laat is om in te

grijpen. Toch blijft het lastig om nu al actie te ondernemen zolang er nog niets mis lijkt te zijn.

Tijd voor actie

Is er nog meer onderzoek nodig om de politiek te overtuigen? Moet er meer aandacht en geld worden vrijgemaakt? Er zijn al stappen gezet richting de Tweede Kamer, maar we hebben nog een lange weg te gaan. En eerlijk gezegd, we zitten al in de blessuretijd.

Gelukkig is er de laatste tijd veel media-aandacht voor myopie. 25% van de 13-jarigen in Nederland is al myoop, maar pas als een prinsesje ermee te maken krijgt, is het wereldnieuws. Dan zitten de nieuws- en talkshows opeens vol met deskundigen. Complimenten aan collega's die dezelfde avond nog konden aanschuiven en een krachtig betoog hielden. Dat is weer een stap in de goede richting om de bekendheid en risico's van myopie te vergroten.

Voorlichting of betutteling?

Bij zoveel media-aandacht wordt voorlichting soms verward met betutteling. We mogen al zoveel niet, en verboden dingen zijn vaak juist aantrekkelijk. Zelf heb ik dat met bordjes in een museum: "Niet aanraken" maakt het extra verleidelijk om toch even te voelen. Een noodrem in de trein heeft op mij hetzelfde effect. Gelukkig zijn dat redelijk onschuldige dingen. Maar schermen zijn niet weg te denken uit het leven van een opgroeiend kind.

Voor veel ouders is het een dagelijkse strijd. Een zware dobber! Laten wij hen met onze kennis en betrokkenheid een beetje ondersteunen. Laten we onze kop niet in het zand steken. Vreemde ogen dwingen, en jouw professionele advies is vast minder betuttelend dan je denkt. Een boek lezen of een scherm gebruiken mag best, net zoals voetballen niet verboden is. Maar hou wel je koppie erbij!

Denk je nu dat ik jou ook betuttel en je vertel wat je in de praktijk moet doen? Geen zorgen, ik deel geen rode kaarten uit en zet je niet op de reservebank.

Zorg er gewoon voor dat je niet buitenspel staat en zet je samen met mij in voor de ogen van kinderen.