



# De kern van het werk

## Implementatie van complementaire zorg bij Kalorama

Op de dag voorafgaand aan de Nijmeegse vierdaagse en wanneer de stad hier volledig van in de ban is, spreek ik met Wendy Willemsen, Irene Haslinghuis en Els Derksen over complementaire zorg (cz) in verpleeghuis Kalorama op locatie Veste Brakkenstein in Nijmegen. Wendy en Irene werken daar als activiteitenbegeleiders. Els is verpleegkundige (niet praktiserend), verplegingswetenschapper en onder meer werkzaam als praktijkonderzoeker in verpleeghuis Kalorama en verpleeghuis Liemerije in Zevenaar. We spreken over cz en vooral de plaats daarvan binnen de zorg en behandeling in het verpleeghuis.

### Aart Eliens

#### Activiteitenbegeleiding en welzijn

Irene en Wendy beschrijven de basis van hun werk als holistisch en persoonsgericht. Zij leggen de focus op het bevorderen van het welzijn van de bewoners. Samen met de bewoner en diens naasten gaan zij op zoek naar dat wat nog wel mogelijk is. De activiteiten sluiten hierop aan. Voor hen is bezig zijn met complementaire zorg, zoals creatief en beeldend werken, muziek, spel, aromazorg en het werken met herinneringen, een wezenlijk onderdeel van hun werk met ouderen. De ruimte waarin zij werken oogt ook als een echte creatieve werkplaats.

Wendy maakt al lang gebruik van klankschalen in haar werk, ze heeft zich hierin intensief geschoold.

De harmoniserende werking van de klanken zorgt voor ontspanning en het ervaren van een innerlijke stilte. Wendy gebruikt klankschalen bij mensen met dementie die angstig of onrustig zijn en waarbij nauwelijks meer sprake is van verbale communicatie. 'Aan de mimiek en het gedrag van cliënten zie je meteen hoezeer zij baat hebben bij de werking van klankschalen,' vertelt ze. Ook ziet ze mensen zichtbaar tot rust komen of ze hoort van zorgmedewerkers dat mensen beter slapen. Irene geeft al een hele tijd zityoga aan ouderen met een vorm van dementie en dans, of mindful bewegen op het ritme van de muziek. Irene vindt beweging en dans belangrijke interventies. Zeker voor mensen met cognitieve problemen als gevolg



A portrait of Els Derksen, a woman with short, light-colored hair and glasses, smiling. She is wearing a dark blazer. The background is a plain, light color.

Els Derksen

van Parkinson, NAH en vormen van dementie. Ze zegt: 'Mijn positieve ervaring met lichaamsgerichte interventies, eventueel in combinatie met aanraaktechnieken, ademhalingstechnieken, muziek en aromazorg zijn inspirerend. Mensen echt laten ontspannen is voor mij een zinvolle en waardevolle aanvulling op mijn werk. Het verbetert de onderlinge connectie en vergroot de mogelijkheden van de bewoner. Je creëert een enorme rust bij de ander, maar ook bij mijzelf.'

Deze activiteiten krijgen veel waardering van bewoners en familie. Vanuit het bestuur van Kalorama wordt ruimte gegeven om de complementaire zorg verder te ontwikkelen. Vanuit de buitenwereld is er belangstelling, zoals bij het Universitair Kennisnetwerk Ouderenzorg Nijmegen (UKON) waar Kalorama bij aangesloten is. Doel van het UKON is (wetenschappelijke) kennis ontwikkelen door onderzoek en door verspreiding en implementatie van evidence based interventies. Het reeds 20 jaar bestaande netwerk organiseert vanaf 2014 het UKON-symposium. Jaarlijks wordt een prijs uitgereikt voor de door de deelnemers best beoordeelde workshop van de dag. Deze prijs is een hele eer, gezien de veelheid aan interessante workshops. Zowel Irene (2021) als Wendy (2018) heeft met workshops over zityoga bij ouderen en het gebruik van klankschalen bij mensen met dementie deze prijs gewonnen.

### Cz binnen Kalorama

Nadenkend over mogelijkheden om hun gedragsrepertoire als activiteitenbegeleiders uit te breiden, besloten Wendy en Irene de opleiding

Zorgconsulent Complementaire Zorg aan de Hogeschool Arnhem Nijmegen te volgen. Dit jaar sluiten ze de opleiding af. Wendy: 'Als zorgconsulent cz kun je je deskundigheid breder inzetten door cz te coördineren en zorgmedewerkers te coachen, of door advies te geven aan het multidisciplinaire team.'

Irene vertelt dat er vanuit de andere disciplines veel belangstelling bestaat voor hun werk. Maar, merken beiden op: 'Cz hangt nog teveel aan de activiteitenbegeleiding.' Ze weten dat veel verzorgenden en verpleegkundigen privé allerlei scholingen hebben gevolgd, bijvoorbeeld in Reiki, massage of aromazorg. Ook die kennis en ervaring willen ze bundelen. Specialisten ouderengeneeskunde en psychologen kijken eveneens met belangstelling naar hun werk.

### Cz in de basiszorg

Complementaire interventies behoren in het verpleeghuis nog niet tot het reguliere aanbod. De groep medewerkers die cz toepast is beperkt en Irene, Wendy en Els hebben de wens dat cz veel breder toegepast wordt en deel gaat uitmaken van de basiszorg. Dit betekent concreet bijvoorbeeld dat bij onbegrepen gedrag bij mensen met dementie meer interventies overwogen worden dan alleen omgangsadviezen of medicatie als psychofarmaca. Niet voor niets wordt in de landelijke richtlijn *Probleemgedrag bij mensen met dementie* bij mensen met geagiteerd gedrag verwezen naar de volgende complementaire interventies: auditiële prikkels via een koptelefoon, gesimuleerde aanwezigheid van naasten; tactiele prikkels, zoals handmassage, acupressuur, VR, therapeutic touch, en aromatherapie met citroenmelisse. Irene en Wendy zien ook veel mogelijkheden voor de toepassing van klankschalen, aromazorg, therapeutic touch en aanraaktechnieken bij cliënten met niet-aangeboren hersenletsel (NAH), die verblijven op de afdeling Intensieve Zorg. Deze mensen hebben een langdurige bewustzijnsstoornis ten gevolge van acuut ernstig niet-aangeboren hersenletsel. Enkele cliënten uit deze groep ontvangen Langdurige Intensieve Neurorevalidatie. Dit is heel gespecialiseerd werk dat behalve in Kalorama slechts in drie andere zorginstellingen wordt aangeboden. Ook in de stervensfase kunnen cz-interventies van grote waarde zijn. Wendy en Irene werken hierin nauw samen met de consulenten palliatieve zorg. Wendy heeft onder meer positieve ervaringen met het werken met klankschalen in deze laatste fase.

## Randvoorwaarden

Het breder toepassen van cz vraagt om het scheppen van randvoorwaarden. 'Je moet een visie ontwikkelen op cz,' aldus Irene en Wendy. De inbedding van cz in zorg en behandeling en de ontwikkeling van kennis en (zorg-) vaardigheden in een scholings- en trainingsaanbod, zijn volgens hen belangrijke onderdelen van een ontwikkelplan voor cz. Daarnaast zien zij, vergelijkbaar met de consultants palliatieve zorg, een consultról voor complementaire zorg als een belangrijke voorwaarde om cz verder te ontwikkelen en veilig en verantwoord toe te passen. Wendy en Irene hopen dat zij, na afronding van hun opleiding, de mogelijkheid krijgen om een rol als zorgconsulent te vervullen. Zij zullen hierover in gesprek gaan, maar zij zijn realistisch en zien ook de 'donkere wolken' en uitdagingen voor het verpleeghuis binnen het huidige overheidsbeleid.

Een goede start was de werkgroep complementaire zorg die sinds drie jaar bestaat. Naast Els, Irene en Wendy, die samen de kerngroep vormen, maken een psycholoog, een geestelijk verzorger, een verpleegkundige, een verzorgende en een activiteitenbegeleider deel uit van deze werkgroep. Met de kwaliteitsgelden heeft de werkgroep in de afgelopen jaren een aantal cz-bijeenkomsten aangeboden, zoals een 1-daagse training over aromazorg, aquazorg en massage, en een scholing holistische benadering van mensen met gedragsverandering na hersenletsel. De werkgroep heeft zelf een Zorg drie-daagse georganiseerd rondom de Dag van de Zorg, waar collega's complementaire zorg konden ervaren.

## Onderzoek naar effecten

In het gesprek wordt het belang benadrukt van onderzoek naar de effecten van complementaire interventies. Er zijn weliswaar wetenschappelijke studies bekend, maar die zijn niet voor alle interventies even talrijk of goed uitgevoerd. Els vindt onderzoek belangrijk: 'Enerzijds om aan kennisvermeerdering te doen, maar ook omdat het zichtbaar maken van effecten van complementaire

interventies zorgt voor meer draagvlak bij alle betrokkenen bij de zorg en behandeling. Collega's die meekijken wanneer Wendy en Irene bezig zijn met complementaire interventies zijn enthousiast over de resultaten, maar dat wil je ook objectief kunnen aantonen. Onlangs hebben we een klein begin gemaakt. Er is door een masterstudent Gezondheidszorgpsychologie een kwalitatieve studie gedaan naar de effecten van klankschalen bij mensen met dementie en andere ouderen. Binnenkort zijn de resultaten bekend. Ik kijk ernaar uit.' Ook het zorgkantoor is hier nieuwsgierig naar. Met de kwaliteitsgelden heeft zij immers de ontwikkeling van cz gefaciliteerd. Helaas zijn deze gelden nu niet meer beschikbaar.

Verder is Els medeaanvrager van een subsidieverzoek bij ZonMw voor de doorontwikkeling van bestaande complementaire interventies in de palliatieve zorg. Vier verpleeghuizen, een hogeschool en twee kennisinstituten werken hierin samen. Het gaat om de implementatie van de in juni 2023 verschenen *Handreiking Complementaire Zorg in de Palliatieve Fase*, dus om de toepassing van (een selectie uit) zes complemen-

taire interventies bij klachten als pijn, angst, obstipatie of slaapproblemen bij mensen in de laatste fase van hun leven. Cz is hierbij altijd aanvullend op de reguliere zorg. Els: 'Implementatie van de handreiking kan de ontwikkeling van cz in verpleeghuizen en hospices een flinke impuls geven.'

## Momenten van vreugde

Wendy en Irene benadrukken de betekenis van complementaire zorg voor het welzijn van cliënten én medewerkers. 'Het gaat niet alleen om de toepassing van complementaire interventies bij allerlei problemen die spelen in zorg en behandeling. Dans, muziek, massage en ontspanning zijn ook goed voor het welzijn van cliënten en geven momenten van vreugde. Na inspiratiemiddagen krijgen wij regelmatig dankbare mails van collega's. Zij zijn zich meer bewust van hun eigen werkwijze en hun bejegening van bewoners. Ze vinden het fijn om eenvoudige cz-interventies te kunnen toepassen in hun dagelijkse werk en zien dat het bij kan dragen aan de kwaliteit van leven van onze cliënten. En is dat niet de kern van het werk in een verpleeghuis?' ■

Wendy Willemsen (l) en Irene Haslinghuis

