

De grote belangstelling voor het tv-programma 'Uitgedokterd' was aanleiding voor de commissie Getransplanteerden en Donoren om twee themadagen te wijden aan complementaire zorg. Wat is het eigenlijk en hebben nierpatiënten er iets aan? Tachtig belangstellenden reisden af naar Zwolle.

Tekst:

Marjolein Weijdener

Foto's: Tine Nijdam

Themadag Complementaire Zorg

Ook nierpatiënten gevoelig niet-reguliere geneeskunde

De Commissie Getransplanteerden en Donoren heeft dit jaar om meerdere redenen gekozen voor het thema complementaire (aanvullende) zorg voor nierpatiënten. Om niet-reguliere geneeskunde hangt soms een zweem van kwakzalverij, maar daar zou het zeker niet over moeten gaan op deze dag. Jan van Breenen, voorzitter van de commissie, licht de keuze voor dit opmerkelijke onderwerp toe: 'Onderzoek van Bureau Intromart heeft uitgewezen dat 21 procent van de geïnterviewden een positief antwoord geeft op de vraag of zij gebruik maken van niet-reguliere, dus alternatieve geneeskunde. Dat zijn 3,4 miljoen mensen. Daar zitten ook nierpatiënten bij.' Van Breenen vindt het de hoogste tijd dit onderwerp eens van diverse kanten te belichten.

Integrative Medicine

De eerste spreker, dr. Rosalie G.M. Koolen, klinisch jeugd- en kinderpsycholoog, is vijf jaar geleden in aanraking gekomen met complementaire zorg. Koolen zet uiteen dat er in de gezondheidszorg veel aandacht is voor chirurgie en geneesmiddelen, maar dat zelfzorg en zelfmanagement nog onvoldoende ontwikkeld zijn en worden ondergewaardeerd. Koolen pleit voor Integrative Medicine (IM): een benadering waarbij zowel reguliere als complementaire behandelingen aan patiënten worden aangeboden. Een voorwaarde is wel dat arts en patiënt goed samenwerken. De mens in z'n geheel is belangrijk, niet alleen zijn ziekte. IM staat bekend als evidence based, dat wil zeggen dat - in deze context - de behandeling is gebaseerd op de best beschikbare informatie over doelmatigheid en doeltreffendheid. Met andere woorden, alle informatie is nuttig zolang het maar werkt voor de patiënt. Dat laatste is soms

lastig omdat de helft van de patiënten hun arts niet vertelt dat ze alternatieve, aanvullende behandelingen ondergaan.

Website met stoplichten

Koolen geeft aan dat er veel alternatieve behandelingen zijn waar je beter niet aan kunt beginnen. De vraag is: hoe voorkom je dat patiënten door de bomen het bos niet meer zien? Waar moet je zoeken? De Stichting Innovatief Onderzoek en onderwijs van Complementaire Behandelwijzen (IOCOB) wil duidelijkheid scheppen in complementaire en alternatieve behandelingen en heeft een website ontwikkeld met een stoplichtsysteem. De alternatieve, aanvullende behandelingen worden ingedeeld in categorieën: volledig onbetrouwbaar, zeer twijfelachtig, twijfelachtig, mogelijk zinvol en zinvol. Deze categorieën kunnen patiënten helpen bij het vinden van veilige alternatieven. Aan het eind van haar betoog had Koolen nog een aantal aanbevelingen: 'Concentreer je niet alleen op bijvoorbeeld één kruidje dat mogelijk helpt, maar oriënteer je breed en op meerdere gebieden. Overleg altijd met je behandelend arts; het moet geen taboe zijn om met hem of haar over aanvullende, alternatieve zorg te spreken.

Voetmassages tegen jicht

Joke Thijssen van de Verpleegkundigen en Verzorgenden Nederland (V&VN) vindt complementaire zorg een waardevolle aanvulling en benadert deze vorm van zorg vanuit het oogpunt van de verpleegkundigen. Haar definitie luidt: 'Complementaire zorginterventies zijn die verpleegkundige interventies binnen het verpleegkundig proces en de verpleegkundige praktijk, die toegepast worden op basis van natuurlijke therapieën om het zelfhelend vermogen van de zorgvrager te ondersteunen, te stimuleren of te activeren en waarbij de zorg betrekking heeft op de mentale, emotionele, lichamelijke, spirituele en sociale behoeften van de zorgdrager, zodat hij een staat van welbevinden kan (her)winnen. Een hele mondvol theorie, maar Thijssen gaf ook veel praktische voorbeelden hoe natuurlijke therapieën kunnen helpen bij problemen die getransplanteerden ondervinden. Mensen met huidproblemen kunnen baat hebben bij gebruik van aloë vera, jeuk kan worden aangepakt met etherische olie met gember en bergamotmunt. Tegen jicht helpen vaak ontspannende voetmassages en voetenbaden met eucalyptus. Patiënten die



Jan van Breenen bedankt de sprekers Jaap Vet (midden) en Ruurd Valkenburg

VOOR



Joke Thijssen geeft praktische voorbeelden van natuurlijke therapieën

lijden aan stress kunnen baat hebben bij ontspanningstechnieken, meditatie, visualisatie, muziek, ontspannende baden, ontspannende (deel)massages en etherische oliën.

Reiki

De derde spreker van de dag, niergetransplanteerde Ruurd Valkenburg, deelt de positieve en minder positieve ervaringen die hij heeft opgedaan met Reiki, een Japanse geneeswijze waarbij energie wordt overgebracht door handoplegging. Het ondersteunt het zelfgenezend vermogen van het lichaam en is een aanvulling op (geen vervanging van) reguliere medische zorg. Na de transplantatie heeft Valkenburg heel veel Reiki ondergaan en krijgt hij te maken met een onverklaarbare afstoting van zijn nier. Onderzoek binnen het Reiki-netwerk van Ruurd en zijn vrouw Els (zij is Reiki-docent) leidt tot de conclusie dat Reiki en immuunsuppressieve medicijnen elkaar tegenwerken. Valkenburg waarschuwt: 'Voor getransplanteerden is het niet verstandig om Reiki toe te passen.'

Acupunctuur

De laatste spreker is fysiotherapeut Jaap Vet. Hij is gespecialiseerd in acupunctuur en heeft ook een niertransplantatie ondergaan. Hij legt uit waar de behandeling vandaan komt: 'Acupunctuur is een 6000 jaar oude, oosterse geneeskunst en maakt gebruik van energiebanen in het lichaam. Ik gebruik acupunctuur om mensen te helpen, niet om ze te genezen. Daarvoor moeten ze wel gemotiveerd zijn, dan werkt het. Niet alles is te behandelen, zo kan een hersenbloeding niet genezen worden met acupunctuur, maar symptomen zoals spasmen kan ik wel behandelen.' Jaap Vet sluit zijn verhaal af als een ervaren nierpatiënt met een optimistische kijk op het leven. Hij besluit met: 'Je moet je nier koesteren en kijken naar de mogelijkheden die je hebt. Geef de geraniums water, maar ga er niet achter zitten.'



Deskundig zijn en blijven

Voor verpleegkundigen die patiënten met chronische nierinsufficiëntie (CNI) begeleiden, is het van groot belang de ontwikkelingen binnen hun vakgebied bij te houden en te vertalen naar de dagelijkse praktijk. Dit omdat de vraag naar medische specialistische behandelingen en specifieke verpleegkundige zorg voor deze patiënten steeds verder toeneemt. De verklaring hiervoor is een toename van het aantal chronisch zieken in Nederland, de snellere opsporing van deze patiëntencategorie en de uitbreiding van de behandelingsmethoden.

In 2004 is het Masterplan van start gegaan, een wetenschappelijk onderzoek, ondersteund door onder andere de Nierstichting en Amgen, waarbij nurse-practitioners en/of expert-nurses ingezet zijn op de polikliniek om patiënten met CNI vroegtijdig te begeleiden. Het doel is om verdere achteruitgang van de nierfunctie tegen te gaan en hart- en vaatziekten te voorkomen. Voor een belangrijk deel richt de begeleiding zich op het veranderen van de leefstijl, zoals afvallen, meer bewegen, gezonde voeding en stoppen met roken. Daarnaast wordt ondersteuning en behandeling geboden bij specifieke problemen, zoals de behandeling van anemie, het bereiken van een goede bloeddruk en een optimale calcium-fosfaathuishouding.

De verwachting is dat door deze begeleiding er in de toekomst minder cardiovasculaire ziekten optreden, er minder sterfte zal zijn en vertraging van de achteruitgang van de nierfunctie, met als gevolg een betere kwaliteit van leven. Bij het onderzoek, dat tot 2010 loopt, zijn meerdere centra betrokken, waaronder negen ziekenhuizen.

De betrokken nurse-practitioners en/of expert-nurses hebben aangegeven behoefte te hebben aan een structurele bijscholing. Dit is de reden dat BENN is ontwikkeld.

BENN staat voor: Bijscholingsprogramma Expert Nurse Nefrologie. BENN is een cyclisch scholings-traject dat het mogelijk maakt om kennis en vaardigheden die worden aangeboden, steeds te koppelen aan de actuele ontwikkelingen binnen de zorg rondom CNI-patiënten. De scholingscyclus bestaat uit vier scholingsdagen per jaar. Een werkgroep die is samengesteld vanuit het Hans Mak Instituut, de Nederlandse Federatie voor Nefrologie, Dialyse & Nefrologie en Opleidingsinstituut Camera, stelt jaarlijks de onderwerpen van de scholingsdagen vast.

Els Boeschoten,
Directeur Hans Mak Instituut

