



[Marc Cosyns](#)

Dokter verbonden aan de UGent  
Column 05/09/18 om 15.28

## Te Gek!?! Straf!

**"Is dat wel gezond, zo op je hoofd staan?", vraagt Marc Cosyns zich af naar aanleiding van de recente actie van het project Te Gek!?!, dat psychische problemen bespreekbaar wil maken.**



© Monkey Business Images Ltd

Dirk De Wachter, Jan Hautekiet, Hilde Crevits, Jo Vandeurzen, Kris Peeters, ja zelfs ons Maggie deden het al. En nu daagt Te Gek!?! ook u uit op Instagram of andere sociale media een foto of kort filmpje te posten waarbij u op uw hoofd staat, met daarbij de volgende vermelding: 'Geestelijke gezondheid meer bespreekbaar maken? Daar zet ik uiteraard mijn schouders onder! Zorg jij ook voor een #Sterkekop? @projecttegek'.

Ik stond niet meteen te springen om met zulke georkestreerde acties mee te doen, vooral als er te veel politici de revue passeren. Maar toen zag ik een groepsfoto op [artsenkrant.com](http://artsenkrant.com) en dacht dat de volledige redactie van mijn krant op zijn kop stond naar aanleiding van de komst

van [Michèle Langendries](#) . Het bleek echter het Imelda Ziekenhuis. Samen op hun kop om de boodschap te steunen: 'Staat je wereld op zijn kop? Praat erover!'

Is dat wel gezond, zo op je hoofd staan? Ik denk aan een vroegere yogaleraar. De hoofdstand is de koning van de oefeningen: shirshasana, als een meester in het genezen van vele ziektes tot en met constipatie. Het bloed naar de hersenen: concentratie en evenwicht in opperste modus. Tenzij je hoge bloeddruk hebt of glaucoom, waarschuwen artsen.

Wetenschappers hebben tot nu geen evidentie gevonden voor alle heilzame werkingen die yogi het toeschrijven. Ik heb, over de jaren heen, uren op mijn hoofd gestaan. Het betekende een geconcentreerd rustpunt voor mij. Of ik er iets aan over gehouden heb, daar kunnen alleen anderen over oordelen.

Nekartrose is mijn deel en laat de driehoeksteun nu nog nauwelijks toe. Bij yoga staat het hoofd niet tussen de handen zoals op het gekke Instagram. De hoeveelheid foto's is er in aantal niet te vergelijken met de ALS #IceBucketChallenge en ik denk dat dat goed is voor de gezondheid. Ook op de website van 'Te Gek' wordt de kopstand niet als project voorgesteld, het blijkt alleen een beperkt sociaal mediagebeuren.

## **Internering**

Er is en blijft een belangrijker project. 'Van gevangenis naar zorg'. Over internering. Een niet zo evident en flashy onderwerp. Misschien wel wat aan de zijlijn van de missie van TeGek!?: 'Geestelijke gezondheid bespreekbaar maken en streven naar een juiste kijk op mensen met psychische problemen.' Met de hulp van campagnes zowel cultuur- als sportgerelateerd, voor een juistere beeldvorming. Met verhalen en getuigenissen van 'bekende' en 'gewone' mensen.

Ik vond het moedig om deze mensen aan het woord te laten, hun verhaal te laten kunnen vertellen. Niet het extreme medianieuws over mishandeling tot euthanasie bij geïnterneerden in gevangenschap, maar het broze kwetsbaar verhaal van de mens achter het misdrijf dat ze pleegden. Juist dat misdrijf, tot en met moord, maakt het zo moeilijk aanvaardbaar hun stem te willen horen. Des te meer voor de slachtoffers en hun familie, hun naasten die zelf nauwelijks aan bod kunnen of willen komen en nog altijd onvoldoende gehoord worden. Het 'take care of me' TeGekcampagnelied geldt ook voor hen.

In het najaar zijn nog een aantal belangrijke [TeGekevenementen](#) in samenwerking met Similes, de vereniging voor familie van psychisch kwetsbare mensen. Een belangrijke partner voor ons (huis)artsen. Veel fysieke problemen kennen hun oorsprong in onuitgesproken leed, moeilijk begrijpen of aanvaarding bij onze patiënten die familie of naastbetrokkenen zijn van psychisch kwetsbare en geïnterneerde mensen.

Wanneer we als artsen hiervan niet op de hoogte zijn of hun context niet aan bod laten komen, behandelen we alleen maar gevolgen. Of denken we soms zelf dat over die geïnterneerden niet moet gepraat worden en dat ze maar een straf moeten uitzitten!?

## **Straf**

STRAF! is een project in beweging. Heden ten voordele van [Obra/ Baken](#) en [Villa Voortman](#) als voorbeelden van 'aangepaste zorg'. Obra verleent steun aan mensen met de dubbele problematiek van verstandelijke beperking en geïnterneerd zijn, de Villa is een ontmoetings-

en werkplaats voor mensen met een 'dubbeldiagnose' van psychiatrische kwetsbaarheid en verslavingsproblematiek die vaak gepaard gaat met misdrijf. Het is te gek om los te lopen dat ook deze problematieken nog een taboe vormen. Met straffe uitspraken, beelden en muziek palmen deze mensen, samen of in confrontatie met andere kunstenaars het oud gerechtsgebouw van Gent in op 22 september.

Zo willen zij ons laten (in)zien dat ook zij aansluiting willen en moeten krijgen met ons maatschappelijk denken en functioneren en onze aangepaste zorg eveneens verdienen. Straf toch en niet zo Gek?

@aktweetsbe

'Dubbeldiagnose' van psychiatrische kwetsbaarheid en verslavingsproblematiek die vaak gepaard gaat met misdrijf... Het is te gek om los te lopen dat deze problematieken nog een taboe vormen, schrijft @marccosyns in zijn recentste opiniestuk <http://www.artsenkrant.com/s/r/c/34321> .