



René Severijnen

De visie van helend genezen en facility management

In de huisvestingswereld en ook binnen facility management wordt veel gediscussieerd over de ontwikkelingen binnen de zorg. Nagedacht wordt over de consequenties van bijvoorbeeld het financieringsstelsel en kantelconstructies worden gemaakt om ervoor te zorgen dat de behandelkamers vaker daglicht ontvangen. Een trend is te signaleren richting eenpersoonskamers en de zorgboulevard is in opkomst.

Iris Bakker

De gedachten van bijvoorbeeld eenpersoonskamers of zorgboulevard binnen de zorg spreiden zich uit in een gebied tussen empathie, compassie en empowerment. Om echter op een goede wijze invulling te geven aan de aard van de huisvesting en de facilitaire ondersteuning, is het belangrijk het primaire proces tot in zijn diepste wezen te begrijpen. En die essentie is alleen te vinden bij mensen die gedurende vele jaren van ervaring, rekening houdend met de gedifferentieerde nuances die de zorg kent, hebben nagedacht over de fundamenten van werkelijk helend genezen. Deze gedachte, die in Amerika als Complementary Medicine groeiende is, begint in Nederland voorzichtig en met een bescheiden stem een mening uit te dragen, de stem van Integratieve Geneeskunde.

Oprichter

Een basisbegrip binnen de Integratieve Geneeskunde is 'Mindfulness'. Jon Kabat-Zinn is de oprichter en eerste directeur van het Center for Mindfulness aan de universiteit van Massachusetts en de ontwerper van het Mindfulness-Based Stress Reduction programma (MBSR). In zijn hoofdwerk (Kabat-Zinn, 1990) zegt hij: 'Eenvoudig gezegd is mindful-

ness: je van elk moment bewust zijn. Oplettendheid wordt ontwikkeld door doelbewust aandacht te schenken aan dingen waar we gewoonlijk niet bij stilstaan. Het is een systematische aanpak om nieuwe manieren van controle en wijsheid in ons leven te ontwikkelen, gebaseerd op ons innerlijk vermogen tot ontspanning, aandacht, bewustzijn en inzicht.' Kabat-Zinn draagt uit dat de mens een 'human being' wordt genoemd, terwijl wij ons vaak gedragen als 'human doings'.

Holistisch benadering

René Severijnen is na 29 jaar kinderchirurg te zijn geweest in het Universitair Medisch Centrum St Radboud te Nijmegen vorig jaar met pensioen gegaan. Na vele jaren van ervaring is Severijnen overtuigd geraakt van het belang van de holistische patiëntenbenadering die tot zijn recht komt in de integratieve geneeskunde. De integratieve geneeskunde benadert de mens als geheel met een intense wisselwerking tussen lichaam en geest en legt niet de nadruk op ziekte en bestrijding van symptomen, maar op gezondheid en het welbevinden, met een uitbreiding naar behoud en herstel van vitaliteit en zingeving. Hierbij wordt de westerse of reguliere geneeskunde verbonden aan minder westerse geneeswijzen, als de acupunctuur.

Severijnen: 'Een voorbeeld is de posttraumatische dystrofie (PTD). Na een ogenschijnlijk onschuldige botbreuk of verstuiking blijft een hevige pijn bestaan die zo intens is dat er in sommige gevallen alsnog besloten wordt een lichaamsdeel te amputeren. Artsen benaderen het probleem te lichamenlijk en acteren vooral binnen de grenzen van de chirurgie en farmacologie, terwijl het een samenspel is van lichaam en geest. En dat blijkt ook uit de resultaten van de huidige Macedonische therapie.' PTD is een complex pijnsyndroom, dat kan optreden na letsel of een operatie aan een arm of been. De pijn die optreedt is zeer ernstig. In de westerse geneeskunde bestaat hiertegen geen oplossing. Mevrouw Shinka, een therapeute, die in een klein plaatsje woont op het platteland van Macedonië, voert behandelingen uit die dit pijnsyndroom echter verhelpen. Medici vanuit de 'reguliere' geneeskunde, begrijpen niet hoe dit mogelijk is.

Integratieve geneeskunde richt zich op een veilige en effectieve methode om gezondheid te stimuleren, waarbij reguliere en complementaire technieken gecombineerd worden. Bij dit streven naar zo goed mogelijke gene-

zing worden alle aspecten van de hele persoon en omgeving betrokken. Interessant hierbij is de groeiende ontwikkeling die empowerment heet; het zo sterk mogelijk maken van de positie van de patiënt, zodat hijzelf zijn leven maximaal kan sturen en beheersen. Via een inlogcode kan de patiënt van huis uit eigen dossiers inzien. Het ziekenhuis levert een maximaal aanbod aan oplossingen waaruit de patiënt, indien gewenst met enige ondersteuning, kan kiezen. De patiënt heeft zo dus meer het heft in eigen handen. De hele opzet van het ziekenhuis is ook gericht op empowerment. Een basale waarde is Situational Awareness: een duidelijke structuur, zichtlijnen, maximaal daglicht, oriëntatiepunten en eenvoudige elementen als een klok, geven de patiënten permanent informatie waar ze zijn, waar ze heen moeten en welk moment van de dag het is. Situational Awareness leidt tot een maximaal veiligheidsgevoel en het gevoel van beheersbaarheid.

Theepot

Severijnen: 'Patiënten komen bij ons om beter te worden, dat vraagt om volkomen oplettendheid, om aandacht, zonder te oordelen. Ik ga graag uit van het woord "compassie", we moeten onszelf iedere dag voorhouden dat we met compassie naar onze patiënten willen luisteren en dit ook tonen. Vanuit het 'human being' denken, mindfulness en compassie, kunnen we de patiënt benaderen met de zorg die hij of zij nodig heeft. Zorg heeft met zorgvuldigheid te maken. Als wij de boodschap kunnen doorgeven aan anderen. Dat leven in het hier en nu met bewuste aandacht, zonder te oordelen, zoals Jon Kabat-Zinn en vele anderen zeggen, dan laten we misschien de wereld een stukje beter achter dan toen wij eraan begonnen.'

'Luisteren' speelt hierbij een essentiële rol. Met de volle aandacht luisteren naar de patiënten en hun begeleiders, en hier ook de tijd voor nemen, betekent dat de problematiek in relatie tot een ziekte, breder kan worden benaderd. Zogenaamde 'kleine dingen' als een theepot met kopjes of glazen, waar bewuste aandacht vanaf straalt. In plaats van de snelle plastic bekertjes met een puur routinematig handelen, hebben een positief effect op ieder gesprek met medewerkers en beïnvloeden de kwaliteit van het overdragen van belangrijke informatie.

De visie van de Integratieve Geneeskunde heeft een wezenlijke invloed op de gebouwde

omgeving en de facilitaire ondersteuning. De hele opzet is gericht op de innerlijke versterking van de patiënt. Nieuwe faciliteiten als een meditatiekamer en een yogaruimte dragen bij aan de innerlijke rust van de patiënt. Ook nieuw zijn een wetenschapsbibliotheek waar de patiënt zelf alle informatie kan vinden over zijn ziekte en een zorgaanbodwinkel, waar hij kan kiezen tussen allerlei mogelijke zorgoplossingen, maar ook de praktische zaken kan regelen als krukken, bedverhogers en een goede apotheek. Onze gebouwen moeten weer ziekenhuizen worden en geen ziekenhuizen.

De samengestelde teams die een patiënt daadwerkelijk vanuit een holisme beschouwen, vragen om grote ruimtes, niet alleen kwantitatief in vierkante meters, maar vooral kwalitatief wat de diepgang en de effectiviteit van de gesprekken bevordert. Aspecten als daglicht, luchtkwaliteit, kleur, ruimtevormen en geluidsniveau dragen bij aan die kwaliteit en vragen om een geïntegreerde aanpak. Zo kunnen de vorm van de ruimte, samen met harmonieuze vlakverhoudingen, de kleur en lichtkeuze samenwerken tot een veilige omhullende ruimte, waar mensen zich op hun gemak voelen. Van belang is daarin ook dat in de uitvoeringsfase van bouwprojecten, zowel bij nieuwbouw als renovatie, zorgvuldig wordt nagedacht over de plek van stopcontacten, plaatsing van apparatuur en toevoegingen als bijvoorbeeld brandblussers en bebording om die harmonie in vlakverdelingen en bovendien kwalitatief hoogwaardige zichtlijnen te blijven behouden. Het gaat hier overigens ook om feitelijk bewijsmateriaal: wetenschappelijk is bijvoorbeeld aangetoond dat couveusekinderen met dynamisch licht, dus een duidelijk dag- en nachtritme, structureel korter in de couveuse hoeven te liggen, de effecten van de buitenwereld zijn ook voor hen al groot.

Meer informatie over de integratieve geneeskunde: www.nccim.nl. Het NCCIM treeft naar het integreren van veilige en effectieve elementen uit de complementaire geneeswijzen binnen de aan de universiteit onderwezen westerse of reguliere geneeskunde, voor onderwijs en onderzoek, maar ook bij patiëntenzorg en kennisverwerving voor alle mensen, die in een academisch ziekenhuis werken.

Iris Bakker, Levenswerken