



Werken als arts in het buitenland

Een eerlijke gids voor de arts die de wereld wil verkennen

Duitsland · België · Frankrijk · Scandinavië · Zwitserland
Portugal · Spanje · Canada · Nieuw-Zeeland
+ Fellowships · Wetenschappelijk onderzoek · Specialiseren

Aan jou, jonge arts

Je hebt jaren gestudeerd, nachten doorgehaald, tentamens doorstaan en coschappen jedraaid. Eindelijk staat je BIG-registratie op naam en ligt de wereld open. Letterlijk.

Dit boekje is een gesprek aan de keukentafel — niet met een carrièrecoach, maar met een collega die eerlijk met je praat over wat het betekent om als arts buiten Nederland te werken. Over salarisverschillen, bureaucratie, cultuur op de werkvloer en — minstens zo belangrijk — over de vrijdagmiddag. Over wat je inlevert en wat je terugkrijgt.

Vegen landen komen aan bod: Duitsland, België, Frankrijk, Scandinavië, Zwitserland, Portugal, Spanje, Canada en Nieuw-Zeeland. Daarna kijken we naar fellowships, wetenschappelijk onderzoek en de mogelijkheden om je — soms veel makkelijker dan in Nederland — te specialiseren. Geen enkel land is perfect. Maar voor de juiste persoon, op het juiste moment, kan een buitenlandse stap het mooiste zijn wat je voor je carrière en je leven kunt doen.

"Een jaar in het buitenland maakt de kijk op je vak veel breder — en op jezelf ook."

Alle ervaringen in dit boek zijn gebaseerd op echte verhalen van Nederlandse artsen die de stap hebben gezet. Namen zijn weggelaten om privacy te beschermen, maar de inhoud is authentiek.



De stap zetten — en wat je dan tegenkomt

Eerlijk over vertrekken als arts

Wat drijft artsen naar buiten?

Artsen die serieus overwegen om in het buitenland te werken, hebben zelden één duidelijke reden. Het is bijna altijd een opeenstapeling: een opleidingsplaats die niet beschikbaar is, een specialisatie waarvoor je in Nederland jaren moet wachten, een collega die al in Noorwegen werkt en elke maand een foto post van een bergpad na een verkdag die gewoon ophield toen hij ophield. Op een gegeven moment kantelt de balans.

Onder die praktische aanleiding zit doorgaans een diepere laag. Artsen die de stap wél zetten, noemen steeds terugkerende thema's. Niet als checklist — maar als herkenning.

De opleiding die hier niet lukt, lukt daar wel

Voor veel Nederlandse artsen begint het verhaal bij de specialisatie. In Nederland is de toegang tot opleidingsplaatsen schaars, de wachttijden lang, de concurrentie hevig — en een promotie is voor veel specialismen inmiddels een informele vereiste geworden. In Duitsland, Scandinavië en Zwitserland is dat systeem anders. Je kunt er sneller, directer en soms zonder promotievereiste in opleiding. Voor de arts die weet wat hij wil maar het systeem ziet als een horde in plaats van een pad, is dat een krachtig argument.

Minder administratie, meer geneeskunde

Wie in een Nederlands ziekenhuis werkt, weet hoeveel tijd er opgaat aan het systeem rondom de zorg: registraties, verslaglegging, verantwoordingsplicht, protocollen. In veel andere landen is de administratieve last lager — niet omdat de zorg minder serieus wordt genomen, maar omdat het systeem anders is ingericht. Artsen die terugkomen uit Scandinavië of Canada vertellen keer op keer hetzelfde: meer tijd bij de patiënt, minder tijd achter het scherm.

Ruimte die je hier niet kunt kopen

Een huis met een tuin in Noorwegen kost een fractie van een vergelijkbaar huis in de Randstad. In Portugal of Spanje rij je na een dienst door een landschap dat in Nederland slechts als vakantiefoto bestaat. Die ruimte — fysiek, mentaal, financieel — trekt artsen aan die merken dat het Nederlandse leven steeds meer kost en steeds minder oplevert in termen van tijd en ademruimte.

Salaris dat het verschil maakt

De beloningsverschillen tussen landen zijn voor artsen aanzienlijk. In Zwitserland verdient een specialist twee tot drie keer zoveel als in Nederland — netto, want de belasting is lager. In Scandinavië zijn de salarissen minder spectaculair, maar de combinatie met verkomstandigheden, verlof en ouderschapsregelingen maakt de totale deal aantrekkelijker dan het getal op de loonstrook doet vermoeden.

Een ander perspectief op je vak

Artsen die een jaar in het buitenland hebben gewerkt, komen terug met iets wat je niet uit een boek leert: ze hebben gezien hoe andere zorgsystemen omgaan met diagnostiek, behandeling en de verhouding tussen arts en patiënt. Ze hebben gewerkt met andere protocollen, andere hulpmiddelen, een andere hiërarchie. Dat maakt je een beter arts — en een interessantere collega. Buitenlandse werkervaring is geen omweg. Het is een directe investering in je medische denkvermogen.

Het gevoel dat er meer is

Soms is de reden minder concreet dan een opleidingsplaats of een salaris. Sommige artsen vertrekken omdat ze het gevoel hebben dat er ergens een versie van hun leven bestaat die meer ruimte biedt — voor avontuur, voor stilte, voor een andere balans. Dat is geen vlucht. Het is een serieuze hypothese die het waard is om te testen.

De andere kant — wat artsen onderschatten

Eerlijk is eerlijk: de mooie kant van vertrekken is makkelijk te zien. De moeilijke kant dringt pas later door. Dit zijn de dingen die artsen achteraf het vaakst noemen als onderschat.

Diplomaerkenning duurt langer dan je denkt

De papierenberg die voorafgaat aan werken in het buitenland is voor artsen aanzienlijk. Diplomaerkenning, BIG-equivalenten, registratie bij nationale beroepsorganisaties, aaltesten, soms aanvullende examens — elk land heeft zijn eigen bureaucratische wangle. Het is te doen, maar plan zes tot twaalf maanden in. En doe het terwijl je nog in Nederland werkt, niet nadat je al hebt opgezegd.

Taal is een medisch instrument

Een arts die zijn taal niet beheerst, is een arts die risico's neemt. Niet alleen voor de patiënt — ook voor zichzelf. Anamnese afnemen, slecht nieuws brengen, een collega roepen om te overleggen: dat zijn subtiele communicatieve handelingen die B2 ververstijgen. De eerste maanden in een nieuwe medische taal zijn professioneel uitputtend. Plan die periode in als een trainingsperiode, niet als een productieve fase.

het systeem is niet beter — het is anders

Vie naar het buitenland vertrekt met de verwachting dat alles beter is geregeld, wordt soms teleurgesteld. Elk systeem heeft zijn eigen gebreken. In Duitsland is de hiërarchie strikter. In Scandinavië zijn de wachttijden lang. In Canada is de werkdruk op de SEH waar. In Zwitserland betaal je een hoge huur en een dure ziekteverzekering. Er is geen land waar alles klopt — het gaat altijd om afwegingen die passen bij wie jij bent.

Familie en vrienden worden een vlucht

Een ziek familielid, een bevalling, een begrafenis — wie in Nieuw-Zeeland werkt, zit 24 uur van huis. Maar ook wie in Duitsland of België woont, merkt dat de spontaniteit verdwijnt. Vrienden plannen een bezoek in plaats van gewoon langs te komen. Dat is geen hypothetische overweging — het is een dagelijkse realiteit die zwaarder weegt dan je vooraf inschat.

De eerste maanden zijn soms gewoon moeilijk

Er is bijna altijd een periode van twee tot vier maanden waarin het tegenzit. De enthousiaste start wordt ingehaald door de moeheid van het anders-zijn. Je begrijpt de grapjes van collega's niet helemaal. Je weet nog niet hoe het systeem écht werkt. Je sociale kring is dun. Dat hoort erbij — maar het is zwaarder dan de meeste vertrekkers hadden voorzien. Wie dat weet, gaat er beter mee om.

Terugkeren vraagt ook voorbereiding

Vie na twee of drie jaar terugkeert naar Nederland, merkt dat het land hetzelfde is — maar naar zichzelf niet meer. Vrienden zijn doorgegroeid. De afdeling is veranderd. Je buitenlandse opleiding of werkervaring wordt lang niet altijd automatisch erkend of gewaardeerd. Terugkomen is ook een stap die voorbereiding vraagt — zowel praktisch als mentaal.

"De eerste drie maanden waren zwaarder dan ik had verwacht. Daarna was het mooier dan ik had durven hopen. Beide waren waar tegelijk. — Internist, na drie jaar Noorwegen"

De afweging is persoonlijk, de timing is persoonlijk, de bestemming is persoonlijk. Maar de eerlijkheid over wat je te wachten staat — die is voor iedereen hetzelfde. Weet waar je aan begint, zodat de keuze die je maakt, echt de jouwe is.