

de mens achter...

# EEN WINTERHARDE

Ooit ruilt Carl Verheijen  
schaatsen voor stethoscoop

Hij heeft een erelijst van Heerenveen tot Calgary. En  
tussendoor haalde schaatser Carl Verheijen zijn doctoraal in de  
geneeskunde. Nu doet hij nog alles voor goud, straks voor zijn  
patiënten. Evert Pronk

**C**arl Verheijen (1975, Den Haag) schaatst al lang op absoluut topniveau. Hij hoorde al bij de wereldtop toen Bart Veldkamp, Ids Postma en Rintje Ritsma ook nog in bloedvorm over het ijs raasden. Elf jaar geleden haalde Verheijen een bronzen medaille op het Nederlands Kampioenschap afstanden op de 10 kilometer. In 2004 was de aankomend arts een maand wereldrecordhouder op deze afstand.

Bij het NK-afstanden in januari van dit jaar won Verheijen twee keer zilver op de langste afstanden. In Collalbo, op het EK-allround, werd hij vervolgens derde achter Sven Kramer en Enrico Fabris. Voorafgaand aan het WK-allround sprak Arts in Spe met Verheijen die vanuit het Italiaanse Collalbo voor een korte vakantie vertrok naar het Zuid-Duitse Inzell.

#### Vakantie in Inzell?

'Inzell is prachtig. Ik ben hier met mijn vrouw (voormalig schaatster Andrea Nuyt, red.) en mijn dochters, en ik kan toch

krachttraining doen en fietsen en schaatsen. Ik moet natuurlijk wel aan mijn lichaam blijven werken. De basis voor je lichamelijke conditie moet je in de zomer leggen; nu is het een kwestie van onderhoud. Echt hard trainen werkt momenteel alleen maar averechts. Dan herstelt je lichaam niet voldoende en mis je tijdens de wedstrijd kracht.'

#### Als aankomend arts weet jij dat als geen ander.

'Het belangrijkste is dat je naar je lichaam luistert. Daar hoeft je geen geneeskunde voor te studeren. Ik weet welke processen er plaatsvinden in het lichaam. Dat maakt het wel extra leuk.

#### Je hebt naast het schaatsen je doctoraal geneeskunde gehaald. Topsport en een studie kunnen dus samen.

'Eigenlijk niet. Toen ik in 1993 in Utrecht met geneeskunde begon, schaatste ik voor de lol. Ik stond vier keer per week op de ijsbaan. Opeens ging het hard met het schaatsen want ik

stopte er steeds meer tijd in. Op een gegeven moment ging het niet meer samen. Ik heb maar twee jaar een echte studententijd meegemaakt. Daar ben ik wel blij om. Ik weet daardoor wat ik mis en wat ik niet mis. Bovendien heb ik er een hechte vriendengroep aan overgehouden. Vrienden met wie ik het een kwartiertje over schaatsen heb om dan over andere dingen in de wereld de praten. Heerlijk.'

#### Toch ben je niet definitief gestopt.

'Ik heb de studie benaderd als topsport. Dat betekent dat ik doelen moest stellen. Na de Olympische Spelen in 2002 heb ik in twee zomers 65 studiepunten gehaald. Dat was even hard werken. Maar als de universiteit ervoor zorgt dat je een tentamen kunt inhalen, dan wil je zo'n vak wel halen. Toen ik besloot



beeld: HH



# LAATBLOEIER

dat ik zou doorgaan tot de Olympische Spelen van 2006 in Turijn moest de studie weer even plaats maken. Ik moet mijn coschappen nog lopen. Daar heb ik nog tot 2013 de tijd voor. Momenteel ben ik alleen met het schaatsen bezig.'

## Weet je al wel wat voor arts je wilt worden?

'Ik ben geneeskunde gaan studeren, omdat ik altijd al mensen wilde helpen. Ik wist niet of ik longarts of orthopeed zou worden. Maar met de studie geneeskunde heb je veel mogelijkheden. Als ik het schaatsen niet had, denk ik dat ik voor interne geneeskunde was gegaan. Nu denk ik meer in de richting van huisarts of verpleeghuisarts. In ieder geval een breed specialisme. Volgens mijn studievrienden past dat echt bij me. Ik ben van nature niet zo'n harde. Voor de topsport heb ik moeten leren om hard te zijn.'

## Geen sportarts?

'Als sportarts heb je bij schaatsers niet zo veel in te brengen. De inspanningsfysioloog en de fysiotherapeut doen meer aan de



beeld: TVM

den. Maar het is moeilijk om alles te winnen. Ik heb geen olympisch goud. Dat vind ik wel een gemis. Er zijn gewoon veel goede schaatsers. Daar verdeel je de prijzen mee. Ik ben pas laat begonnen met schaatsen. Ik reed pas op mijn 16de mijn eerste wedstrijd en op mijn 24ste mijn eerste wereldcupwedstrijd. Daardoor heb ik niet jong kunnen pieken zoals Sven Kramer dat nu doet. Dat is mijn manco. Mijn weg is geleidelijker. Maar het lichaam is nog goed. Ik word nog elk jaar beter. Ik groei mee met het niveau van de concurrentie. Anderen, zoals Jochem Uytendaele, hebben daar meer moeite mee gehad.'

## Zit Vancouver 2010 er nog in?

'Ik ben tevreden met wat ik tot nu toe uit mijn lichaam en de sport heb gehaald. Op de lange afstanden nummer twee van de wereld. Hoe dat over drie jaar is, kun je niet zeggen. Als je niet meer vooruit gaat of als de concurrentie harder vooruit gaat, komt er een punt waarop je moet stoppen. Vancouver is het absolute eindpunt, maar ik weet niet of ik dat kan en wil halen. Dat ik na het schaatsen mijn coschappen kan ga doen, is een prettig vooruitzicht. Ik heb dan twee jaar de tijd om me op het artsenvak te oriënteren. Andere topsporters moeten maar zien wat ze gaan doen.'

## Zien we je na je sportcarrière net als Hein Vergeer terug op kunstschaatsen bij 'Sterren dansen op het ijs'?

'Dat hoeft voor mij niet zo. Na het schaatsen ga ik helemaal voor het artsenvak.'

## Wat neem je mee uit je schaatscarrière in het artsenvak?

'Het lijkt misschien niet zo, maar ook schaatsen is een teamsport. Net als in de geneeskunde moet je met veel disciplines samenwerken om een gezamenlijk doel te bereiken. Nu is dat een gouden plak, straks het herstel van een patiënt. Door de pers, de sponsors en het publiek heb ik leren omgaan met hoge verwachtingen en met druk. Daar heb ik als arts straks, denk ik, profijt van. Topsport is hard, maar daardoor ook een echte leerschool.' ■

## 6 Topsport is hard, maar daardoor ook een echte leerschool

begeleiding. Voor een griepje kun je bij je sportarts aankloppen, maar ook bij je huisarts. Als je een blessure hebt, ga je naar een specialist. Aan een intensieve medische begeleiding is het schaatsen nog niet toe. Ik weet zelf ook niet wat een arts eraan zou toevoegen.'

## Heb je wel eens met de schaatsgrootheden Johan Olav Koss en Eric Heiden gesproken over het artsenvak na het schaatsen?

'Heiden spreek ik af en toe. Koss ken ik goed. Hij zit dicht bij mijn generatie. Als we elkaar spreken, is dat bij grote wedstrijden. Maar dan gaat het toch voornamelijk over het schaatsen.'

## Is Koss een voorbeeld voor je?

'Ik heb niet echt voorbeelden. Ook niet in de sport. Iedereen heeft zijn eigen pad. Je moet ook niet proberen een rit te kopiëren, want het schaatsen is niet meer hetzelfde als tien jaar geleden. Je ervaart wat goed voor je is. Mijn ervaring breng ik wel over aan mijn jongere ploeggenoten bij TVM, maar zij moeten zelf zien of ze daar iets mee kunnen. Zelf geniet ik momenteel van de gretigheid bij de jonge honden in het team. Die enorme beleving die ze hebben, dat motiveert mij weer geweldig.'

## Je meeste medailles zijn van zilver. Ben je een winnaar?

'Ik heb genoeg gewonnen om die vraag met ja te beantwoorden.