

Tips & Tricks voor beginnende AIOS pathologie

Gefeliciteerd met je opleidingsplek! Nu begint jouw avontuur als AIOS pathologie. Je hebt natuurlijk niet voor niks voor dit interessante vak gekozen, dus waarschijnlijk ben je helemaal op je plek. Toch kunnen je nieuwe taken ook stress opleveren. Daarom willen we je helpen om je weg te vinden binnen de opleiding. In dit document vind je tips om je eerste maanden zo goed mogelijk door te komen en lees je tips van de AIOS die jou zijn voorgegaan. Het is natuurlijk niet de bedoeling dat het lezen van dit document meer stress oplevert, een belangrijke boodschap is dan ook dat veel dingen zich in de loop van de tijd ook vanzelf wijzen.

Wat moet ik direct regelen?

Als AIOS moet je je binnen 8 weken na start inschrijven in het opleidingsregister bij de Registratiecommissie Geneeskundig Specialisten (RGS): <http://knmg.artsennet.nl> (inloggen met DigiD). Er zijn kosten verbonden aan het inschrijven in het opleidingsregister, maar deze zijn te declareren (vraag aan het secretariaat of aan je mede-AIOS hoe je dit kan doen). Iedere wijziging in je opleidingsschema moet je 2 maanden van tevoren doorgeven aan RGS.

Hoe overleef ik mijn eerste weken?

Zo erg is het natuurlijk niet, maar de eerste paar weken kunnen spannend zijn. Hoe kom je die zo probleemloos mogelijk door?

- Neem het landelijk opleidingsplan (<http://www.pathology.nl/nascholing-en-opleiding/opleidingseisen>), het regionaal en lokaal opleidingsplan en het kaderbesluit opgesteld door het Centraal College Medische Specialismen (CCMS) door (ook het specifieke besluit 'pathologie' met daarin alle specifieke en algemene eisen van de opleiding). Hierin staat alle regelgeving betreffende de opleiding met de daar bij behorende rechten en plichten van de AIOS. Hierdoor weet je ook beter wat er van je wordt verwacht en wat jij kan verwachten tijdens de opleiding.
- Meld je aan bij EPASS (<https://my.epass.eu>): vraag een account aan. Dit is het elektronische portfolio wat je nodig hebt voor je beoordelingen. Probeer in de gaten te houden dat je voldoende beoordelingen krijgt en vraag er af en toe zelf om.
- Bespreek eventuele afwezigheid zoveel mogelijk van tevoren met de roostermaker en met de superviserende patholoog, zodat er geen diagnostiek blijft liggen. Zorg voor een goede overdracht.
- Organiseer gelijk aan het begin van het blok een intakegesprek met de begeleidende patholoog. Dit is nodig voor je portfolio in EPASS, maar ook handig voor jezelf om te weten wat er van je verwacht wordt tijdens het komende blok.
- Neem de tijd om je aan iedereen voor te stellen op de afdeling (ook de analisten en het secretariaat).
- Zoek contact met een oudere AIOS. Het helpt als iemand jou in kan werken en een AIOS die bijna klaar is met de opleiding kan dit vaak heel goed. Pathologen natuurlijk ook, maar die hebben mogelijk minder tijd voor jou. Vaak heeft de oudste AIOS ook als taak om nieuwe AIOS een beetje op weg te helpen.

- Indien je voor obducties bent ingedeeld: kom op tijd en zorg dat je weet hoeveel obducties er zijn en waar het om gaat voor het ochtendoverleg. Ga na of het gaat om een natuurlijke of niet-natuurlijke dood en in het laatste geval bespreek of de obductie bij jou of in het Nederlands Forensisch Instituut (NFI) moet plaatsvinden. Lees daarna het aanvraagformulier goed door en neem eventueel contact op met de kliniek. Overleg de aanpak met de superviserende patholoog, want het helpt als je al precies weet waar je op moet letten tijdens de obductie. Bij de obductie zelf kan je veel geholpen worden door obductiemedewerkers. Als je ergens over twijfelt, laat het orgaan dan zoveel mogelijk intact en bel als je klaar bent met de rest van de obductie de supervisor zodat je het samen kan uitsnijden. Maak ook je eigen checklist voor volwassene- en foetus obducties, zodat je niks vergeet in je verslag.
- Bij het uitsnijden: vraag laagdrempelig of mede-AIOS of pathologen met je meekijken bij de macroscopie en maak veel foto's; een slechte macroscopie levert later problemen op en is vaak niet meer terug te draaien.
- Wat betreft het contact met de kliniek: laat je niet verleiden tot een uitspraak over een uitslag die nog niet door een patholoog is geautoriseerd, ook al dringt de kliniek aan.
- Verwacht niet dat je gelijk alles al kan, maar probeer het wel. Je eerste verslag zal moeizaam gaan, maar ook als je helemaal geen idee hebt helpt het wel om toch vast te beschrijven wat je ziet. Zo laat je ook zien dat je het wel hebt geprobeerd.
- Begin gelijk met studeren. Vraag de patholoog van de module waar je in zit welke boeken het beste zijn om het deelspecialisme te leren kennen. Je zal altijd weinig tijd hebben, maar als je er gelijk een gewoonte van maakt veel in de boeken te kijken investeer je in je toekomst.
- Kijk een keer een versdienst mee voordat je zelf versdiensten krijgt.
- Begin op tijd met het bijhouden van je individuele opleidingsplan (IOP). Dit maak je in overleg met je opleider en pas je gedurende je hele opleiding aan. Scan dit ook in en voeg het toe aan je EPASS portfolio.

Welke organisaties zijn handig om lid van te worden?

- LPAV: de Landelijke Pathologie Assistenten Vereniging (LPAV) behartigt de belangen van de AIOS: <https://lpav.nl/algemeen/>. De contributie bedraagt €100,- voor de gehele duur van de opleiding en kan van het opleidings- of persoonlijk budget gedeclareerd worden.
- NVVP: Nederlandse Vereniging Voor Pathologie (NVVP), de wetenschappelijke beroepsvereniging van pathologen en AIOS pathologie. Voor AIOS kost het lidmaatschap €70,- per jaar. Zie voor meer informatie: <https://pathology.nl/>.
- De Jonge Specialist: de zelfstandige beroepsvereniging voor alle AIOS in Nederland en staat voor één gezamenlijke AIOS-stem op landelijk niveau, een sterke positie voor alle AIOS bij de CAO onderhandelingen en het initiëren, coördineren en stimuleren van initiatieven ter bewaking en verbetering van de opleiding: www.dejongespecialist.nl. De contributie bedraagt €130,- per jaar, waarvan je minimaal 42% vergoed krijgen van je werkgever en wat je kan declareren van het persoonlijk budget.

Andere interessante organisaties die cursussen en congressen organiseren:

- ESP: European Society of Pathology, <https://www.esp-pathology.org/about-esp.html>: dit lidmaatschap is gratis.
- BDIAP: British Division of the International Academy of Pathology, www.bdiap.org
- Pathological Society: www.pathsoc.org

Hoe zorg ik dat ik genoeg leer tijdens mijn opleiding?

Studeren is een belangrijk onderdeel van de opleiding, maar je zult het zelf moeten doen. Hoe pak je dat aan?

- Studeer aan de hand van de casuïstiek die je hebt gezien als diagnostiek of tijdens onderwijs. Een boek van voor naar achter lezen is vaak niet het meest effectief en is ook niet echt behapbaar.
- Begin met de veel voorkomende laesies. Deze zal je in je eerste stage moeten leren herkennen, de zeldzame dingen komen later aan bod.
- Gebruik de expertise van de pathologen om je heen, durf veel vragen te stellen.
- Indien mogelijk, laat andere specialismen bij interessante gevallen meedenken. Vraag bijvoorbeeld bij een gekke schimmel of de medisch microbioloog mee wil kijken. Die zijn (net als wij) erg enthousiast over hun vak en kunnen je veel leren.
- Gebruik in het begin de boeken die beknopte overzichten geven. Geleidelijk aan kun je je meer gaan verdiepen. In het begin kan je je inlezen in de histologie met 'Histology for pathologists' van Stacey E. Mills. Je krijgt wanneer je begint ook het naslagwerk 'Rosai and Ackerman's Surgical Pathology' of het basisboek 'Pathologic Basis of Disease' van Robbins and Cotran (afhankelijk van je centrum). Vraag verder je mede-AIOS of jullie ook online toegang hebben tot boeken (bijvoorbeeld via de universiteitsbibliotheek of met een inlogcode).
- Gebruik goede websites:
 1. www.pathologyoutlines.com/: veel uitleg per diagnose
 2. www.huidziekten.nl/zakboek/alfabet/alfabetframe.htm: handig voor het dermablok
 3. <http://melanocytopathology.com/> mooie website over melanocytair laesies
 4. www.oncoline.nl: richtlijnen voor onder andere pathologie verslaglegging
 5. <https://app.immunoquery.com>: immuno database
 6. <https://app.expertpath.com/> handige website
 7. <http://www.webpathology.com>: educatieve digitale slides
 8. <http://www.virtualpathology.leeds.ac.uk/slides/library/>: educatieve digitale slides
 9. <http://www.histologyguide.com/> normale weefsel histologie
 10. <http://www.pathpedia.com/Education/eAtlas/Histopathology.aspx>: wikipedia voor pathologie

11. <http://publications.iarc.fr/Book-And-Report-Series/Who-Iarc-Classification-Of-Tumours> van de oude versies (onderaan) kan je gratis een PDF downloaden
 12. <http://surgpathcriteria.stanford.edu/>
 13. <http://www.archivesofpathology.org/?code=coap-site> schrijf je in voor dit open access journal, veel relevante en toepasselijke papers met bijvoorbeeld pitfalls of andere interessante zaken.
 14. <https://www.pathologystudent.com/free-stuff/> schrijf je in voor het ontvangen van 'path bites' – dit zijn dagelijkse korte emails met daarin een feitje over bijvoorbeeld leukocytoclastische vasculitis of morbus Zoon.
- Volg zo vroeg mogelijk de BOP (basis opleiding pathologie) cursussen. Deze worden georganiseerd door de NVVP en zijn verplicht voor alle AIOS pathologie. De volgorde is idealiter (maar niet vastgelegd):
 1. BOP-cursus Pathofysiologie (vooral zinvol voor obducties)
 2. BOP-cursus Oncologie
 3. BOP-cursus Moleculaire Pathologie
 4. BOP-cursus Immunologie en Ontsteking
 - Volg zo vroeg mogelijk de PALGA-cursus coderen (www.palga.nl --> opleidingen), deze is ook verplicht.
 - Overleg met je opleider welke andere cursussen en congressen voor jou relevant zijn. De opleider moet hiervoor toestemming geven, maar het initiatief ligt bij jou. Informeer ook naar het opleidingsbudget wat je per jaar kan besteden.
 - Jaarlijks worden in het voorjaar en in het najaar Pathologendagen georganiseerd door de NVVP, met als onderwerp actuele thema's binnen de pathologie.

Hoe houd ik mijn opleiding leuk?

Soms lijkt het allemaal te veel werk. Hoe hou je het vol met een hoge werkdruk?

- Doe ook leuke dingen met je collega AIOS en pathologen, zoals lunchen en borrelen. Daar word je uiteindelijk ook productiever van.
- Als je twijfels hebt over het vak: neem iemand in vertrouwen en praat erover, je bent niet de enige die wel eens twijfelt.
- Wees ondanks de drukte vriendelijk tegen je collega's, ook de collega's met ondersteunende taken (analisten, het secretariaat etc). Zij kunnen je soms veel helpen.

Hoe maak ik tijd voor andere dingen naast mijn opleiding?

Hoe zorg je dat je niet te laat naar huis gaat of te veel werk mee naar huis neemt?

- Werk efficiënt en zorg dat je ook nog wat van je avond over houdt. Het is goed om dingen af te maken, maar als je te lang door gaat ben je niet scherp meer en kan je heel lang naar dingen gaan staren zonder verder te komen. Leg bijvoorbeeld een casus die meer tijd nodig heeft even aan de kant tot de volgende ochtend, dan ben je weer fris en fruitig.

- Regel op tijd wanneer je met je supervisor samen coupes gaat kijken, want de pathologen hebben het ook druk. Dan heb je hopelijk op tijd de diagnostiek weggewerkt.

Veel succes!

Heb je zelf nog tips & tricks, stuur ze dan naar contact@pav.nl!