

## Hockeykeepster Joyce Sombroek

‘Door topsport  
een betere arts’

**Ze is geneeskundestudent en de beste hockeykeepster van de wereld. Joyce Sombroek werd al Europees, olympisch en wereldkampioen, maar zit nog altijd vol ambitie. Haar doelen voor de nabije toekomst: goud bij de Spelen in 2016 en haar artsenbul in 2018.**

**V**orige zomer werd Joyce Sombroek (24) met het Nederlands hockeyteam wereldkampioen in Den Haag, zonder dat de keepster gedurende dat toernooi een tegendoelpunt hoefde te incasseren. De Fédération Internationale de Hockey riep haar mede vanwege die unieke prestatie uit tot beste keepster van het jaar 2014. “Een enorme eer”, zegt Sombroek, om die eer vervolgens gauw te delen: “Ik heb die uitverkiezing ook te danken aan mijn trainers en teamgenoten. Door hen kan ik excelleren. Het was sowieso een fantastisch toernooi. We hebben er keihard voor getraind en dan valt alles op z’n plek op het moment suprême: in een stadion in eigen land, met veel publiek, allemaal in het oranje, en vrienden en familie op de tribunes. Dat was heel bijzonder.”

Sombroek heeft alles gewonnen wat er te winnen valt en is de beste van de wereld. Zijn er nog wel doelen over? “De beste blijven is een nog grotere uitdaging. Ik wil altijd beter worden.

Die paar procentjes pakken. Ik doe bijvoorbeeld speciale oog- en reactietraining en wil kijken wat ik nog kan leren van voetbal-, ijshockey- en handbalkeepers. Met Oranje werken we toe naar het volgende grote doel: nog een keer de Spelen winnen, in Rio de Janeiro in 2016.”

**Pittige combi**

Het valt niet uit te sluiten dat Sombroek ook dat doel haalt. Als ze iets in haar hoofd heeft, houdt ze daaraan vast en krijgt ze het meestal voor elkaar. Toen ze in de jeugd van de Lochemse Hockey Club speelde, wist ze al wat ze later wilde doen: mensen helpen en beter maken. Nog voor haar twaalfde verjaardag besloot ze arts te worden. Nu, op haar 24ste, heeft de beste hockeykeepster ter wereld haar bachelor geneeskunde op zak.

Veel topsporters laten hun studie vallen nadat ze doorbreken. Simpelweg omdat het niet te combineren valt. “Het is een pittige combi”, erkent Joyce, “maar ik ben gemotiveerd en ik kan erg goed

plannen. Per semester kijk ik waar de knelpunten zitten en of ik misschien een vervangende opdracht kan doen.” De VU stelt zich waar mogelijk soepel op. “Daar ben ik blij mee. Ik denk dat ik door topsport een betere arts word.” Sombroek ziet namelijk veel parallellen tussen het medische werkveld en het hockeyveld. “Het is allebei hard werken, in teamverband, met verschillende persoonlijkheden en een bepaalde hiërarchie. In beide werelden gaat het om het bereiken van een doel. Daartoe moet je elkaars kwaliteiten optimaal benutten. Communicatie, discipline, omgaan met tegenslagen; het zijn belangrijke vaardigheden in topsport én in het ziekenhuis.”

Op dit moment is Joyce bezig haar junior co-schappen af te ronden. “Dat kan in deze periode. Ik mag één krachttraining in de week missen. Niet meer. Ik moet top blijven presteren. De komende anderhalf jaar, in aanloop naar Rio, staat hockey op één. Daarna richt ik me een jaar lang op het afmaken van mijn studie. Dan komt hockey op een lager pitje te staan.” De mogelijke gevolgen daarvan voor haar interlandcarrière neemt ze voor lief. “Ik weet nog niet hoe het gaat lopen, maar ik wil ook carrière maken als arts. In 2018 wil ik arts zijn, dan heb ik mijn studie binnen tien jaar afgerond.”

Een echt studentenleven heeft de keepster nooit gehad. “Vanaf mijn veertiende heb ik bij de Nederlandse jeugdselecties gezeten. Hoe verder je komt, hoe meer je naar je sport gaat leven. Dat betekent: vrijwel niet uitgaan, voldoende

**ArtsenAuto  
LIVE**

Hockeytips en -tricks krijgen van de beste keepster ter wereld? Het kan op zaterdag 6 juni tijdens Arts en Auto LIVE, want dan verzorgt Joyce Sombroek voor jong en oud een clinic. Meer info op [artsenauto.nl/live](http://artsenauto.nl/live)

rust en gezonde voeding. Maar ik vind niet dat ik wat mis. Ik haal plezier en voldoening uit het keepen, de groepsprocessen, het reizen, het spelen met de besten tegen de besten en het winnen van wedstrijden.”

**Even afzonderen**

Onlangs heeft Sombroek in het kader van haar studie onderzoek gedaan naar scoliose-operaties bij patiënten met Spinale Musculaire Atrofie (SMA). Ze heeft bewust gekozen voor literatuuronderzoek, zodat ze ook op trainingscentrum Papendal aan haar onderzoek kan werken. “Als we daar verblijven, neem ik altijd mijn laptop mee. Ook al is er weinig tijd en is het vaak gezellig met de meiden, dan zonder ik me toch even af.” Momenteel wacht Joyce op de laatste feedback op haar onderzoeksverslag. “Ik heb alle vertrouwen in een goede beoordeling”, zegt ze. “Wel is er nog veel meer vervolgonderzoek nodig. Bijvoor-

**‘Ik kan aan twee kanten iets betekenen voor mensen met een spierziekte’**

beeld om te kunnen vaststellen wat de beste chirurgische technieken zijn en op welke leeftijd je het beste kunt opereren.

Sombroek heeft haar onderzoek uitgevoerd bij het Spieren voor Spieren Kindercentrum in Utrecht. De keuze voor die plek en het onderwerp kwam niet uit de lucht vallen. Sinds 2010 is de hockeyster als ambassadeur verbonden aan de stichting Spieren voor Spieren. “Ik weet hoe mooi sporten kan zijn, daarom vind ik het zo erg dat het voor meer dan twintigduizend kinderen in Nederland niet vanzelfsprekend is. Er zijn zo veel verschillende spierziekten en er is nog vrijwel geen therapie voor.”

Via de Nederlandse hockeybond heeft Sombroek de stichting leren kennen.

Inmiddels heeft de bond een ander goed doel geadopteerd, maar de keepster blijft zich inzetten voor het kind met een spierziekte. “Qua spieren zijn deze kinderen niet zo sterk, maar qua persoonlijkheid juist wel. Ze zijn zo veerkrachtig. Dat is ook nodig, omdat ze vaak te maken krijgen met complicaties ten gevolge van hun ziekte. Het maakt elke keer weer indruk.” Sombroek stelt graag wat van haar schaarse tijd beschikbaar om te helpen geld in te zamelen voor onderzoek. Waaraan ze dus zelf ook heeft meegewerkt. “Ik vind het mooi dat ik als geneeskundestudent en topsporter aan twee kanten iets kan betekenen voor patiënten met een spierziekte en voor de stichting.”