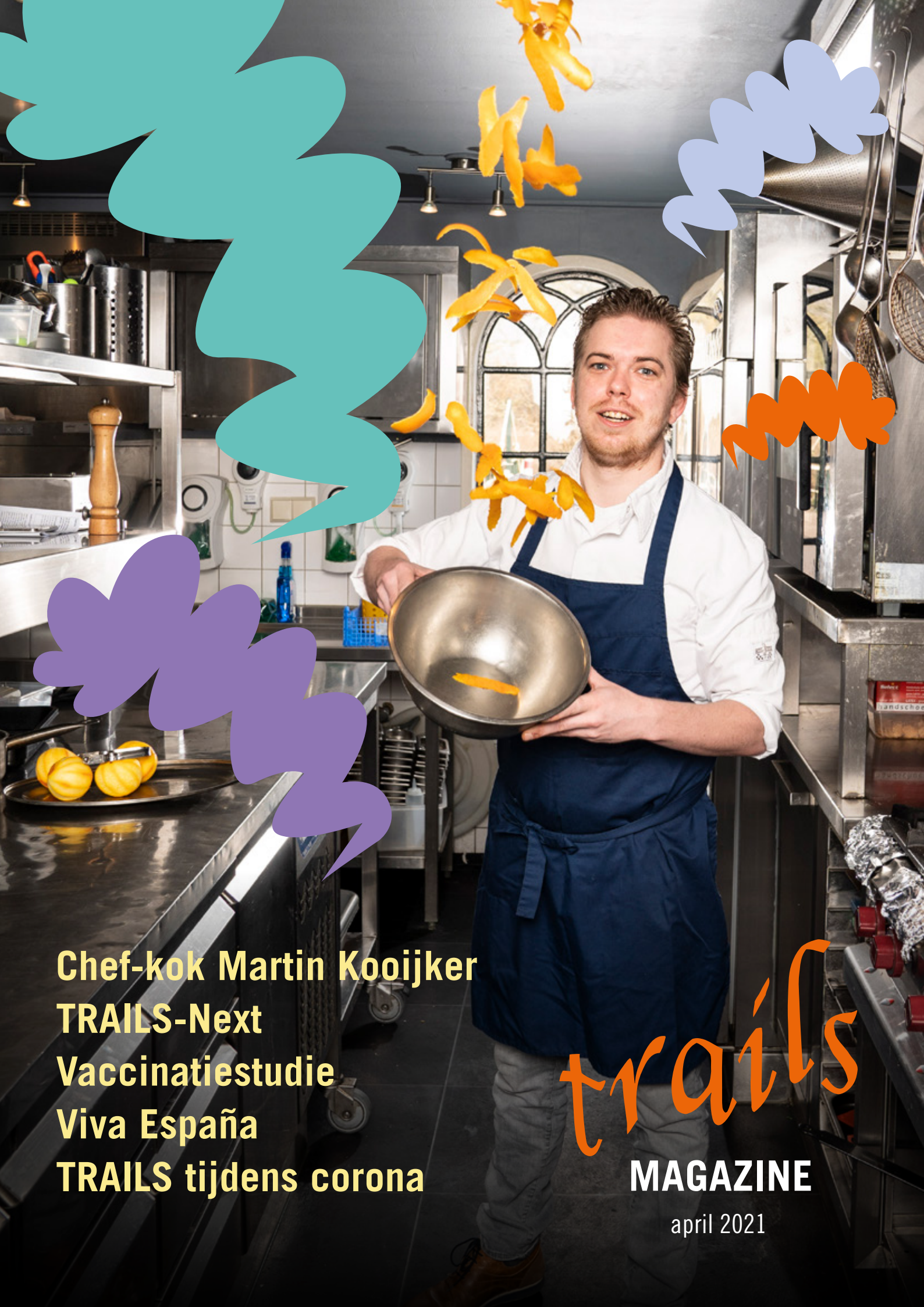
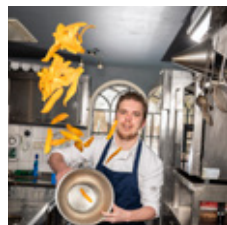




Chef-kok Martin Kooijker
TRAILS-Next
Vaccinatiestudie
Viva España
TRAILS tijdens corona

trails
MAGAZINE

april 2021



KIJKJE IN DE KEUKEN

REDACTIE

Het vorige TRAILS magazine brachten we uit in juli 2018; het is dus de hoogste tijd voor een nieuw magazine. Door de coronacrisis verliep de totstandkoming anders dan anders. Zo hebben we de interviews online via Teams gedaan of op ruime afstand van elkaar in grote ruimten. Dat praat toch wat minder prettig... Ook konden we deze keer geen fotosessie met een professionele fotograaf organiseren, dus hebben we alle geïnterviewden gevraagd om een foto van zichzelf aan te leveren. Ondanks deze beperkingen zijn we trots op het eindresultaat!

In dit magazine laten we zien wat de laatste stand van zaken is van de verschillende onderdelen van TRAILS. Naast de gewone metingen van TRAILS die om de paar jaar gehouden worden, is dat het kinderonderzoek TRAILS-Next, dat volop in de schijnwerpers staat in dit magazine.

Sinds kort is TRAILS-Next uitgebreid met een vaccinatie-onderzoek. Judith Rosmalen heeft een grote subsidie gekregen om te onderzoeken hoe lichamelijke klachten zich ontwikkelen bij jonge kinderen. Om hier zicht op te krijgen wordt, wanneer de kinderen gevaccineerd worden, gekeken hoe zij en hun ouders reageren op de pijn van de prik.

TRAILS-NEXT wordt niet alleen uitgebreid met het vaccinatie-onderzoek, maar ook met een nieuwe groep deelnemers: ouders die ADHD hebben. Catharina Hartman heeft een subsidie gekregen om deze nieuwe groep (aanstaande) ouders toe te voegen aan TRAILS-Next en ze op dezelfde manier te onderzoeken als de TRAILS deelnemers. Dit onderdeel heeft de naam ROAD gekregen; ROAD staat voor Risico op het Ontstaan van ADHD.

Tijdens het eerste huisbezoek van TRAILS-Next, als de baby drie maanden oud is, worden de bewegingen van de baby op video vastgelegd. Arie Bos vertelt waarom we dat doen en wat hier zo interessant aan is.

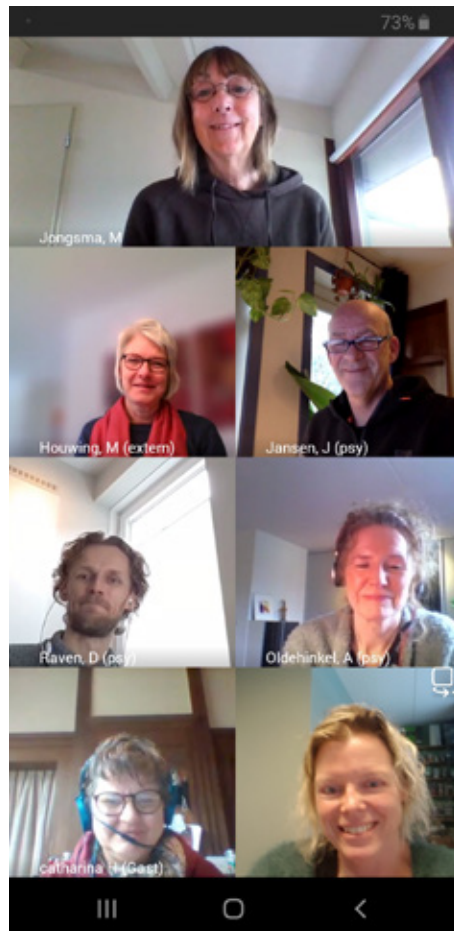
Na de zomer van 2020 zijn we begonnen met het kleuterhuisbezoek van TRAILS-Next. Mede door de coronacrisis hebben we hierbij enige vertraging opgelopen, maar we zijn druk bezig om een inhaalslag te maken. Onze interviewsters en een ouder vertellen hun ervaringen over dit huisbezoek.

In TRAILS Global vertelt deelnemster Marloes over haar leven in Spanje. Zij woont en werkt daar nu al geruime tijd en is hoogzwanger van haar eerste kind.

Op de voorkant van het magazine prijkt het gezicht van Martin Kooijker. Hij is eigenaar en chef-kok van restaurant "De Molenaar" in Onderdendam. Hij vertelt hoe hij het op jonge leeftijd al voor elkaar heeft gekregen om eigenaar en chef-kok te worden, maar ook wat de coronacrisis voor hem en zijn bedrijf betekent.

Bij deze bedanken we iedereen heel hartelijk voor hun bijdrage aan dit magazine. Veel leesplezier gewenst!

Aukelien Mulder
Marjan Houwing
Tineke Oldehinkel



COLOFON

TRAILS magazine is een uitgave van TRAILS en speciaal geschreven voor alle TRAILS deelnemers. Het magazine wordt in een oplage van 4.000 exemplaren gratis verspreid onder deelnemers van TRAILS en andere geïnteresseerden.

REDACTIEADRES

Postbus 30.001
9700 RB Groningen
(050) 3618474
trails@umcg.nl
www.trails.nl

EINDREDACTIE

Aukelien Mulder, Marjan Houwing en Tineke Oldehinkel

MET MEDEWERKING VAN

Martin Kooijker, Judith Rosmalen, Klaas Wardenaar,
Catharina Hartman, Arie Bos, diverse collega's en TRAILS
deelnemers

FOTOGRAFIE

Reyer Boxem

ONTWERP EN ILLUSTRATIES

Rocket Industries, Groningen
Lisa Sportel, Inger Bierma, Erik Woltermann, Margreet Kievit

DRUK

Zalsman Groningen B.V.

RECHTEN

Alle rechten voorbehouden. Overname of verveelvoudiging
van tekst of beeld uit deze uitgave is alleen toegestaan na
toestemming van de eindredactie.

DOORNI

REDACTIE

2

HEADLINES

4

Stand van zaken en wet persoonsgegevens

IN THE SPOTLIGHT

6

Martin Kooijker

FOUTJE, BEDANKT...

8

Deelnemer vult 2,5 jaar lang wekelijkse lijstjes in

HET KLEUTERHUISBEZOEK

10

Ervaringen van onderzoeksmedewerkers en deelnemer

DE VACCINATIESTUDIE

12

Judith Rosmalen

GENDER EN PREVENTIE

14

Klaas Wardenaar

HET ROAD ONDERZOEK

16

Catharina Hartman

TRAILS MEDEWERKERS TIJDENS CORONA

18

BEWEGINGEN VAN BABY'S

20

Arie Bos

TRAILS GLOBAL

22

Marloes woont en werkt in Spanje

HOOFDPRIJSWINNAARS LOTERIJ

22



TRAILS-NEXT

Voor alle TRAILS deelnemers die kinderen krijgen of hebben.

Vanaf 2015 volgen we zwangerschappen en kinderen van TRAILS deelnemers en hun partners in het deelonderzoek TRAILS-Next. Inmiddels doen al ruim 400 kinderen mee aan TRAILS-Next en er komen iedere maand meer bij!

TRAILS-Next bestaat uit vijf verschillende metingen, te weten vragenlijsten tijdens de zwangerschap en vragenlijsten plus een huisbezoek met o.a. interviews, ouder-kindinteractie spelletjes en andere opdrachtjes als het kind 3 maanden, 2,5 jaar, 4,5 jaar en 6,5 jaar oud is. Onlangs is daar nog een onderdeel bijgekomen: door een subsidie die werd toegekend aan Judith Rosmalen kunnen we bekijken hoe de kinderen én hun ouders, reageren op een —letterlijk— pijnlijk moment: als de kinderen geprikt worden voor een vaccinatie (dit gebeurt als ze 3 maanden, 11 maanden en bijna 4 jaar oud zijn). Over dit interessante onderzoek elders in dit magazine meer.

Door de coronacrisis hebben we voor de huisbezoeken extra voorzorgsmaatregelen moeten nemen en hebben deze bezoeken zelfs een aantal maanden helemaal stilgelegd. Dat is enorm jammer, want de kinderen groeien natuurlijk gewoon door. Soms betekende dat dat het juiste moment om iets te meten verloren ging. Maar veiligheid gaat natuurlijk voor alles en inmiddels vinden de huisbezoeken weer plaats.

RESULTATEN VAN HET ONDERZOEK

Ben je nieuwsgierig naar de uitkomsten van het onderzoek waaraan je al zo lang meewerkt? Kijk dan eens op de website van TRAILS bij Publicaties (www.trails.nl/hoofdmenu/trails-resultaten/trails-publicaties). Hier is een korte samenvatting te vinden van elk artikel dat is verschenen over TRAILS. Als je vooral geïnteresseerd bent in een bepaald onderwerp (bijvoorbeeld depressie, opvoeding of romantische relaties) of in werk van een bepaalde onderzoeker kun je dat aangeven met behulp van trefwoorden. Het hele, vaak Engelstalige, artikel lezen kan natuurlijk ook als je dat wilt! Verder is er enkele maanden geleden een video gemaakt waarin vijf TRAILS onderzoekers resultaten presenteren met betrekking tot de vraag hoe het jonge volwassenen vergaat op de arbeidsmarkt en wat daarop zoal van invloed is. Een link naar deze (Engelstalige) video is te vinden via een link op de hoofdpagina van de website van TRAILS.

TRAILS DEELNEMERS VAN 1989, 1990 EN 1991

Afgelopen zomer is de zevende meting afgerond. Er zijn maar heel weinig studies in de wereld die deelnemers zo lang volgen! De zevende meting bestond uit een online vragenlijst voor deelnemers en partners van deelnemers. In deze meting werd veel aandacht besteed aan werk, omdat werk in het leven van veel deelnemers uit deze groep een belangrijke plaats inneemt en keuzes die ze nu maken grote gevolgen kunnen hebben voor de rest van hun leven. Er werden ook vragen gesteld over de omstandigheden thuis en de balans tussen werk en privé. Een hot topic, want het valt niet altijd mee om deze twee goed te combineren. Net als bij de vorige metingen heeft een heel grote groep deelnemers meegedaan aan de zevende meting en dat stellen we enorm op prijs. Hartelijk dank daarvoor! Inmiddels zijn al diverse onderzoekers met de verzamelde gegevens aan de slag gegaan.

Weetjes over de zevende meting

Tijdens hun deelname aan de zevende meting waren de TRAILS deelnemers van 1989, 1990 en 1991 gemiddeld bijna 29 jaar oud. Ruim 60% was vrouw. Meer dan 80% woonde in een eigen huur- of koophuis. Eenentwintig procent was getrouwd of had een geregistreerd partnerschap. Ruim 13% had één kind, 12% had twee of meer kinderen. Ruim een kwart van de deelnemers had zijn of haar hoogst afgeronde opleiding op MBO-niveau, 31% op HBO-niveau en ook ongeveer een kwart op universitair niveau. Vijftien procent volgde nog een opleiding tijdens de zevende meting. Bijna 90% van de deelnemers had een baan, waarvan ruim de helft een voltijdbaan (35 uur of meer per week).

TRAILS DEELNEMERS VAN 1993, 1994 EN 1995

Deze groep deelnemers is gemiddeld vier jaar jonger dan de andere groep en heeft kort geleden de zesde meting afgerond. Deze meting bestond uit online vragenlijsten voor deelnemers, hun ouders of verzorgers en partners van de deelnemers. Ook van deze groep heeft weer een groot aantal meegedaan aan TRAILS en dat vinden we heel bijzonder, want we weten dat de meeste mensen het erg druk hebben en we erg veel vragen stellen. Alleen omdat zoveel deelnemers steeds weer meedoen is ons onderzoek waardevol, dat kan niet vaak genoeg gezegd worden. Ongeveer 130 deelnemers hebben meegedaan aan het TRAILS TRANS-ID onderzoek, waarin ze zes maanden lang iedere dag bijhielden hoe het met ze ging. Voor en na die zes maanden werden de deelnemers geïnterviewd over hun stemming en een jaar later nogmaals. Het onderzoek is met succes afgerond en de onderzoekers Marieke Schreuder en Robin Groen zijn nu hard aan het werk om de gegevens te analyseren en de resultaten op te schrijven.

Weetjes over de zesde meting

Tijdens het invullen van de vragenlijst waren de deelnemers gemiddeld 26 jaar oud. Veertig procent van de deelnemers was vrouw. Bijna 60% had een eigen huur- of koophuis. Ongeveer 11% was getrouwd of had een geregistreerd partnerschap. Zeven procent had één kind, drie procent had twee of meer kinderen. Iets meer dan de helft van de deelnemers heeft een hoogst afgeronde opleiding op MBO-niveau, 15% op HBO-niveau en 12% op universitair niveau. Van alle deelnemers is ruim een kwart nog bezig met een opleiding. Bijna driekwart van de deelnemers werkt, waarvan iets meer dan de helft in voltijd.

DE TOEKOMST

Het duurt nog wel even, maar langzamerhand beginnen we alweer vooruit te kijken naar de volgende meting van TRAILS. In deze meting zal onder andere aandacht besteed worden aan de gevolgen van de coronacrisis voor de deelnemers van TRAILS, want deze pandemie is zo ingrijpend dat we dit onderwerp niet kunnen en willen negeren. Net als anders zullen we daarnaast vragen stellen over je huidige situatie, belangrijke veranderingen die zich de afgelopen paar jaar in je leven hebben voorgedaan en je lichamelijke en psychische gezondheid. Tegen de tijd dat het zover is, zullen we je uitgebreid op de hoogte stellen van deze meting en vragen of je mee wilt werken. In tussentijd wensen we je het allerbeste!

Martin Kooijker staat deze keer op de voorpagina van het TRAILS magazine. Martin is de eigenaar en chef-kok van restaurant “De Molenaar” in Onderdendam. Hoe heeft Martin dit op vierentwintigjarige leeftijd al voor elkaar gekregen? En wat betekent de coronacrisis voor zijn bedrijf? Wij hadden een gesprek met hem in zijn knusse restaurant, dat gevestigd is in een molen. We spraken Martin in november 2020, net aan het begin van de tweede lockdown periode.

Wat is je achtergrond?

Ik ben opgegroeid in Nij Beets. Toen ik jong was wilde ik profvoetballer worden. Daarna wilde ik, net als mijn vader, de bouw in als metselaar. Ik had toen nog geen idee dat ik het horecawezens in zou rollen. Wel vond ik het altijd al leuk om feestjes en zo te organiseren; ik wilde het graag mensen naar de zin maken.

Op mijn vijftiende kreeg ik een bijbaantje als afwasser in een restaurant en bezorgde ik in schoolvakanties maaltijden. Toen werd mijn interesse voor de horeca gewekt. Vervolgens ben ik dan ook de koksopleiding gaan volgen. Ik ben begonnen met de opleiding tot zelfstandig werkend kok. Daarna heb ik de opleiding Gespecialiseerd Kok gevolgd tijdens een leerwerktraject. Tijdens deze leerbaan kwam ik in aanraking met het hoogste segment: ik heb als leerling gewerkt bij landgoed Lauswolt in Beetsterzwaag.

Na mijn opleiding heb ik een poosje in Harderwijk in een sterrenrestaurant gewerkt. Ik woonde daar op kamers. Op het moment dat ik weer terug wilde naar het noorden was Steven Klein Nijenhuis, de vorige eigenaar van dit restaurant, op zoek naar een kok. Zo kwam ik in de keuken van dit restaurant te werken, onder leiding van Steven. Het ging voor de wind en het restaurant kreeg een Michelinster. Toen Steven wat groters wilde en het restaurant ‘Onder de Linden’ in Aduard kocht zou ik in eerste instantie met hem mee gaan, net als al het andere personeel.

Waarom ben je toch in Onderdendam gebleven?

Omdat dit restaurant te koop kwam en ik mijn kans schoon zag. Na wat wikken en wegen heb ik de stoute schoenen aangetrokken en het restaurant overgenomen. Ik heb toen de naam veranderd in ‘De Molenaar’. Het was erg spannend, maar ik wist wat de mogelijkheden waren en dat het restaurant goed liep.

Het pand waarin het restaurant zich bevindt is een prachtige monumentale molen, die ik huur van een stichting. Zodoende heb ik geen omkijken naar het onderhoud van het pand. Sinds ik het restaurant in eigendom heb, heb ik hier en daar wat aangepast; er is bijvoorbeeld een nieuwe keuken in gekomen. Zo heb ik het steeds meer mijn restaurant gemaakt. Naast het restaurant bevinden zich in de molen twee hotelkamers waar gasten kunnen overnachten.

Omdat alle oud-collega's met Steven meegingen naar ‘Onder de Linden’, moest ik een compleet nieuw team aannemen. Dat hield in dat ik ook manager werd en dat was een nieuw aspect voor me en best een flinke klus. De eerste jaren waren pittig, ik werk met goede mensen, maar moet toch ook wel eens kritiek leveren. Langzamerhand kreeg ik steeds meer gevoel voor alle randzaken en werd het steeds makkelijker. Mijn team bestaat uit ongeveer acht mensen, onder andere een rechterhand in de keuken, iemand voor de bediening, een leerling-kok, een kamermeisje, iemand voor het ontbijt en afwassers.

Hoe ziet je dagindeling eruit?

Het mooiste bij het koken vind ik om alles in eigen beheer te hebben, van grondstoffen tot eindresultaat. Ik doe dan ook elke dag zelf de boodschappen voor wat we die dag gaan koken. Ik vind duurzaamheid belangrijk en ik weet ook graag waar onze producten vandaan komen, daarom werk ik het liefst met seizoensgebonden producten die uit Nederland komen.

IN DE SPOTLIGHT MARTIN KOOIJKER

Wat wil je nog in de toekomst?

Ik heb als doel om me te blijven ontwikkelen. Ik vind de combinatie eigenaar/chef-kok heel prettig, ik ben heel vrij in wat ik doe, de keuzes die ik maak. Ik kan op deze manier steeds meer mijn stempel op het restaurant drukken, waardoor het ook steeds vertrouwder wordt.

Wat doet corona met jou en het restaurant?

In de begintijd van de corona-epidemie gingen we er met goede moed in. Maar toen we dicht moesten was dat mentaal een grote klap: juist op het moment dat het normaal gesproken wat drukker wordt moesten we dicht. Toen we per 1 juni weer open mochten moest dat met minder tafels. Waar er eerder ruimte was voor 28 gasten, waren dat er in de zomer nog maar 14. Gelukkig was het een goede zomer. Er kwamen veel gasten, ook voor de hotelkamers, en er is ook veel gebruik gemaakt van het terras rondom de molen. In de eerste lockdown hebben we vanuit het restaurant een daghap voor afhalen aangeboden tegen een geringe prijs. Dit is echter wel een andere tak van sport en niet de manier waarop ik wil koken, wat maakte dat het werkplezier verdween. In de tweede lockdown zijn we dit niet weer gaan doen. In deze periode hebben we driegangenmenu's aangeboden die mensen konden afhalen en thuis afmaken.

Door het sluiten van het restaurant kwam ik in een soort isolement terecht. Het restaurant is waar het voor mij om draait. Ik woon nog niet zo lang in deze regio en mijn familie en oude vrienden wonen elders. Er zijn veel onzekerheden vanwege de corona. Het lastigste is dat er geen perspectief is, ik weet niet wanneer ik weer open kan. Dit maakt het moeilijk om de motivatie erin te houden. Door corona kwam ik er ook achter dat ik niet zoveel bezigheden naast het werk heb. Ik vind het moeilijk om invulling te geven aan mijn vrije tijd. Eerder heb ik in Nij Beets bij een schietsportvereniging gezeten. Nu ben ik in Middelstum bij een biljartvereniging gegaan, maar ook dat hield op een gegeven moment op door de maatregelen. Door mijn werk zijn de mogelijkheden in de vrije tijd ook beperkt. Ik zit mijn tijd uit totdat het restaurant weer open mag. Ik kan niet wachten totdat het zover is.

Van woensdag tot en met zaterdag ga ik rond tien uur naar de groothandel voor de boodschappen, vervolgens ga ik naar het restaurant om deze op te ruimen en wat mails te beantwoorden. Dan begin ik met de voorbereidingen van het diner. Om vijf uur eet het aanwezige personeel samen een hapje en om zes uur komen de gasten. Ik werk met een vast menu waarbij gebruikt gemaakt wordt van seizoensgebonden ingrediënten, waarbij de gast kan kiezen uit een 4, 6 of 8-gangen menu.

Elke twee à drie maanden is er een nieuw menu. Bij het vastleggen van een nieuw menu houden we met het kernteam proeverijtjes om de gerechten uit te proberen en daar wijnen bij te selecteren. Als de gerechten bekend zijn, komt de leverancier met een paar wijnen waar een keuze uit gemaakt wordt. Soms wordt er ook nog een gerecht bijgeschaafd.

Aan het begin van de avond ga ik zelf altijd even langs de tafels om te vragen naar specifieke wensen, wel of geen vlees, vis, allergieën, enzovoort. Het diner duurt uiterlijk tot een uur of elf à half twaalf. Dan is het opruimen, samen nog wat drinken en naar huis. Om te ontspannen kijk ik nog wat televisie en dan is de dag om. Op maandagen en dinsdagen ben ik vrij. Op deze dagen ga ik graag zelf uit eten in een restaurant.

Waar geniet je van in je werk?

Het mooiste aan mijn werk vind ik het contact met de gasten, het koken voor de gasten en ze een leuke avond bezorgen met een heerlijk diner. Dat is waar ik het voor doe. De directe terugkoppeling van de gasten, de waardering, dat geeft positieve energie. Dat is mijn drijfveer, lekker eten maken met mooie producten. Dat dit aanslaat blijkt wel uit het feit dat er een vaste groep gasten is die regelmatig komt eten. Het restaurant heeft een aanbeveling in de Michelinids, wat aangeeft dat er een goede en eerlijke keuken gevoerd wordt.

FOUTJE, BEDANKT...

De achtergrond

De zwangerschap is een hele belangrijke periode, zowel voor de aanstaande ouders als voor het groeiende kindje in de buik van de moeder. Vaak wordt er in onderzoek teruggevraagd hoe de zwangerschap is verlopen nadat het kindje geboren is, soms zelfs vele jaren later. Ouders herinneren zich dan de hele belangrijke momenten nog wel als het niet te lang geleden is, maar niet alles. Er is dan al veel informatie verloren gegaan, bijvoorbeeld over schommelingen in hoe goed of hoe slecht de aankomende ouders zich voelden en leuke of minder leuke gebeurtenissen tijdens de zwangerschap. In TRAILS-Next willen we daarom nauwkeuriger meten, op het moment zelf, en niet pas achteraf. We willen ook goed meten hoe het vlak ná de geboorte gaat. We hebben gezocht naar een manier om de deelnemers niet te veel te belasten, maar toch nauwkeurige informatie te verzamelen. We hebben gekozen om één keer per week een kort vragenlijstje te sturen tijdens en na de zwangerschap. De verkregen informatie koppelen we aan de latere ontwikkeling van de kinderen in TRAILS-Next. In de analyses kijken we naar de samenhang tussen hoe het ging tijdens en na de zwangerschap en hoe het daarna met de kinderen gaat.

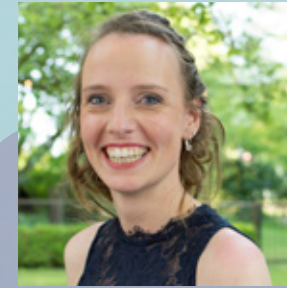
En soms gaat er in onderzoek iets mis.....

Als het goed is starten de wekelijkse metingen wanneer een TRAILS deelnemer gaat meedoen aan TRAILS-Next en eindigen ze na het eerste huisbezoek, wanneer de baby 3 maanden oud is. Maar toen twee onderzoekers de gegevens van de eerste groep deelnemers gingen analyseren stuitten zij op iets bijzonders: er was een deelnemster die wel 2 jaar en 7 maanden had meegedaan. Dat leek onmogelijk. Toen TRAILS medewerkers nagingen hoe dit kon bleek dat deze deelnemster ten onrechte week in week uit de vraag had gekregen om de weekboekjes in te vullen. En zij had ze ingevuld, jarenlang. De onderzoekers waren verbluft. Toen we na gingen denken over de inhoud van het magazine dachten we aan deze speciale deelnemster: "Misschien vindt ze het wel leuk om haar verhaal uitgelicht te zien en misschien wil ze haar jarenlange weekboek wel delen".

Wat laat het weekdagboek zien?

De grafiek laat zien hoe de deelnemster zich voelde en hoeveel leuke en minder leuke dingen ze meemaakte. De scores lopen van 0 tot 100, waarbij 0 staat voor 'helemaal niet' en 100 voor 'heel erg'. Uit de scores blijkt dat deze deelnemster zich in de jaren dat ze de vragenlijstjes invulde doorgaans vrij goed voelde, met enkele pieken en dalen. Het precieze verhaal achter deze scores weten we natuurlijk niet, dat is privé, maar er zijn wel interessante patronen te zien. Zo is het opvallend dat de energieniveaus flink omlaag gingen in de loop van de zwangerschap. Dat zal waarschijnlijk herkenbaar zijn voor vele andere moeders!

THE NEXT GENERATION
trails



Het verhaal van de TRAILS deelnemster

Ik ben Laura en ik ben 29 jaar. Toen ik op de basisschool zat ben ik al begonnen met mijn deelname aan TRAILS. Het begon met verschillende vragenlijstjes en testjes. De laatste jaren zijn het voornamelijk vragenlijsten. Als ik een uitnodiging krijg om een nieuwe vragenlijst in te vullen doe ik dit na al die jaren nog steeds. Ik vind het ook best leuk om te doen. Ik kan terugkijken op een afgelopen periode en ik kan mijn steentje bijdragen aan het onderzoek van TRAILS. Vanaf het begin van de zwangerschap van onze oudste dochter heb ik wekelijks korte vragenlijstjes beantwoord en ik heb dit ook nog een hele tijd na de bevalling gedaan, zelfs tot na de bevalling van onze jongste zoon bijna twee jaar later. Als ik de e-mail met het nieuwe lijstje in mijn mailbox zag staan probeerde ik deze meteen in te vullen. Voor mij was het invullen maar twee minuten per week en dus een kleine moeite. Hopelijk heb ik hiermee wel kunnen bijdragen aan het onderzoek.

Soms waren bepaalde vragen best lastig en moest ik wat langer nadenken over mijn antwoord. Omdat het een spannende tijd was vond ik vooral de vraag "angstig" vaak lastig om in te vullen. Ik vind het nu vooral erg leuk om terug te zien hoe ik mij in die bijzondere periode heb gevoeld.

De wekelijkse vragenlijst

Hoe vrolijk was je de afgelopen week?

Hoe angstig was je de afgelopen week?

Hoe energiek was je de afgelopen week?

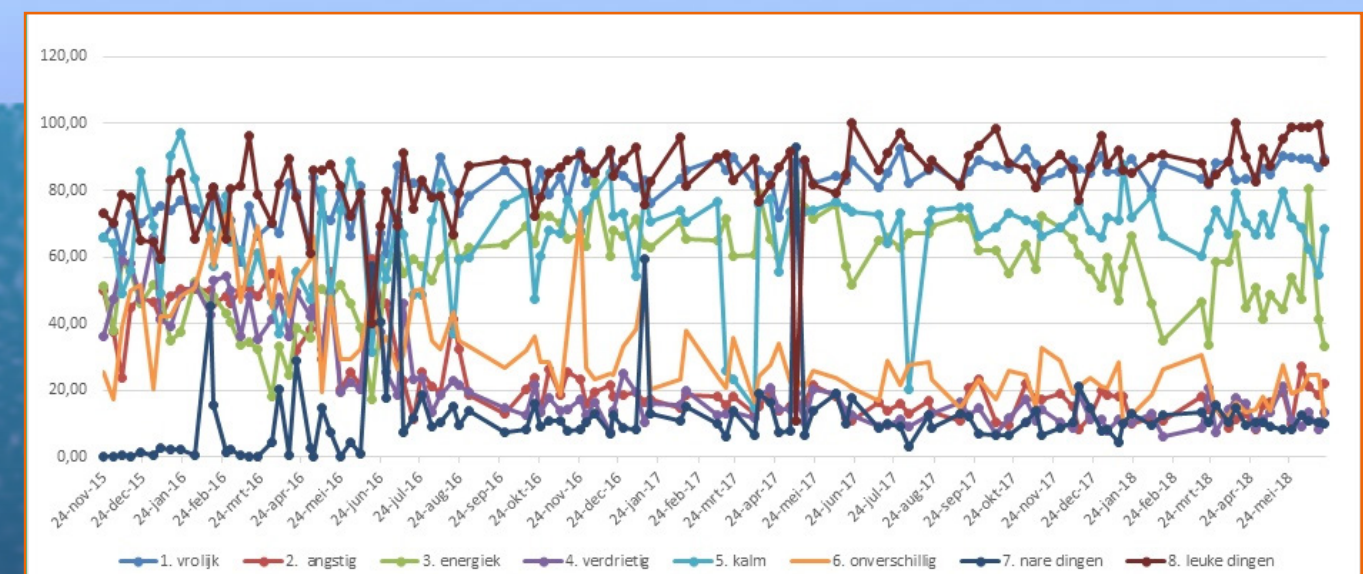
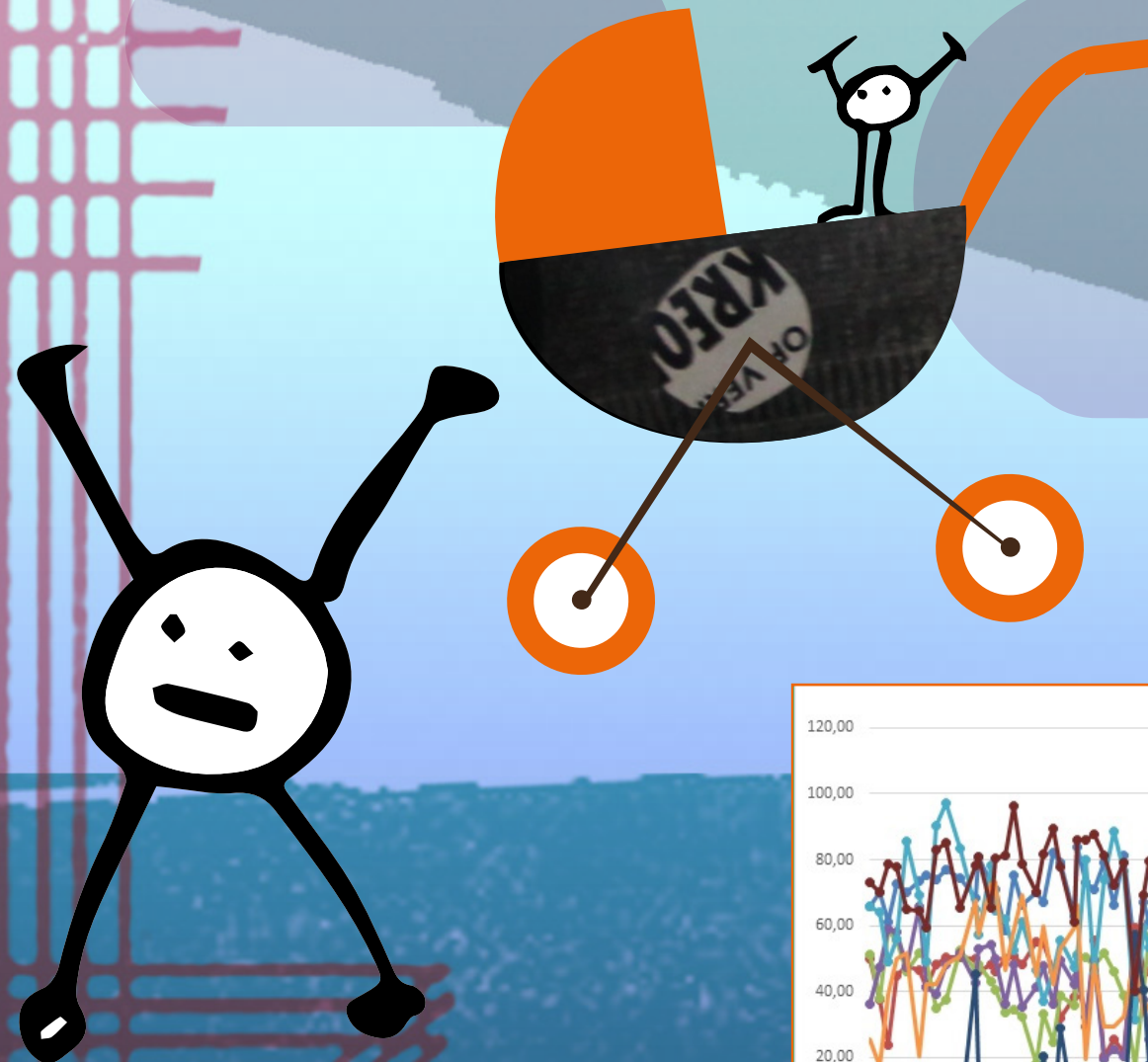
Hoe verdrietig was je de afgelopen week?

Hoe kalm was je de afgelopen week?

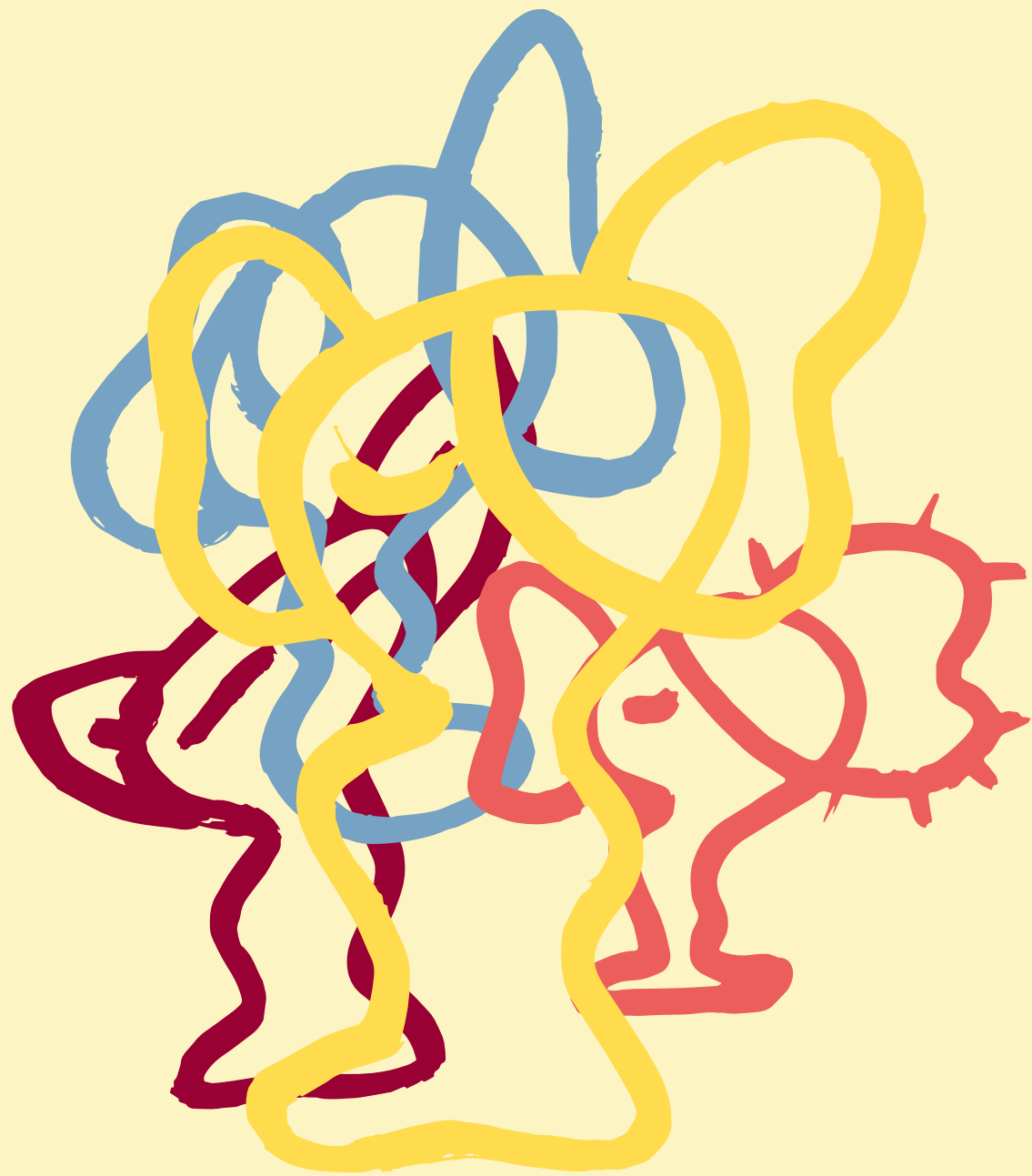
Hoe onverschillig was je de afgelopen week?

Hoeveel nare dingen heb je in de afgelopen week meegemaakt?

Hoeveel leuke dingen heb je in de afgelopen week meegemaakt?



HET KLEUTERHUISBEZOEK



Het kleuterhuisbezoek

TRAILS-Next bestaat uit metingen op vijf verschillende momenten, namelijk 1) tijdens de zwangerschap en de eerste drie maanden daarna, 2) op de leeftijd van drie maanden, 3) op de leeftijd van tweeëneenhalf jaar, 4) op de leeftijd van viereneenhalf jaar en 5) op de leeftijd van zesenehalf jaar. In het afgelopen najaar zijn we begonnen met de vierde meting, bij viereneenhalfjarige kleuters.

Deze vierde meting bestaat uit een online vragenlijst en een huisbezoek, waarin we onder andere de moeder interviewen, filmen hoe ouder en kind met elkaar omgaan bij het doen van een spelletje en een poppenspel doen met het kind. Naarmate de kinderen ouder worden, worden de huisbezoeken complexer: voor dit huisbezoek hebben onze onderzoekers maar liefst drie verschillende trainingen moeten volgen.

Door de coronacrisis was het lastiger om de medewerkers te trainen en lagen de huisbezoeken vele maanden stil. Daardoor hebben we een wat moeizame start gehad, maar inmiddels hebben de eerste kleuterhuisbezoeken plaatsgevonden. Door de vertraagde start zijn de meeste kinderen op dit moment wat ouder dan de geplande leeftijd van viereneenhalf jaar, maar dat is beter dan helemaal geen meting. We hopen een inhaalslag te kunnen maken zodat de kinderen snel weer rond de leeftijd van viereneenhalf jaar gemeten gaan worden. Hoe is het om bij TRAILS-NEXT te werken en op huisbezoek te gaan? En hoe is het om TRAILS op bezoek te krijgen voor je kleuter? Hieronder een paar verhalen.

Lisa:

Het is dinsdagochtend en ik ben klaar om in de auto te stappen, op weg naar een huisbezoek met een kleuter van vijf jaar. Als onderzoeker van het Nijmeegse RadboudUMC doe ik vooral de huisbezoeken in het zuiden van het land. Naarmate de huisbezoeken steeds complexer worden, wordt mijn koffer steeds zwaarder. Ik kreeg hem bijna niet meer dicht, zo vol zit hij met speelgoed en technische snuffjes zoals camera's, laptop en heel veel kabels. Zo'n volle koffer breekt bij binnenkomst wel direct het ijs. Samen met de kleuter bekijk ik de spullen. Gaan we die allemaal gebruiken? Jazeker! Zullen we maar direct beginnen? In een gesprekje met de handpoppen Iggy en Ziggy vertelt de kleuter mij hoe het gaat op school en met vriendjes. Dat is ook voor ouders leuk, omdat ze stiekem mee kunnen luisteren. Na ongeveer drie uur zijn we klaar met de verschillende taakjes. Het huisbezoek vergde concentratie van de kleuter maar gelukkig vond ze alle taakjes leuk, vooral het laatste taakje want daarmee won ze een mooie prijs. Trots laat ze die prijs aan haar ouders zien. Welverdiend, goed gedaan!

Maria:

Ik ben bezig met mijn promotieonderzoek aan de Rijksuniversiteit Groningen. Ik bestudeer onder andere hoe sociale ervaringen van ouders de sociale ervaringen van hun kinderen beïnvloeden. Via dit onderzoek ben ik betrokken geraakt bij TRAILS-Next als onderzoeksmedewerker, met als belangrijkste taak de kleuterhuisbezoeken. Om de huisbezoeken goed te laten verlopen hebben we van tevoren veel moeten oefenen voor de verschillende onderdelen. Zo hebben we meerdere trainingsdagen gehad om het poppenspel aan te leren en heb ik een dag meegelopen bij een onderzoek in Nijmegen om meer te weten te komen over de kind-ouder taakjes die we afnemen. Momenteel ben ik door corona nog niet op huisbezoek geweest, maar ik heb online al wel een aantal interviews met moeders afgenomen en het poppenspel gedaan. Hoewel

de nieuwe setting voor ons allemaal even wennen was, was het ijs toch snel gebroken (mede dankzij de poppen!) en was het een prettige ervaring om dit online te kunnen doen. Toch hoop ik dat de coronasituatie snel verbetert!

Margriet:

Als parttime onderzoeksmedewerker bij TRAILS-Next leg ik voornamelijk huisbezoeken af in de noordelijke provincies. Zo ook vandaag. Als ik aanbel, wordt de deur opengedaan door de kleuter, die gelijk zijn moeder roept: "Maham, die mevrouw is er!". Ik kom binnen en maak kennis met de moeder. Voor mijn koffers is al snel een plekje gevonden en als ik er één openmaak, valt vooral de rode bal erg in smaak. Ik begin met het afnemen van een beetje wangslimvlies. Dat vindt de kleuter grappig, het is net een klein tandenborsteltje! Mag hij er eentje hebben, dit moet papa vanavond ook even zien... Als de camera is geplaatst, krijgt de kleuter eerst een opdracht waarbij hij even moet wachten, vervolgens gaan ouder en kind samenwerken om een tekening te maken en daarna krijgt de kleuter nog een paar taakjes. Omdat hij zo goed zijn best doet mag hij daarna een prijs uitzoeken! Blij laat de kleuter zijn moeder het kwartetspel zien: "Gaan we hier zo mee spelen?".

Lotte, moeder van Junus (5):

Vol positieve spanning keek Junus uit naar het kleuterhuisbezoek. Hij houdt erg van dingen vertellen en dat verwachtte hij deze middag volop te kunnen gaan doen! Dat klopte. Zodra de begeleidster er was, trok de grote koffer vol interessante spullen meteen zijn aandacht en begon hij er van alles over te vragen. Er werd hem rustig uitgelegd wat er allemaal ging gebeuren. Door middel van twee handpoppen werden hem op een speelse manier vragen gesteld, die hij maar al te graag aan de poppen beantwoordde. Tijdens het hele bezoek was er alle ruimte om aan te geven of we hem iets wel of niet wilden laten doen. Maar ook de andere taakjes vond Junus heel leuk, wat het bezoek voor hem tot één grote speelmiddag maakte. Voor ons als ouders was het heel leuk om stiekem mee te kijken op het met de camera verbonden scherm, terwijl Junus dacht dat niemand hem zag. Zo zagen we hoe hij reageerde in bepaalde situaties. Wat Junus zelf het allerleukste vond? De verrassing op het einde...

VACCINATIES

INTERVIEW JUDITH ROSMALEN



Prof. dr. Judith Rosmalen is al 10 jaren lid van het Management Team van TRAILS. In het voorjaar van 2020 heeft ze een VICI subsidie van € 1,5 miljoen in de wacht weten te slepen. Hiermee wil zij (het ontstaan van) de gevoeligheid voor lichamelijke klachten bij jonge kinderen onderzoeken in TRAILS-Next.

Wat is je eigen achtergrond en wat is je rol binnen TRAILS?

Ik hou me als hoogleraar psychosomatiek bezig met onderzoek naar het verband tussen lichamelijke en psychische gezondheid. In dat kader heb ik binnen TRAILS vanaf het begin met name lichamelijke klachten en ziektes onderzocht, en hun relatie met psychische factoren. Daarnaast ben ik wetenschappelijk coördinator van TRAILS. Alle subsidie aanvragen van onderzoekers komen eerst bij mij langs, en ik lees ook alle samenvattingen van studies die op onze website verschijnen.

Hoe ben je aan het geld voor dit onderzoek gekomen?

De subsidie voor dit onderzoek komt uit een Vici aanvraag. Een Vici aanvraag betreft een persoonsgebonden subsidie voor excellente onderzoekers, al is dat wel een beetje raar om over jezelf te zeggen. Hier zijn allerlei voorwaarden aan verbonden. Een Vici aanvraag moet je bijvoorbeeld doen binnen een bepaalde tijd nadat je gepromoveerd bent en het moet om een vernieuwend idee gaan. De kans om een Vici subsidie te krijgen is slechts 10 procent. Eind februari 2020 kreeg ik via de e-mail het goede nieuws dat ik één van de gelukkigen was! En, ook best bijzonder, van de TRAILS onderzoekers ben ik inmiddels al de vierde die een Vici subsidie heeft gekregen. Door deze subsidie heb ik budget om verschillende nieuwe medewerkers aan te nemen, en om nieuwe metingen toe te voegen aan TRAILS-Next.

Wat is de aanleiding en doel van dit onderzoek?

Binnen TRAILS heb ik al veel onderzoek gedaan naar gevoeligheid voor lichamelijke klachten. Hieruit bleek dat een deel van de kinderen op al 10- of 11-jarige leeftijd best veel last had van lichamelijke klachten, terwijl een ander deel dat niet had. Ik vroeg me af wat de verklaring was voor deze verschillen. Heeft dat bijvoorbeeld te maken met erfelijkheid? Of komt het wellicht door leefomstandigheden? Of door hoe je leert omgaan met klachten? Het deelonderzoek TRAILS-Next geeft

ons een unieke kans om zowel de jonge kinderen van TRAILS deelnemers als de TRAILS deelnemers in hun rol als ouders te volgen. Zijn er overeenkomsten tussen de ouders en hun kinderen in gevoeligheid voor lichamelijke klachten of verschillen ze juist? En hoe komt dat dan? Hoe vroeg in het leven kun je al verschillen ontdekken tussen kinderen?

We richten ons in dit deelonderzoek met name op gevoeligheid voor lichamelijke klachten en hoe dat zich vroeg in het leven ontwikkelt. Toen de ouders zelf kinderen waren, is gemeten hoeveel last van lichamelijke klachten zij hadden, nu willen we hetzelfde bij hun kinderen doen maar dan vanaf veel jongere leeftijd. Daarbij loop je als onderzoeker tegen het probleem aan dat je hele jonge kinderen nog niet kunt vragen hoeveel last van lichamelijke klachten ze hebben. Om gevoeligheid voor lichamelijke klachten te onderzoeken bij hele jonge kinderen, zou je ook naar de reactie op een prikkel kunnen kijken. Er is natuurlijk geen enkele ouder die zijn kind zonder noodzaak in een laboratorium een prikkel wil laten geven.

Omdat ik zelf ook kinderen heb, bedacht ik me opeens dat elk vaccinatiemoment voor hen een prikkel was. De meeste ouders in Nederland laten hun kinderen vaccineren, dus het gaat om een prikkel die toch al toegediend wordt en die we niet vanuit TRAILS hoeven te geven. Het gaat ons dus niet om de vaccinatie zelf maar om de prikkel die de kinderen hierdoor krijgen, en om hoe ze daar op reageren.

Het meten van pijn bij baby's. Hoe dan?

Omdat baby's zelf te klein zijn om aan te geven hoeveel pijn ze hebben, zijn er scoringsschalen ontwikkeld waarmee je in kaart kunt brengen hoeveel pijn reacties ze hebben, bijvoorbeeld hoe hard en lang ze huilen en hoeveel ze bewegen. Daarom maken we video-opnamen van het kind tijdens de vaccinaties. Daarnaast worden de ouders een week na de vaccinatie gebeld om te vragen hoe het met hun kind gaat

is sinds de vaccinatie. Het is mogelijk dat je hier al informatie uit kunt halen met betrekking tot gevoeligheid. Maar misschien zegt de reactie van een kind van 3 of 11 maanden op een prikkel wel helemaal niets over gevoeligheid voor lichamelijke klachten later in het leven. Of misschien is het een tijdelijke reactie. We weten het niet en daarom willen we het graag onderzoeken.

Ook bij kleuters worden de vaccinaties gefilmd. Aan de kleuters wordt na de vaccinatie gevraagd of ze op een formulier een gezichtje willen aanwijzen om aan te geven hoeveel pijn ze hadden. Deze gezichtjes kunnen heel verdrietig kijken, maar ook heel blij. Hiermee kun je veel te weten komen over hoe kinderen reageren. Houden ze zich groot? Of zijn ze eerlijk met betrekking tot hun pijn? In het poppenspel, dat tijdens het kleuterhuisbezoek wordt afgenomen, vragen we aan de kleuters hoe ze zich voelen als ze ergens last van hebben. Tijdens hetzelfde huisbezoek wordt ook aan ouders gevraagd hoe zij omgaan met lichamelijke klachten en ziekte bij hun kind.

Wat hoop je te bereiken met het onderzoek?

We hopen meer zicht te krijgen op hoe gevoeligheid voor klachten zich ontwikkelt in het leven. Mogelijk kun je een deel van de klachten voorkomen door middel van preventie. Stel dat ouders met veel klachten kinderen hebben met verhoogd risico op klachten, hoe komt dat dan? Het kan met erfelijke kwetsbaarheid te maken hebben, maar ook met leefomstandigheden of met hoe er in een gezin wordt omgegaan met klachten. Bij elk vaccinatiemoment, dus bij 3 maanden, 11 maanden en bij bijna 4 jaar hopen we 200 kinderen te kunnen filmen. Dit onderdeel van TRAILS-Next duurt maximaal vijf jaar, dus het gaat niet lukken om in die tijd elk kind drie keer te filmen. Uiteraard hopen we op nieuwe subsidies, zodat we ook na vijf jaar nog door kunnen met dit project.

Wie voert dit onderzoek uit?

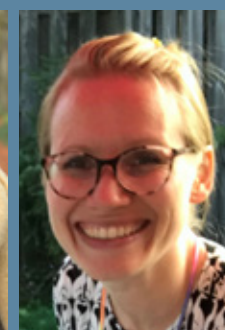
Het onderzoek wordt uitgevoerd door één ervaren onderzoeker en twee onderzoekers in opleiding (zie inzetkaders, waarin zij zichzelf kort voorstellen). Voor de metingen worden zij in drukke tijden of elders in het land ondersteund door drie andere onderzoeksmedewerkers. Door corona is het nu wel een beetje behelpen, maar ondanks dat zijn er al tientallen vaccinatiemomenten vastgelegd, waar we heel blij mee zijn. Naast de ouders van het kind moeten ook het UMCG, de GGD's van de noordelijke drie provincies, het betreffende consultatiebureau en de consultatiebureau medewerker die de vaccinaties uitvoert akkoord gaan. Een ingewikkelde organisatie dus. Bij het filmen van de vaccinaties passen wij ons volledig aan bij het geplande vaccinatiemoment. Inmiddels reizen we hiervoor door het hele land, want niet alle TRAILS deelnemers wonen nog in de noordelijke drie provincies, waar we ooit gestart zijn met TRAILS.



Elske



Sterre



Sarah

VOORSTELLEN

ELSKE HOGENDOORN, STERRE VAN DER ZIEL EN SARAH BURKE

Mijn naam is Elske Hogendoorn. Ik ben anderhalf jaar geleden afgestudeerd als orthopedagoog en nu werkzaam als promovendus bij TRAILS Next. Mijn werkzaamheden bij het vaccinatieonderzoek bestaan op dit moment uit het benaderen van de deelnemers, het contact leggen met de consultatiebureaus en het filmen tijdens de vaccinaties. Straks zal ik me ook gaan bezighouden met het analyseren van de verzamelde gegevens. Vanuit mijn pedagogische achtergrond spreekt het mij erg aan om me bezig te houden met de interactie tussen ouders en hun jonge kinderen en te kijken hoe 'the next generation' zich ontwikkelt.

Mijn naam is Sterre van der Ziel, ik ben 26 jaar en woon in Groningen. Ik ben in 2020 afgestudeerd als arts, waarna ik als onderzoeker aan de slag ben gegaan bij TRAILS Next. Binnen deze vaccinatiestudie leg ik contacten met deelnemers en consultatiebureaus, om daarna de vaccinaties te kunnen filmen. Het bevalt me goed om zo wat van de dagelijkse praktijk van TRAILS mee te krijgen. Mijn interesse ligt vooral bij de interactie tussen ouders en kinderen en mijn droom is om op een dag als kinderarts deze interesse verder te kunnen onderzoeken. In mijn vrije tijd hou ik van hardlopen en spelletjes spelen.

Hoi, ik ben Sarah Burke, ik werk sinds september 2020 als post-doc bij het vaccinatie project. Samen met Elske en Sterre coördineer ik de dataverzameling van het project. Ook begeleid ik een groep studenten die de video-opnames van de vaccinatie metingen gaan analyseren.

Tijdens het eerste huisbezoek van TRAILS-Next worden de bewegingen van de baby gefilmd. Hiervoor ligt de baby 10 minuten op de rug in een mouwloze romper op een kleedje op de vloer met een camera boven zich. Waarom doen we dit? Wat filmen we precies? Wat kun je hieruit afleiden? We hebben prof. dr. Arie Bos gevraagd om ons hier wat meer over te vertellen. Arie Bos is kinderarts en neonatoloog en hoofd van de afdeling Neonatologie van het UMCG. Arie is degene die de video's van de baby's van TRAILS-Next analyseert.

BABYBEWEGINGEN

INTERVIEW MET ARIE BOS

Bewegingen van baby's

Al in de jaren '60 van de vorige eeuw vroeg de Oostenrijkse ontwikkelingsneuroloog Heinz Prechtl zich af hoe te vroeg geboren baby's zich ontwikkelen. Hij deed dit door te onderzoeken wat de betekenis is van bewegingen van baby's. Prechtl had een aanstelling in het UMCG en daar kreeg Arie als jonge kinderarts op de afdeling neonatologie interesse in zijn werk. Zelfs zoveel interesse dat hij promotieonderzoek ging doen naar de bewegingen van te vroeg geboren baby's. Alle baby's maken bepaalde bewegingen die horen bij hun ontwikkeling. Aan deze bewegingen kunnen we zien hoe de hersenen van de baby functioneren en meer in het bijzonder de verbindingen tussen beide hersenhelften. Pasgeboren baby's maken vloeiende, vrij grove bewegingen, maar als ze rond de acht à negen weken zijn worden die bewegingen kleiner en onrustiger, enigszins dansachtig. Baby's bewegen dan weer hun ledematen om en om; dan weer de armpjes, dan weer de beentjes, dan weer de handjes, dan weer het nekje. Dat gaat constant zo door en is een normaal bewegingspatroon, dat weer verdwijnt als baby's 16 weken oud zijn. We noemen dit fidgety bewegingen. Als kinderen geen fidgety bewegingen hebben is de kans groot dat ze een spastische verlamming krijgen (cerebrale parese). De kans hierop is gelukkig niet zo groot; dit overkomt gemiddeld 1 à 2 op de 1000 kinderen, vooral die veel te vroeg geboren zijn.

Ontwikkeling van baby's

Niet alleen fidgety bewegingen zijn voorspellend voor de ontwikkeling van een kind, ook andere bewegingen en gedragingen van baby's hangen daarmee samen, zoals plezier maken, trappelen, lachen en het bekijken van de omgeving. Ook de houding is van belang; ligt het kind mooi recht, kan het zijn of haar hoofd in het midden houden vanaf 6 tot 8 weken? Als het kind altijd naar één kant kijkt, is dat minder optimaal. Er zijn dus meerdere dingen die je kunt meten. Van belang is of de beweeg- en houdingspatronen passen bij wat je op een bepaalde leeftijd zou mogen verwachten. Zo moeten baby's bij 12 weken de voetjes tegen elkaar kunnen doen, bij 14 weken de handjes en als ze ouder zijn dan 14 weken moeten de heupen omhoog kunnen komen (leg lift). De samenhang tussen bewegingen en latere ontwikkeling is niet 1 op 1, maar betreft kansen of risico's. Zo is van kinderen met een normale bewegingsscore later ongeveer 5% motorisch wat onhandig, terwijl dit percentage bij kinderen met een lagere bewegingsscore kan oplopen tot 30%. Die kans op motorische onhandigheid is dus groter dan bij een normale score, maar zeker geen 100%. Veel kinderen met een lage score zullen zich goed ontwikkelen.

De TRAILS-Next baby's

Er is heel wat onderzoek gedaan naar de bewegingen van baby's bij hoog-risico groepen, zoals bijvoorbeeld te vroeg geboren, maar er is nog nauwelijks onderzoek gedaan naar gezond geboren kinderen. De video-opnamen die in TRAILS-Next worden gemaakt van de baby's worden gebruikt om, naast fidgety bewegingen, ook andere houding- en beweegpatronen te scoren. Hier komt een totaalscore uit, waarbij de maximum totaalscore het meest optimaal is, maar de meeste kinderen halen dat niet. Een iets lagere bewegingsscore is heel normaal en geen enkel probleem. We willen gaan onderzoeken of bepaalde babybewegingen samenhangen met allerlei kenmerken van het kind, zoals temperament, de interactie met de ouders, de gehechtheid aan de ouders, de groei tijdens de zwangerschap en nog veel meer. Er is van alles te zien en te meten aan babybewegingen, maar wat betekenen deze bewegingen in de praktijk? Hebben ze überhaupt wel een betekenis? Daarvan is nog veel te weinig bekend. Bij te vroeg geboren baby's zien we bijvoorbeeld vaak dat ze de armpjes uitgestoken hebben, maar we weten niet waarom ze dat doen. We dachten dat ze dat deden om in evenwicht te blijven, maar dat blijkt niet te kloppen. Maar waarom dan wel, dat is nog de vraag. Arie verwacht niet dat de bewegingen zo duidelijk samenhangen met de latere ontwikkeling van kinderen dat er stevige uitspraken gedaan kunnen worden over de toekomst van een individueel kind, bijvoorbeeld dat hij of zij ADHD of moeite met leren zal krijgen vanwege bepaalde kenmerken van de bewegingen. Maar op groepsniveau valt er misschien wel wat te zeggen en ook dat is erg leerzaam.

Stimuleren van bewegingen

We weten nog heel veel niet, maar al wel dat een goed bewegingspatroon gunstig is voor de verdere motorische ontwikkeling. Veel met een kind spelen zorgt voor een betere lichamelijke ontwikkeling en versterkt bepaalde verbindingen in de hersenen. Als een kind onhandig is, is peutergym een prima optie. Ook muziekles stimuleert de fijne motoriek. Kortom, ook al blijft een kind qua bewegingen wat achter bij andere kinderen, dan is nog veel verbetering mogelijk, omdat ouders de ontwikkeling van de kinderen nog erg kunnen stimuleren. Wie weet voorkomt dat ontwikkelingsproblemen en behandelingen op latere leeftijd.

GENDER EN DEPRESSIE

Klaas Wardenaar is, samen met Frederike Jörg en Tineke Oldehinkel, op zoek naar de persoonskenmerken en omstandigheden die het geslachtsverschil in depressie kunnen verklaren.

Onderzoek naar geslacht en depressie

Depressie is een veelvoorkomende psychische aandoening, waar ongeveer één op de vijf personen in hun leven mee te maken krijgen. Over de exacte oorzaken van het ontstaan van depressie is nog steeds weinig bekend, maar we weten wel dat geslacht een heel belangrijke rol speelt: vrouwen hebben gemiddeld twee keer zo veel kans om depressief te worden dan mannen.

Het is nog niet volledig duidelijk welke biologische, psychologische en sociaal-maatschappelijke factoren dit geslachtsverschil verklaren. Waarschijnlijk spelen verschillen in geslachtshormonen een rol, maar ook verschillen in de manieren waarop jongens en meisjes worden opgevoed. Daarnaast worden mannen en vrouwen in verschillende mate en aan verschillende soorten schokkende of traumatiserende gebeurtenissen blootgesteld.

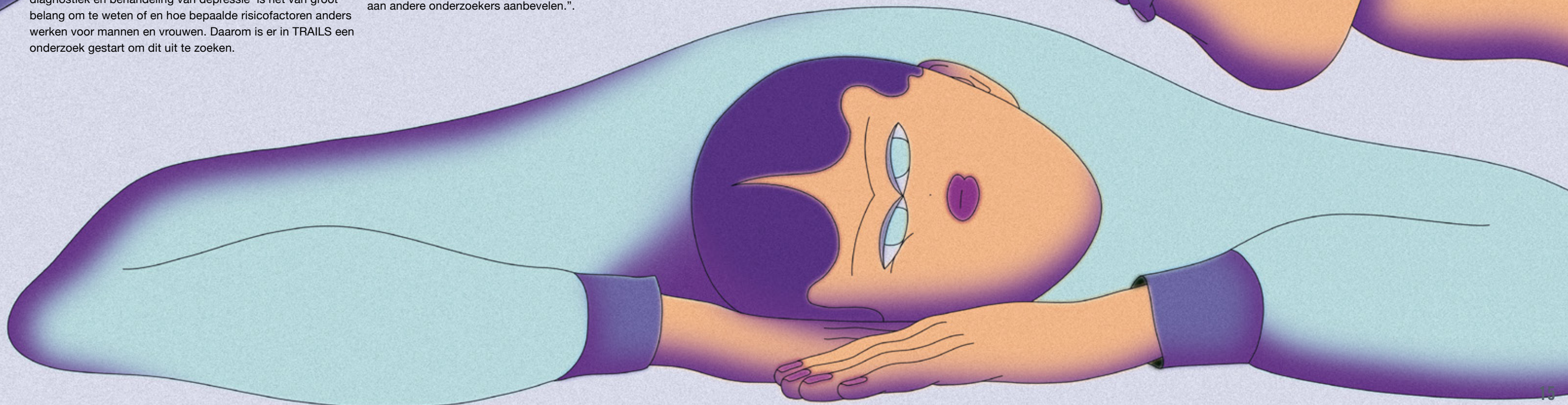
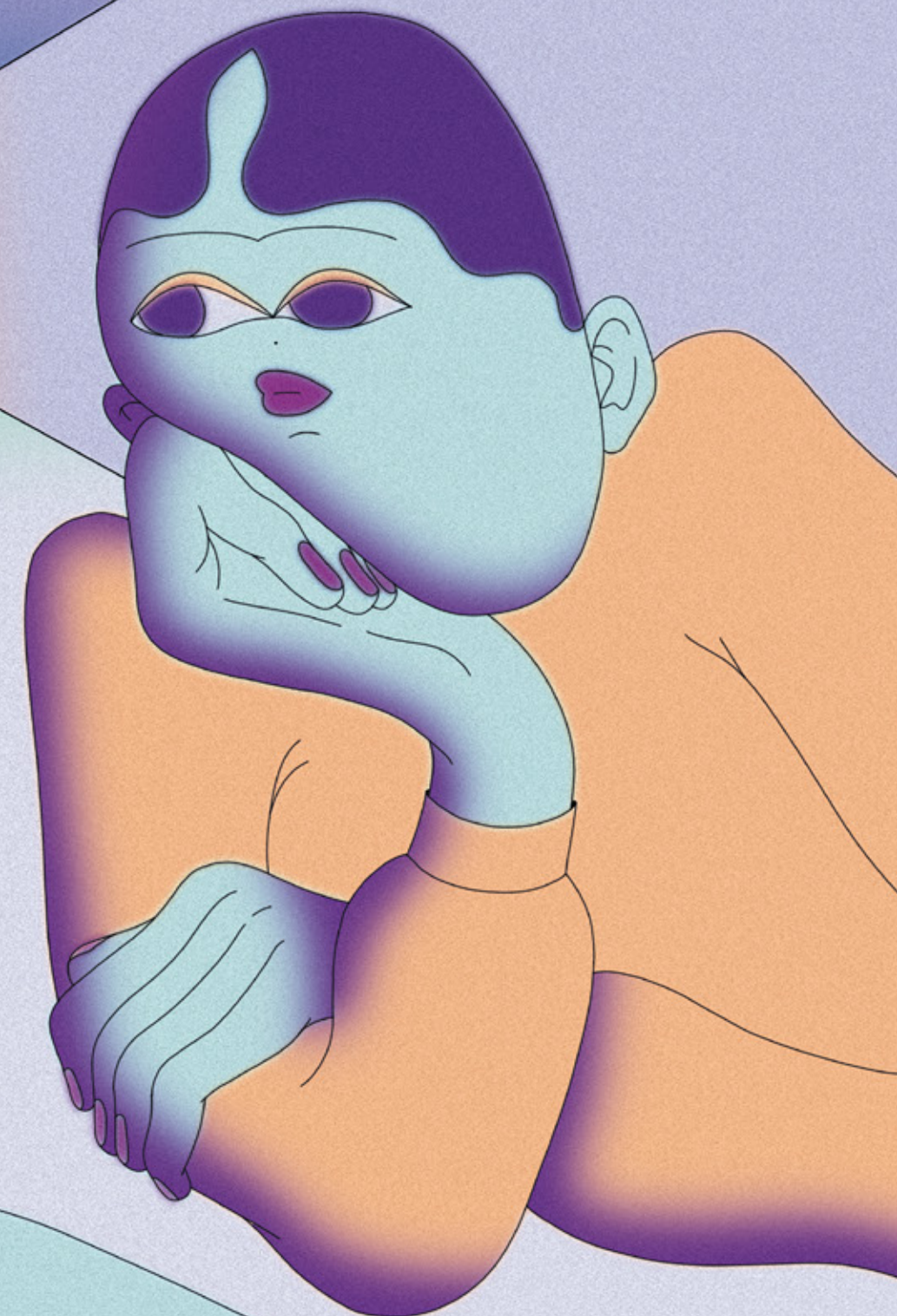
Ondanks het feit dat er al veel onderzoek is gedaan naar de oorzaken van depressie weten we nog steeds niet goed waarom deze aandoening zoveel vaker bij vrouwen voorkomt. Dat is jammer, want voor het verbeteren van de preventie, diagnostiek en behandeling van depressie is het van groot belang om te weten of en hoe bepaalde risicofactoren anders werken voor mannen en vrouwen. Daarom is er in TRAILS een onderzoek gestart om dit uit te zoeken.

Input van TRAILS deelnemers

De uitgebreide gegevens in de TRAILS database bieden een unieke kans om oorzaken van geslachtsverschillen in depressie wetenschappelijk te analyseren. Voordat ze hiermee begonnen wilden de onderzoekers eerst goed in kaart brengen welke ideeën hierover bestaan bij de TRAILS deelnemers zelf. Onderzoeker Klaas Wardenaar zegt hierover: “Er bestaan wel wetenschappelijke theorieën over geslachtsverschillen en depressie, maar die focussen op maar een paar specifieke oorzaken en verklaren niet het hele verhaal. Daarom hadden we behoefte aan frisse input en besloten we om een aantal TRAILS-deelnemers hiervoor te benaderen.”.

Via mailings en de social media accounts van TRAILS hebben we deelnemers gevraagd om met ons mee te denken. Al snel meldde zich een groep deelnemers die bereid was om een vragenlijst in te vullen en hun ideeën voor ons op te schrijven. De deelnemers konden aangeven welke factoren zij zelf het belangrijkste achtten voor het verklaren van het geslachtsverschil in depressie en waarom. De onderzoekers waren erg blij met hun antwoorden. Klaas: “De bijdrage van de deelnemers was precies waarop we hadden gehoopt. Ze keken er echt met een andere blik naar en noemden ook andere dingen dan de vaak gehoorde ideeën die we al kenden.”.

Inmiddels is het onderzoek in de volgende fase en worden analyses uitgevoerd, mede geïnspireerd door de input van de deelnemers. Klaas: “We zijn nog druk bezig met het onderzoek en kennen de uitkomsten nog niet, maar ik durf nu al wel te zeggen dat het nuttig is om deelnemers op deze manier bij het onderzoek te betrekken. Ik zou het ook zeker aan andere onderzoekers aanbevelen.”.



CATHARINA:

Ik vind het werk veel moeilijker geworden. Iedereen heeft het erg druk dus het lukt niet altijd een afspraak te plannen, en zeker niet om een heel groepje mensen tegelijk te spreken. Per e-mail uitleggen aan een collega wat de taak is die gedaan moet worden is veel ingewikkelder dan dit mondeling doen. Zo kunnen er makkelijk misverstanden ontstaan en gaan dingen minder goed of snel dan wanneer ik even bij iemand binnenloop om iets te vragen of uit te leggen. Omdat alles meer tijd kost zijn de werkdagen erg lang geworden. Thuis zijn vind ik wel prima. Het is voor mij leuk dat mijn kinderen in de buurt zijn en niet naar school hoeven. Ik zie ze veel vaker. Zelf hoeven ze ook niet zo nodig naar school. Als ik alleen leefde zonder man en kinderen zou ik het vermoedelijk veel moeilijker vinden om thuis te werken.

DENNIS:

Het meest opvallende is dat ik na meer dan 25 jaar ongeveer hetzelfde kapsel nu lang haar en een baardje heb. Dat is inmiddels ook vereeuwigd op mijn rijbewijs, dus daar kom ik voorlopig niet vanaf. Verder natuurlijk de veranderingen die de meeste mensen raken, zoals vrienden en familie minder zien, thuiswerken en nauwelijks nog eropuit gaan. We zijn in april van vorig jaar verhuisd naar een nieuwbouwwijk. Dat is natuurlijk een uitgelezen moment om een goede band met de buurt op te bouwen. Hoewel we met een aantal bureaus goed bevriend zijn geraakt, blijft het contact met de rest van de buurt jammer genoeg vooral beperkt tot de (heel actieve) buurtapp.

AUKELIEN:

Toen vorig jaar in maart de lockdown begon, waren we als collega's nog wat lacherig, onder het mom van, "Ach, over een paar weken is alles weer normaal". Inmiddels zijn we al een jaar verder...

Ik vind thuiswerken heerlijk! Ons huis is groot genoeg, ook voor de rest van het gezin (we hebben drie tieners), en ik heb een eigen ruimte als werkplek. Ondanks dat we vier maanden niet op huisbezoek mochten, was er genoeg te doen. Het enige wat ik echt lastig vind, is dat je bepaalde dingen alleen maar vanuit je eigen werkplek bij het UMCG kunt doen, zoals post versturen.

Op privégebied heb ik ook niet zoveel last van de lockdown; ik vond het alleen jammer dat we niet naar het buitenland op vakantie konden, maar mijn wandelingen op het Pieterpad in Limburg met mooi weer waren een prima alternatief!

En verder ben ik maar eens begonnen met het maken van fotoboeken..., ook zo'n klus waar je anders nooit aan toe komt.

TINEKE:

Ik heb het, vergeleken met veel anderen, gemakkelijk: mijn vriend en ik hebben allebei werk dat we thuis kunnen doen en we zitten elkaar niet in de weg. Mijn werk is op een bepaalde manier gemakkelijker geworden: minder reistijd, meer gelegenheid om tussendoor even hard te lopen en dergelijke. Maar ik maak me wel zorgen om de gevolgen die dit voor sommigen heeft en mis het enorm om echt met mensen 'om tafel te zitten' en rond te lopen tussen collega's. Hoe eerder we dit virus eronder hebben, hoe beter!

JAAP:

Het is nu bijna een jaar geleden dat mijn collega's en ik ten gevolge van de pandemie onze vertrouwde werkplek halsoverkop moesten verlaten. Van de een op andere dag mochten we niet meer aan het werk in het UMCG en werd ons verzocht thuis te gaan werken. Op enkele dagen na werk ik nu bijna een heel jaar volledig thuis. Gelukkig bestaat mijn dagelijkse werk (ik ben manager onderzoekspersoneel) voor een groot deel uit bureauwerk en heb ik vlot een goede werkomgeving thuis kunnen organiseren. Mijn dagelijkse werkzaamheden kan ik zo goed continueren maar hoe anders gaat het nu...

Nooit meer live face2face contact, wekelijks diverse WEBEX en TEAMS overleggen met haperende videobeelden, online sollicitatiegesprekken voeren, whats-appen met collega's, zieke medewerkers op afstand begeleiden, gebeld worden in de Albert Heijn, dagelijks de landelijke coronacijfers in de gaten houden, contactmomenten met directe collega's bijhouden...

En dat allemaal terwijl je kinderen beneden roepen dat het tijd is om fruit te eten, de kat aan je kamerdeur zit te krabben, de boodschappen ergens tussendoor nog gedaan moeten worden, je kilo's aankomt omdat de dagelijkse fietstocht naar je werk niet meer hoeft én volleybal en salsa-les niet meer mag, de deurbel dagelijks tig keer gaat in verband met alle pakketbezorgers en je screensaver je herinnert aan de wintersportvakantie die niet door is gegaan.... Wat verlang ik naar de tijd dat het nog bijzonder was om een dagje thuis te werken!

MICHELLE:

Door COVID-19 moet de hele onderzoeksafdeling (helaas) thuis werken. Daarnaast konden we bepaalde periodes niet meer op huisbezoeken, wat voor mij toch wel de krenten in de pap zijn. Ik vond het heel jammer dat dat deel van mijn werk weg viel. Verder mis ik, maar met mij denk ik ook een hoop andere collega's, het persoonlijke contact en de praatjes bij het koffie-apparaat. Het is elke dag weer jammer dat er thuis niemand bij de koffiezetautomaat staat om even een klein praatje mee te maken ;-)

Buiten het werk om vind ik het jammer dat ik niet meer kan tennissen en onbeperkt met vrienden en familie kan afspreken, maar dat je overal over moet nadenken. Ik vind het wel heel erg leuk om te zien welke activiteiten er allemaal worden bedacht en georganiseerd om dingen zoveel mogelijk door te kunnen laten gaan binnen de huidige maatregelen.

MARJAN:

Het thuis werken bevalt me goed, ik vind het fijn om 's ochtends meteen aan de slag te kunnen gaan. Het scheelt me veel reistijd en ik kan veel efficiënter werken. Nadeel vind ik wel dat de scheiding tussen werk en privé verdwijnt. Beeldbellen vind ik goed te doen, het is effectief, maar ook wel erg serieus. Wat ik mis in deze periode is humor: de geintjes met collega's onderling. Verder kijk ik ernaar uit om weer eens samen met vrienden of familie iets te kunnen ondernemen in mijn vrije tijd.

MARGO:

In negatieve zin holt Covid-19 mijn (administratieve) werk uit omdat alles digitaal verloopt, zonder fysiek contact. In positieve zin leert deze situatie mij dat ik digitaal beeldcontact toch óók als contact kan ervaren. Vanuit huis kan ik de onderzoekers blijven ondersteunen. Voor het beheren van de website van TRAILS, Facebook en Twitter maakt het niet uit of ik op het werk ben of thuis werk, al staat alles wel op een lager pitje in deze Covid-19 periode. Laten we hopen dat er snel weer fijne berichten verspreid kunnen worden via de sociale media.

LAURA:

Het meeste van mijn werk kan ik thuis ook prima doen, alleen voor het versturen van de filmpjes van de huisbezoeken aan de TRAILS-Next kinderen en hun ouders moet ik wél naar het werk. In eerste instantie moet dit om de SD-kaartjes en de usb-sticks waar de foto's, filmpjes en het interview op staan leeg te halen en op de veilige pagina van de schijf te zetten. En in tweede instantie om de filmpjes de juiste namen te geven, zodat aan de naam van de foto/het filmpje direct is te zien of het om een baby-, peuter- of kleuterhuisbezoek gaat, welk onderdeel gefilmd is en op welke datum het huisbezoek heeft plaatsgevonden.

Ik merk wél dat ik het contact met mijn collega's begin te missen. De praatjes bij het koffie/thee-apparaat, de werkvragen even face-to-face kunnen stellen, de loopjes in de middagpauze... Het voordeel van het thuiswerken is dat ik zelf mijn werkweek kan indelen. Sinds ik thuiswerk begin ik mijn werkdagen meestal met een eind fietsen, dan ben ik heerlijk uitgewaaid voor ik begin. De eerste weken van het thuiswerken deed ik dit niet en ik merkte dat ik dan nauwelijks nog bewoog. Normaal fietste ik op mijn werkdagen naar het werk, maar dat hoefde toen opeens niet meer, dat ben ik maar snel 'vrijwillig' gaan doen.

ONDERZOEK NAAR HET ONTSTAAN VAN ADHD

INTERVIEW MET CATHARINA HARTMAN



Dr. Catharina Hartman is hoofdonderzoeker van zowel TRAILS-CC als TRAILS-Next en sinds 2009 lid van het Management Team (MT) van TRAILS. Catharina heeft, samen met prof. dr. Nanda Lambregts-Rommelse van het Radboudumc uit Nijmegen, een subsidie gekregen om onderzoek te doen naar de ontwikkeling van ADHD. Het onderzoek heeft de naam ROAD (Risico op het Ontstaan van ADHD) gekregen.

Wat was de aanleiding voor het ROAD-onderzoek?

Kinderen met ADHD kunnen last ervaren van de symptomen en gevolgen van ADHD. Om hen beter te kunnen helpen is onderzoek naar mogelijke oorzaken van ADHD nodig. De oorzaken van ADHD worden nog niet goed genoeg begrepen om de vervelende gevolgen te voorkomen; daarom is onderzoek naar de oorzaken van ADHD nodig. Hiervoor is het belangrijk de periode voorafgaand aan het ontstaan van ADHD in kaart brengen. Bij psychiatrische problemen op volwassen leeftijd, zoals bijvoorbeeld depressie, is dat heel gebruikelijk, maar bij onderzoek naar ADHD worden de oorzaken meestal pas onderzocht als de diagnose al is vastgesteld. Dan kijk je dus meer naar de gevolgen van ADHD dan naar de oorzaken. Het vaststellen van de diagnose ADHD gebeurt vaak op zes à zevenjarige leeftijd. Om te kunnen onderzoeken hoe de ADHD symptomen zich ontwikkelen en wat daar een rol bij speelt is het nodig om het onderzoek vroeg te starten, vóór het moment dat er een diagnose wordt gesteld.

Wie verstrekt de subsidie voor dit onderzoek?

De subsidie komt van ZonMW, een landelijke organisatie die onderzoek naar medische aandoeningen financiert. De kans op het krijgen van deze subsidie was heel klein; er waren enorm veel onderzoeken ingediend vanuit heel Nederland. Na verschillende rondes zijn er uiteindelijk vijf onderzoeken geselecteerd die een subsidie toegewezen kregen, waaronder ROAD. De subsidie voor ROAD loopt tot 2028, maar hopelijk krijgen we tegen die tijd weer een nieuwe subsidie om langer door te gaan.

Wat is het doel van ROAD?

We willen de vroege signalen van ADHD in kaart brengen en oorzaken voor het ontstaan van ADHD identificeren. We weten dat ADHD voor een groot deel erfelijk is, maar ook dat erfelijkheid lang niet alles verklaart. Sommige kinderen met een ouder met ADHD krijgen het bijvoorbeeld zelf niet. Mogelijk spelen niet alleen genetische aanleg maar ook de omgeving hierin een belangrijke rol. Door al vanaf zeer jonge leeftijd de kinderen en hun omgeving in kaart te brengen, krijgen we een beeld van de ontwikkeling van een kind voordat ADHD zich heeft ontwikkeld. We

willen niet alleen weten welke factoren de kans op ADHD vergroten (bijvoorbeeld geslacht, vroeggeboorte), maar ook hoe zo'n proces dan verloopt en wat daarin veranderbaar is. Belangrijk is ook dat we onderzoeken welke factoren het kind beschermen tegen het ontwikkelen van ernstige ADHD problemen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan opvoeding. Opvoeding bepaalt niet of een kind wel of niet ADHD krijgt, maar een opvoedstijl waarbij rekening gehouden wordt met de ADHD symptomen kan er mogelijk voor zorgen dat een kind er minder last van heeft. Uiteindelijk gaat het steeds om de vragen welke factoren van invloed zijn op de ontwikkeling en beloop van vroege signalen van ADHD.

Hoe ziet het ROAD-onderzoek eruit?

Het ROAD-onderzoek bestaat uit twee delen: een deel vindt plaats bij de groep kinderen die meedoen aan TRAILS-Next. Het andere deel vindt plaats bij de kinderen van een nieuwe groep ouders, waarvan minimaal één van beiden ADHD heeft: de ROAD-groep. De groepen tezamen geven het antwoord op onze vragen.

In beide groepen doen we metingen op verschillende leeftijden van het kind, van jongs af aan, op dezelfde manier. Het verschil is dat in de nieuwe ROAD-groep de grootouders van de baby's gevraagd worden om een vragenlijst in te vullen. Dat wordt gedaan omdat we van de TRAILS-Next deelnemers al heel veel weten van hun kindertijd, terwijl dat bij de ROAD-groep nog niet zo is. Voor de TRAILS-Next deelnemers verandert er door ROAD niets; alle gegevens worden toch al verzameld.

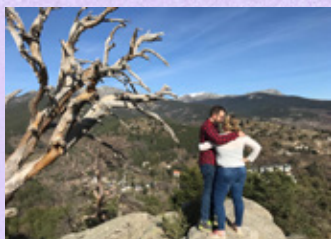
Hoe werven jullie nieuwe deelnemers?

We werven onze nieuwe deelnemers landelijk via verloskundige praktijken en instellingen voor volwassenen- en kinderpsychiatrie. We zijn afgelopen oktober van start gegaan en de eerste deelnemers zijn inmiddels begonnen. Ook zijn de eerste baby's al geboren en hebben de eerste huisbezoeken op de leeftijd van drie maanden plaatsgevonden.

We zijn nog op zoek naar stellen waarvan minstens één van beiden ADHD klachten heeft en die zwanger zijn of een kinderwens hebben; en die niet aan TRAILS meedoen. Aanstaaende ouders kunnen zichzelf ook aanmelden. Ken je iemand die voor ROAD in aanmerking komt en wel mee zou willen doen? Deze persoon kan zich aanmelden via de website van ROAD: <https://www.vroegherkenningadhd.nl>. Ook voor verdere informatie over het onderzoek kunnen mensen hier terecht.



TRAILS GLOBAL



Waar hangen onze deelnemers uit?

Mijn naam is Marloes Goes, ik ben 30 jaar en woon alweer bijna twee jaar in Spanje. Ongeveer vier jaar geleden begon ik met mijn Spaanse avontuur, niet wetende dat ik zou eindigen in een klein dorp in het noorden van Spanje. Tijdens een stage fysiotherapie van drie maanden in 2016 ben ik mijn huidige vriend tegen gekomen. Na een vriendschap van een jaar, een jaar verliefd op en neer reizen, een jaar samenwonen en een verloving van een jaar, ben ik nu vijf maanden zwanger van ons eerste kind.

Ik ben dus echt naar Spanje gekomen voor de liefde en heb er nog geen dag spijt van. Na een jaar in Madrid te hebben gewoond, hebben mijn vriend en ik besloten om allebei ons werk op te zeggen en naar zijn geboortedorp in Galicië te verhuizen. Hier vind je rust, reinheid en vooral heel veel mooie natuur. Drie weken na de verhuizing moest heel Spanje in lockdown door het coronavirus. Ondanks deze valse start zijn we erg blij met de keuze om de stad achter ons te laten. We genieten hier volop van de watervallen, bossen, stranden, bergen en de vele barretjes waar je voor een euro nog een goede koffie kunt krijgen en gratis tapas uiteraard. De Spaanse taal heb ik echt geleerd door met mijn vriend te praten, hij spreekt namelijk geen Engels. Toen ik wist dat ik ging emigreren heb ik nog wat privélessen genomen. Sinds ik hier woon is mijn Spaans nog stukken verbeterd; ik begrijp vooral andere mensen beter. Ik kan me dus volledig zelfstandig redden, wat ook handig is met afspraken met de verloskundige en gynaecoloog, want mijn vriend mag niet mee i.v.m. corona...

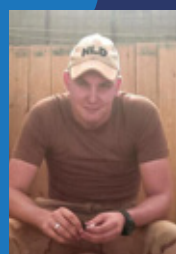
Ik werk nu weer voor hetzelfde bedrijf als in Madrid, maar dan vanuit huis, zoals zovelen. Ik werk in een callcenter dat werkt voor Nederland. We boeken reparaties in voor witgoed en keukens en we registreren apparaten. Ik hoop dat ik snel een baan kan vinden als fysiotherapeute of dat ik een eigen praktijk kan beginnen, want daar ligt wel mijn hart. Natuurlijk mis ik mijn vrienden en familie enorm, vooral omdat ik het afgelopen jaar maar één keer een bezoek naar Nederland heb kunnen plannen. Het was wel een heel bijzonder bezoek, want mijn zus is getrouwd en ik heb mijn prachtige neefje voor het eerst kunnen zien. Gelukkig staat de technologie voor niets en videobel ik regelmatig met ze. Verder mis ik weleens

de Nederlandse nuchterheid en satésaus, maar de Spaanse keuken maakt veel goed.

Mijn toekomst zie ik hier in Spanje voor me, zeker nu er een kind op komst is, hoewel ik het soms een uitdaging vind om hier zwanger te zijn. De zorg is hier heel goed, maar toch wel iets anders ingericht dan in Nederland. Kleine verschillen zijn bijvoorbeeld dat ik elke keer verplicht op de weegschaal moet bij de verloskundige, maar mijn buik nooit wordt opgemeten. Ook vinden de echo's hier plaats in stilte en sta je aan het eind van het bezoek met een 'alles gaat goed' en een stapeltje papieren weer buiten. Daarnaast is thuis bevallen iets heel Hollands; hier is het altijd in het ziekenhuis. Daar blijf je dan ook nog twee à drie dagen en daarna ga je weer naar huis. Zonder kraamzorg, want dat bestaat hier ook niet. Dat wordt dus veel inlezen en zelf (geïmporteerde) beschuit met muisjes smeren voor de visite. Gelukkig hebben we veel familie van mijn vriend om ons heen, die altijd wil helpen. Ik heb er alle vrouwen in dat het helemaal goed komt, al moet ik eerlijk bekennen dat zo'n zwangerschapsbrein niet altijd mee helpt om een andere taal dan je moedertaal te spreken. Ook raak ik niet gewend aan het feit dat mensen hier allemaal vragen hoe je kind gaat heten... In Nederland verstuur je geboortekaartjes om dat kenbaar te maken, maar hier vertel je het gewoon tijdens de zwangerschap.

Wat ik heel leuk vind is dat ons kind ook mijn achternaam zal krijgen, wat voor de meesters en juffen vast een hele uitdaging zal zijn om later uit te spreken. Sowieso willen wij ons kind tweetalig opvoeden, Spaans en Nederlands, met daarnaast uiteraard nog Engels en het Gallego dat ze hier spreken (te vergelijken met het Fries in Nederland). Het zal ons kind dus niet aan talen ontbreken; hopelijk wordt ze geboren met een talenknobbel. En anders heeft ze tijd genoeg om het te leren door met haar familie te kletsen of met vriendjes buiten te spelen. Door de combinatie van mooi weer en laat avondeten liggen kinderen hier niet voor 11 uur 's avonds op bed en de ouders borrelen gezellig nog wat langer door. Genieten kunnen ze hier wel. Van die onbezorgdheid waarmee de Spanjaarden in het leven staan kan ik veel leren en die hoop ik ook mee te kunnen geven aan onze dochter.

DE LOTERIJWINNAARS



Kevin



Bas

Aan het einde van elke meting houden we een verloting onder alle deelnemers die de vragenlijst hebben ingevuld. Onlangs hebben we zowel de zesde meting voor de deelnemers met geboortejaren 1993, 1994 en 1995 als de zevende meting voor de deelnemers met geboortejaren 1989, 1990 en 1991 afgerond. Hiernaast laten we de beide hoofdprijswinnaars aan het woord.

Mijn naam is Kevin, ik ben 27 jaar en ik doe al vanaf mijn tiende jaar mee aan TRAILS. Zodra ik de uitnodiging voor een nieuwe meting binnen heb, probeer ik direct even tijd te maken om de vragenlijst in te vullen. Ik heb in het verleden niet aan alle metingen mee kunnen doen, maar dat had dan altijd te maken met mijn werk. Ik werk bij defensie en verblijf voor oefening en/of uitzending regelmatig in het buitenland, zoals in Mali, Tsjechië, Hongarije of Curaçao.

Toen ik gebeld werd dat ik de hoofdprijs had gewonnen in de loterij, dacht ik dat er een geintje met mij uitgehaald werd. Ik was met stomheid geslagen, maar ik vond het natuurlijk erg leuk. Van de prijs heb ik hele mooie eettafelstoelen gekocht. Omdat mijn vriendin en ik net een huis hebben gekocht, komen die goed van pas.

Tegen andere deelnemers zou ik nog willen zeggen dat het belangrijk is dat ze mee blijven doen. Het is maar een kleine moeite en je helpt de wetenschap weer een stapje vooruit.

Mijn naam is Bas, ik ben 31 jaar en ik woon en werk in Zermatt, Zwitserland. Tussen twee banen door ging ik op vakantie naar Bali. Tijdens mijn verblijf daar had ik meerdere gemiste oproepen en een gemiste voicemail die ik niet kon afluisteren. Bij terugkomst in Zwitserland stond ik nog maar amper in de aankomsthal toen ik weer gebeld werd door het onbekende nummer. Deze keer nam ik wel op.

Het bleek iemand van TRAILS te zijn met het goede nieuws dat ik de hoofdprijs in de loterij had gewonnen, nl. een flinke reischeque! Ik dacht eerst dat het een grap was, maar het bleek dus echt zo te zijn. Toen voelde ik me wel een echte bofkont: ik was nauwelijks terug van Bali en kon direct al weer dromen over een volgende trip.

Maar ja, toen brak de coronacrisis uit. Ondertussen ben ik nog steeds niet terug in Nederland geweest om mijn prijs in ontvangst te nemen. Ik hoop dat het in mei van dit jaar gaat lukken. Na ruim 1,5 jaar zou dat wel eens tijd worden!

trails

HET ONDERZOEK VAN TRAILS WORDT GESUBSIDIEERD DOOR:

- Nederlandse organisatie voor Wetenschappelijk Onderzoek (NWO) | www.nwo.nl
- ZonMw / Gebied Maatschappij- en Gedragswetenschappen
- Ministerie van Justitie | www.rijksoverheid.nl/ministeries/venj
- European Research Council | www.erc.europa.eu
- Biobanking and Biomolecular Resources Research Infrastructure BBMRI-NL | www.bbmri.eu

DAARNAAST WORDT TRAILS ONDERSTEUND DOOR:

- Universitair Medisch Centrum Groningen | www.umcg.nl;
- Rijksuniversiteit Groningen | www.rug.nl;
- Universitair Medisch Centrum Radboud | www.umcn.nl;
- Universiteit Utrecht | www.uu.nl;
- Parnassia Bavo Groep | www.parnassiabavogroep.nl