

## boekbespreking

Rudi Westendorp en Jan den Hengst: *Buitenspel? De kunst van het oud worden.*

Inmerc, 119 pagina's, € 15,95 ISBN 90 6611 603 X

en

Dolf van den Brink en Frank Heemskerk (red.): *De vergrijzing leeft.* Bert Bakker, 338 pagina's, € 19,95 ISBN 90 351 3021 9

# Doorwerken zullen we

verschenen in De Volkskrant, 13 juli 2006

copyright Carien Overdijk

Ze hebben reuma, versleten knieën of geheugenverlies. Maar ze blaken van levenslust, en pensionering vinden ze iets onzinnigs. Enkele honderden Nederlandse tachtigers en negentigers zijn altijd blijven werken en genieten ervan. Fotograaf Jan den Hengst portretteerde en interviewde er tweeëndertig in *Buitenspel? De kunst van het oud worden.*

De krasse knarren variëren van marktkoopvrouw (93) tot huisarts (94), en hun uitspraken zijn ongepolijst opgetekend. De fietsenmaker (86) zegt: 'Rotkarweitjes geven mij de meeste bevrediging.' De hotelhoudster (95): 'Het hotel heeft 21 kamers, maar meer dan zeven gasten neem ik niet.' Ze doet immers vier dagen per week de bedden en het ontbijt in haar eentje.

## **ouderenprop**

Natuurlijk zijn deze actievelingen zeldzame uitzonderingen, maar een inspirerend perspectief op ouderdom – ook mét gebreken - bieden ze wel. Sommige geïnterviewden roepen Godfried Bomans' befaamde honderdjarige in herinnering. 'Mijn zus van 98 heeft pas een nieuwe auto gekocht.'

De smakelijke portretten zijn afgewisseld met vlot leesbare essays van Rudi Westendorp, hoogleraar ouderengeneeskunde in Leiden. Ook zijn boodschap is vrolijk: de vergrijzing is geen aanstormend monster.

Na alle sombere speculaties van de afgelopen jaren (de aankomende 'ouderenprop' zou de aow, de pensioenen en de zorg onbetaalbaar maken) is dit boek een verademing. Het ontkracht niet alleen een deel van het economische doemscenario, maar het is ook een opsteker voor de ouderdom zelf.

Westendorp toont eerst de stand van de wetenschap. Van veroudering hebben we nog bar weinig verstand, maar de jongste inzichten doen vermoeden dat er geen biologische grens is aan onze levensduur en vitaliteit. De strijd tegen veroudering richt zich momenteel vooral op stamceltherapie en, verrassend genoeg, verhongering. Dat overgewicht het leven bekort, was al bekend. Het omgekeerde lijkt ook op te gaan. Dieren die langdurig te weinig calorieën binnenkrijgen, leven langer dan hun weldoorvoede familieleden.

De hoogleraar ontzenuwt de gangbare tips voor een lang leven. Vitamines slikken, seksueel actief blijven, matig drinken? Als geriater relateert hij de onderzoeken die hieraan ten grondslag liggen en wijst op de miskende correlatie met de sociologische kenmerken van vitamineslikkers, bejaarde verleiders en liefhebbers van een wijntje. Die zijn namelijk stevast hoogopgeleid, gezond, en hebben minder last van stress. Ja, dán word je dus oud.

## **seniliteit**

Tegelijk kritiseert Westendorp de ondermaatse aandacht voor ouderdomsziekten. Hij beargumenteert dat, in navolging van de ziekte van Alzheimer ('vroeger heette dat seniliteit en gold het als onvermijdelijk verouderingsverschijnsel') legio ouderdomskwalen en handicaps, zoals gewrichtsslijtage en doofheid, nog onderzocht moeten worden. Met preventie en een betere behandeling zou een flinke winst in de zorgkosten te behalen zijn.

De drukte om de oplopende vergrijzingskosten vindt Westendorp toch al overdreven. Hij wijst erop dat de 'zorgkostenexplosie' bij iedereen in het laatste levensjaar valt, ongeacht de levensduur. En juist de mensen die het oudst worden kosten het minst, omdat zij meestal gezonder zijn.

Wat de zorg vooral duurder maakt, aldus de arts, is de gestage kwaliteitsstijging. Nieuwe medicijnen en dotterbehandelingen hakken erin. Daarbij maakt het niet uit of iemand 75 wordt of 100. 'De hamvraag is voor wie op welk niveau de gezondheidszorg bereikbaar moet blijven.'

Westendorp rekent ook af met het heersende beeld van zielige hoogbejaarden. De meesten wonen ruim, hebben geen geldzorgen en genieten van hun autonomie. Hobby's, (vrijwilligers)werk, maar vooral sociale contacten geven hen voldoening. Hun gezondheid is zelden bepalend voor hun welbevinden, zo wees een Leids onderzoek onder 85-plussers uit.

## **generatieconflict**

Het positivisme van *De kunst van het oud worden* kenmerkt ook een bundel macro-economische essays, getiteld *De vergrijzing leeft*. De samenstellers, PvdA-Kamerlid Frank Heemskerk en bijzonder hoogleraar economie Dolf van den Brink, nodigden deskundigen (vooral economen, maar ook sociologen en arbeidsmarktdeskundigen) uit om een scala aan vergrijzingsthema's te belichten.

Terwijl de econoom Bas Jacobs mag aftrappen met een dreigend generatieconflict, een set drastische besparingsvoorstellen, pensionering met 67 en een volledige afschaffing van het vroegpensioen, zijn de meeste auteurs minder beducht voor een grijze-golfrecessie.

CDA-dissident en ex-minister Bert de Vries, die in zijn boek *Overmoed en onbehagen* al betoogde dat de belastinginkomsten van steeds hogere pensioenuitkeringen de kostenstijging van de aow zullen compenseren, dient Jacobs van repliek. De meeste andere auteurs volgen in zijn spoor.

Alleen Jacobs' vakgenoot Bernard van Praag deelt diens grote pessimisme. Hij noemt het toekomstige geboortenpeil 'rampzalig' voor de arbeidsmarkt én voor de financiering van de oude dag. Van Praag pleit voor een geboortenstimulerende bevolkingspolitiek, iets waar Jacobs juist weer geen heil in ziet. Het logische alternatief, een doordachte immigratiepolitiek, komt helaas niet serieus aan bod. De overige auteurs komen merendeels met voorstellen voor een beter preventief gezondheidsbeleid en, jawel, verhoging van de pensioenleeftijd. Want langer werken zullen we, daar is iedereen in deze bundel het over eens. Stoppen met 67 jaar zou het pensioenstelsel al heel grijzegolfbestendig maken. Twee essays bieden werkgevers bovendien ideeën om ook zestigers gemotiveerd aan de slag te houden. Voor wie tegensputtert: zo gek is die 67 jaar echt niet. Paul Schnabel herinnert er in zijn bijdrage aan dat grondlegger Bismarck in 1880 het pensioen instelde op 65 jaar omdat dát destijds de gemiddelde levensverwachting was. Intussen worden we gemiddeld vijftien jaar ouder.

### **weg met de pensioenleeftijd**

Dokter Westendorp gaat, passend omlijst door de portretten van stokoude actievelingen, nog een stap verder. Hij wil gewoon af van de 'stigmatiserende' pensioenleeftijd. Waarom mensen automatisch afschrijven, op welke leeftijd dan ook? Dat veroorzaakt een ongezonde maatschappelijke tweedeling. 'Bij ondernemers en kunstenaars is het onderscheid tussen oud en jong veel minder scherp. Hun kunst en kunde bepaalt of zij meespelen.' De foto's van Den Hengst zijn daarvan het imposante bewijs.