

Rik van der Kolk (50) is sportarts en werkt bij sportmedisch centrum SMA Midden Nederland in Amersfoort en bij SportsClinic in het St. Antonius Ziekenhuis in Utrecht. Verder is hij bondsarts van de KNZB en teamarts van het Nederlandse waterpoloteam (vrouwen) en van schaatsteam Corendon. Hij begeleidde bij de Olympische Zomerspelen van 2008 in Peking onder anderen de waterpolosters en bij de Olympische Winterspelen van 2010 in Vancouver de schaatsers. Van der Kolk speelde waterpolo bij de GSZC de Walvisch in Groningen en AZ&PC in Amersfoort.



‘Bij de Spelen viel alles op zijn plek’

Bondsarts Rik van der Kolk moet de waterpolosters soms goed observeren om te achterhalen of ze iets mankeren. “Dan zijn ze bang om hun plek in het team kwijt te raken.”

“Ook als ze diarree of een griepje hebben, schieten ze me aan of bellen ze me”, zegt Rik van der Kolk, teamarts van de waterpolosters. “Maar het meeste wat ik doe, is toch wel sportgerelateerd.” Eén dag per week is Van der Kolk aanwezig in het KNZB-zwembad in Zeist waar de selecties van de waterpoloteams trainen. Hij bespreekt dan samen met de staf de medische zaken. “En ik ben er natuurlijk voor de spelers. De een heeft een pijntje, de ander is aan het revalideren en de derde pikt na een zware blessure de draad weer op.”

Het werken met teamsporters werkt toch net weer even anders dan met individuele sporters zoals schaatsers, vertelt Van der Kolk. “Sommige spelers hebben meerdere agenda’s. Als ze iets hebben, houden ze dat soms voor zich, uit angst hun plek in het team kwijt te raken. Of ze willen niet dat een concurrente voor die specifieke positie op de hoogte is van haar zwakke plek.” Van der Kolk vertelt dat je daar als arts doorheen moet prikken. “Een kwestie van goed observeren. Als ik zie dat iemand zich anders gedraagt of wat stijf beweegt, dan probeer ik in een gesprek te achterhalen wat er speelt.”

Van der Kolk praat veel met spelers die koste wat kost met een blessure willen blijven spelen. “Dan leg ik uit dat een lichte blessure kan verergeren als je het maar blijft belasten. En dat ze daarmee uiteindelijk ook hun eigen team benadelen. Voor deze argumenten zijn ze meestal ontvankelijk.”

Soms wordt er met pijnstillers gespeeld, erkent Van der Kolk. “Dat zijn dan geen middelen als tramadol, maar wel ibuprofen, paracetamol en diclofenac. Dat is elke keer een lastige afwe-

ging, want pijn is natuurlijk wel een signaal, van het lichaam, dat je serieus moet nemen; door toch te spelen kan een kwetsuur verergeren. Verder kun je natuurlijk ook altijd iets proberen te immobiliseren met een tape.”

Van der Kolk herinnert zich nog goed hoe tijdens de Olympische Spelen in 2008 alles op zijn plek viel voor de waterpolodames. “Een aantal belangrijke speelsters kampte vlak voor dat toernooi met vervelende blessures. Operaties lagen voor de hand maar die hebben we in samenspraak uitgesteld tot na de Olympische Spelen.” Dat bleek een heel goede beslissing want iedereen kon het hele toernooi spelen. “Ook wel geluk hoor”, relativeert hij, “voor hetzelfde geld maakt iemand een verkeerde beweging waarbij iets scheurt. En dan kan het compleet anders aflopen. Zeker voor de individuele speler voor wie de sportcarrière dan misschien wel voorbij is.”

De sportarts benadrukt dat de speler op zo’n moment altijd zelf de beslissing neemt, en niemand anders. “Ik schets alle scenario’s en leg alle informatie op tafel, maar zoiets kan een topsporter alleen maar voor zichzelf beslissen.”

Alles liep goed af en Nederland werd olympisch kampioen in Peking. Voor Van der Kolk werd het een euforisch en tegelijkertijd pijnlijk moment. “We zaten met de medische begeleiders in een kleine dug-out. Bij elk doelpunt sprong ik op, maar één keer ging dat niet goed en knalde ik hard met mijn hoofd tegen de bovenrand van de dug-out. Op tv heb ik dat later nog vaak teruggezien.” Van der Kolk heeft die gouden plak wel even meegevierd, maar is verder zo veel mogelijk buiten de publiciteit gebleven. “Op zo’n moment houd je professionele afstand. Het gaat ook niet om mij maar om de sporters.”

Werken met topsporters

Enkele honderden medisch professionals in Nederland werken dagelijks met topsporters. In deze 5-delige serie vertellen professionals over hun ervaringen.



Henk van der Hoeven
orthopedisch chirurg



Pepijn van Ingen
fysiotherapeut



Jeroen Rietvelt
inspanningsfysioloog



Afke van de Wouw
sportpsycholoog