

Complementaire zorg in het hospice Bardo

B. van Schoor *

Bij de zorg in het hospice staat de integrale benadering centraal, er is dus aandacht voor de 'hele' mens, op fysiek, sociaal, geestelijk en spiritueel vlak. Bij elk individu wordt gekeken naar welke specifieke behoeften deze persoon heeft. Hierbij biedt Bardo niet alleen gangbare medische zorg, maar er wordt waar nodig ook complementaire zorg ingezet. Complementaire zorg betekent letterlijk 'aanvullende zorg'. Het doel van complementaire zorg is het bijdragen aan zowel het welbevinden als ondersteuning, ontspanning en bevordering van kwaliteit van leven van de patiënt in de laatste fase van zijn leven. Oftewel, kwaliteit van leven en kwaliteit van sterven.

Complementaire zorg

Complementaire interventies zijn onderdeel van het zorgplan voor de patiënt. Tijdens het wekelijkse multidisciplinair overleg worden alle patiënten besproken. Op spiritueel en complementair gebied wordt besproken wat ingezet kan worden voor de patiënt waarna dit in het zorgplan opgenomen wordt. Aan complementaire zorg wordt onder andere aangeboden: massages, aromatherapie, warmte- en koudetherapie, ontspanningstherapie, muziektherapie en een klankbelevingssessie. Daarnaast zijn de kapper, de pedicure en de schoonheidsspecialist belangrijk in de palliatieve terminale fase.

Tevens zijn er een kantelbad met bubbels, lichtjes, aroma en muziek, een knuffelhondje en er zijn mogelijkheden om te wandelen, spelletjes te doen, te puzzelen en om therapeutisch te schilderen. Er zijn veel mogelijkheden voor patiënt en naasten.

Er is een koppelbed, voor de partner of kinderen zodat zij in de nabijheid van hun dierbare kunnen zijn. Er kan een zogenaamde waakmand ingezet worden voor in de laatste fase.

Geestelijke zorg is erg belangrijk voor onze patiënten. In de stilte kan familie zich even terugtrekken, een kaarsje aansteken en of een gedachte of anekdote opschrijven.

Massages

Bij pijn, oedeem of ter ontspanning worden massages aangeboden. Hierbij kunnen ook etherische oliën gebruikt worden, zoals bijvoorbeeld grove den. Er worden een paar druppels toegevoegd aan de basisolie. Massage werkt kalmerend, bevrijdend en kan ook helpen bij loslaten. Hand-, been-, voet-, hoofd-, nek- of rugmassages behoren ook tot de mogelijkheden. Het doel hiervan is rust, ontspanning, afleiding geven en het welbevinden bevoor-

deren. Dit wordt afgestemd op de specifieke problematiek van de patiënt. Oliën zijn breed inzetbaar en bieden een actieve manier om klachten te verminderen. Bij het inzetten van etherische olie dient met zich ervan bewust te zijn dat de patiënt door zijn ziekte extra gevoelig kan zijn voor geuren. Laat daarom bijvoorbeeld het oliedopje eerst ruiken aan de patiënt om te checken of hij/zij de geur prettig vindt. Observeer ook of de patiënt geen ongewenste bijwerkingen krijgt, zoals huiduitslag, dyspnoe, hoofdpijn of een allergische reactie.

Wanneer het oedeem dusdanig is dat de arts geen akkoord geeft mag de verpleegkundige of vrijwilliger geen massage geven. De oedeemfysiotherapeut wordt dan ingezet voor bv. manuele lymfedrainage, zwachtelen, oefeningen en massage ter verlichting.

Aromatherapie

Etherische oliën worden ingezet om het welzijn en comfort van onze patiënten te bevorderen en te versterken. In de palliatieve/terminale fase ervaren patiënten vaak tal van symptomen die met de inzet van aromatherapie vermindert kunnen worden. Het inzetten van etherische oliën is een actieve manier om klachten te verminderen. Denk bijvoorbeeld aan het aanwezig zijn van pijn, misselijkheid, slaapproblemen, dyspnoe, spanning, angst, verdriet, nare geur, niet los kunnen laten of somberheid voor wat er gaat komen of wat er speelt bij de patiënt.

Zo kunnen oliën ingezet worden in aroma-diffusers (een elektrische lamp waarin je wat druppels olie doet aangelengd met water) waarbij de patiënt de geur inhaleert.

Als een patiënt erg gespannen is, bijvoorbeeld bij de wondzorg, kan een etherische olie ingezet worden, zoals olibanum. Deze wordt aangelengd met wat water en in de diffuser gedaan. De ingezette etherische olie verspreidt

zich door de ruimte, wat ontspanning kan geven en zuiverend en kalmerend werkt. Zet de diffuser na een uurtje uit, de geur heeft zich dan verspreid.

Het is belangrijk dat de juiste materialen worden gebruikt die goed absorberen en luchtjes maskeren, om hiermee de frequentie van wondzorg zoveel mogelijk kunt reduceren.

Wanneer de wondzorg erg pijnlijk is wordt zonodig, indien voorgeschreven, oxycodon snelwerkend gegeven of er wordt subcutaan morfine gespoten. De zorg wordt uitgevoerd met twee verpleegkundigen. Er wordt rust en afleiding geboden. Wanneer gewenst wordt muziek aangezet op de achtergrond, zodat de patiënt zo min mogelijk last of pijn heeft van de wondzorg. De patiënt kan moeite hebben om naar de wonden te kijken bijvoorbeeld bij melanomen in een vergevorderd stadium. Men heeft mogelijk weerzin tegen het eigen lijf. Dan is er echt afleiding nodig en goede en snelle zorg zodat de patiënt er zo weinig mogelijk van meekrijgt. Het is belangrijk dat de juiste materialen worden gebruikt die goed absorberen en luchtjes maskeren, om hiermee de frequentie van wondzorg zoveel mogelijk te reduceren.

Wanneer de patiënt veel pijn heeft en een decubitus categorie IV met necrose aan bijvoorbeeld de stuit wordt er vaak een interventie ingezet, zoals een blaaskatheter. Meestal doen we dat ter comfort met dormicum. De patiënt merkt er niets van en heeft er geen stress van.

Inzet van oliën

Er zijn veel soorten essentiële oliën; de geur en de eigenschap van elke olie is specifiek. Er moet dus goed opgelet worden wat voor olie er ingezet wordt en met welk gewenst effect.

Gember

Werkt ontkrampend, pijnstillend, doorbloeding bevorderend, slijmoplossend en werkt goed tegen misselijkheid.

Grove den

Helpt bij het loslaten, werkt kalmerend en bevrijdend, geeft lucht en ruimte. Ontkrampend op de bronchiën en verlicht bij reumatische klachten. Dennenolie kan ingezet worden bij dyspneu, maar er is wel een kans dat dyspneu toeneemt in plaats van dat het verlichting geeft.

Lavendel

Voor de ene patiënt geeft lavendel ontspanning, een andere patiënt kan juist onrustig worden door de geur.

De praktijk

Op een avond voelde een patiënt zich niet goed, ze had hoofdpijn, buikpijn en was gespannen. Haar lichaam reageerde niet op de medicatie die ze had gekregen. Ze wilde slapen maar het lukte niet. De verpleegkundige stelde voor haar te masseren, en een diffuser met etherische oliën aan te zetten. Ze dit wilde ze wel proberen. Na enkele geuren geroken te hebben koos ze voor mandarijn en marjolein. Mandarijn werkt angstrekkend, opwekkend, sterk rustgevend en slaapbevorderend; marjolein werkt ontspannend en ontkrampend. Na twee druppels van beide geuren in de diffuser en aangevuld met water gedaan te hebben werd de lamp aangezet; een heerlijke geur verspreidde zich. Het licht in de kamer werd gedimd, het bed aan de kant gezet, waarna mevrouw voorzichtig rondom haar slapen, voorhoofd en nek gemasseerd werd. Al doende viel mevrouw in slaap. Een mooier resultaat kun je niet hebben. Complementaire zorg ten voeten uit!

Luchtjes maskeren

Bij luchtjes ontstaan door wonden is het fijn om bijvoorbeeld Neutral scent pink spray in te zetten; spuit een à twee spraytjes in de ruimte. De spray kan ook ingezet worden op afdekverbanden, incomateriaal en stomazakjes. Men kan zich schamen voor zichzelf, de spray maskeert nare luchtjes waardoor de patiënt zichzelf prettiger kan gaan voelen. Ook voor de naasten die door nare luchtjes misschien minder de nabijheid opzoeken van hun geliefde. Heel belangrijk voor de verpleegkundige: laat nooit merken aan de patiënt dat je niet tegen de lucht kunt, je kunt bijvoorbeeld wat menthol onder je neus smeren. Ook kunnen koolstofzakjes ingezet worden, deze absorberen gassen en nare luchtjes. Soms zie je nog wel eens dat er gemalen koffie op een schoteltje ingezet wordt om luchtjes te maskeren, echter na het overlijden kan de geur van koffie nare herinneringen oproepen voor de nabestaanden.

Als een patiënt is overleden kan de kamer gereinigd worden met gedroogde salie of laurier. Het kruid doe je op een schoteltje en steek het aan, hiermee loop je door de kamer. De kamer vult zich met positieve energie en is weer gereed voor een volgende patiënt.

Toepassing van therapie

Warmte- en koudetherapie

Warmtetherapie kan toegepast worden bij pijn of stijfheid. Het heeft invloed op de bloedvaten, waardoor de spieren zich ontspannen en pijn en kramp verlichten. Het inzetten van een hand- en/of een voetenbad kan de patiënt als heel prettig ervaren.

Kou zorgt voor vernauwing van de bloedvaten wat verlichting kan geven bij een zwelling. Bijvoorbeeld een koele buikwassing bij obstipatie. Neem een koele washand, ontbloot het onderlichaam, geef vijftien maal een strijking

over de onderbuik met de klok mee en retour. Dek de patiënt weer goed toe. De koele buikwassing zorgt ervoor dat er warmte naar de darmen gaat waardoor de darmen gestimuleerd worden tot productie. Altijd overleggen met de arts of er een contra-indicatie is. Koele/koude toepassingen, zoals ijsklontjes in een washandje, natte verbanden of een coldpack, bij pijn kan ook heel prettig zijn voor de patiënt.

Ontspanningstherapie

Bij dyspnoe en angst kunnen ademhalingsoefeningen aangeboden worden, deze zijn gericht op het beïnvloeden van het ademhalingspatroon of de ademhalingsfrequentie met als doel het bereiken van ontspanning. Een ontspannen ademhaling kenmerkt zich door een rustig en regelmatig patroon en gebruik van met name de buikademhaling. Een onregelmatige, te diepe, te snelle ademhaling en/of een extreme borstademhaling gaan vaak samen met spanning en uiteenlopende lichamelijke klachten. Wat goed helpt is mee ademen met de persoon en uitleg geven over het in- en uitademen. Dit geeft rust bij de patiënt waardoor er vaak weer een ontspanning optreedt (1).

Samen met de patiënt muziek luisteren

Muziek kan ingezet worden bij de verzorging van wonden ter ontspanning en afleiding voor de palliatieve patiënt. Muziek kan ook individueel of in een groep ingezet worden waarbij stukken op aanvraag van de patiënt gedraaid worden. Dit ter ondersteuning en verlichting van het lijden, zowel op fysiek, emotioneel als spiritueel gebied. Muziek geeft ontspanning en rust.

Klankbelevingssessie

In te zetten bij de palliatief/terminale patiënt voor rust en ontspanning. In totale ontspanning met een sfeervol zacht muziekje op de achtergrond (foto 1). Tijdens de sessie kan de patiënt in bed liggen of in een stoel zitten. Hij/zij hoort



Foto 1. Zachte muziek op de achtergrond.



Foto 2. Het schilderen van bloemen.

allerlei geluidjes van klankschalen. Individueel in te zetten of in een groep of met familie in de laatste fase van een patiënt. Een mooi moment voor het afscheid. Het is dan goed voor de verwerking van rouw voor de familie, als iets moois om op terug te kijken.

Van toegevoegde waarde

Kapper/pedicure/schoonheidsspecialist
Van toegevoegde waarde voor de palliatieve/terminale patiënt om er ook in de laatste fase verzorgd uit te zien, maar het is ook rustgevend en ontspannend.

Kantelbad

Het heeft toegevoegde waarde om nog eens in bad te kunnen, vaak is dat al lange tijd door ziekte niet meer gebeurd. Men kan genieten van rust en ontspanning op fysiek, emotioneel en spiritueel gebied.

Overige vormen van complementaire zorg

Knuffel hondje

In te zetten bij de bedlegerige patiënt, mogelijkheid om te knuffelen met het hondje van een vrijwilliger. Geeft warmte, ontspanning, rust en afleiding.

Wandelen/ spelletjes/ puzzelen

Aandacht voor de patiënt, ontspanning, afleiding en deelnemen aan kwaliteit van leven.

Schilderen

Onder begeleiding van een kunstenaar worden in stilte bloemen geschilderd (foto 2), individueel of samen of in een groep. Er is ruimte om gedachten en gevoelens te laten gaan.

Koppelbed

Het koppelbed is een bed wat bevestigd kan worden aan het bed van de patiënt. Belangrijk in de terminale fase voor bijvoorbeeld kind of echtgenote die dan dicht bij hun dierbare kunnen zijn.



Foto 3. Voorbeeld van een waakmand.

Waakmand

Een mand die wordt ingezet als het sterven nabij is. De mand is gevuld met allerlei spulletjes die dienen als troost en ondersteuning tijdens het waken bij een dierbare. Zo bevat de waakmand een fleecedeken, gedichten-/fotoboek, kaarsjes, spelletjes, puzzelboekje, kleurtjes en een schrijfboekje om herinneringen vast te leggen (foto 3).

Met dit artikel is hopelijk duidelijk gemaakt wat complementaire zorg in kan houden en hoe deze ingezet kan worden bij palliatief/terminale patiënten. Een suggestie voor een interessant boek over dit thema is 'Handboek Complementaire zorg' (2).

Literatuur

1. Oncoline Richtlijn complementaire zorg, ontspanningsoefeningen 30-7-2010
2. Handboek Complementaire zorg in de palliatieve zorgverlening, Madeleine Kerkhof- Knap

* *Bea van Schoor, gedifferentieerd palliatief verpleegkundige, Hospice Bardo, Hoofddorp*