

## Touch for Care bij dementie

# MASSAGE BIEDT VERLICHTING BIJ ERNSTIGE DEMENTIE



Auteur: Judith Vocking

**Voor mensen met ernstige dementie is de buitenwereld vreemd en bedreigend. Velen van hen kampen daardoor met onrust, verdriet, boosheid, angst of apathie. Massage kan dit verlichten, zo blijkt uit een onderzoek van het NIVEL naar aanleiding van een pilot ‘massage bij dementie’ binnen zorginstelling Laurens.**

Toen docent en massagetherapeut Klara van Zuijdam drie jaar geleden het zaadje plantte voor het opleidingsinstituut Touch for Care, wilde ze graag een intensieve samenwerking met experts uit het werkveld. Ook was het voor haar een must de masterclass Touch for Care bij dementie op locatie bij een zorginstelling aan te bieden. Van Zuijdam: "Massage bij mensen met ernstige dementie staat zo ver af van massage bij mensen met wie je verbaal kunt communiceren. Dat kun je eigenlijk alleen overdragen door cursisten in de praktijk te laten oefenen en communicatietechnieken een prominente plek te geven in de training."

### POSITIEVE UITWERKING

Zorginstelling Laurens was meteen enthousiast over het idee. Er werd besloten een pilot te doen, waarbij tien van de eigen medewerkers getraind werden door Van Zuijdam. Het NIVEL haakte aan om de resultaten ervan in kaart te brengen. Die resultaten spraken boekdelen. Door de massages werden bewoners alerter en kon er beter contact met hen worden gemaakt. Mensen met bijvoorbeeld contracturen lieten zich beter verzorgen. Onrustige bewoners kwamen sneller tot rust, wat weer

een positieve uitwerking had op de hele woongroep. Sommige bewoners zeiden zelfs weer enkele woordjes na jaren van stilte.

De pilot kreeg een vervolg. Inmiddels zijn dertig medewerkers getraind, variërend van verpleegkundigen tot fysiotherapeuten. Psychologen en andere behandelaren van de zorginstelling hebben ook belangstelling getoond voor de methode van Van Zuijdam. Bij een aantal bewoners is massage nu zelfs opgenomen in het zorgplan.

### OPRECHT IN JE CONTACT

Het contact met en masseren van mensen met dementie wordt moeilijker als verbale communicatie niet meer mogelijk is. Dan moet je je kunnen verplaatsen in de

belevingswereld van de cliënt. Als dat lukt, valt er veel te bereiken. Daarom wordt in de opleiding een hele lesdag besteed aan effectief communiceren met mensen met dementie, verzorgd door een expert op dit gebied. Van Zuidam: "Bij mensen met dementie gaat de informatie- en prikkelverwerking veel trager, maar het gevoel wordt scherper. Ze voelen haarfijn aan of je oprecht bent in je contact. Merken ze dat je de tijd hebt en dat ze mogen zijn zoals ze zijn, dan creëer je een gevoel van veiligheid en zullen ze je toelaten in hun belevingswereld."

Massageopleidingen volgen vaak gestructureerde protocollen. In de masterclass Touch for Care bij dementie leren cursisten diverse technieken, maar ook om die los te laten en de reactie van de cliënt te volgen bij de aanraking. Dat gaat in een vertraagd tempo en in het ritme van de cliënt. Vaak bestaat een massage uit het aanraken van handen, armen en gezicht. Van Zuidam: "Die aanraking doet de mensen denken aan vroeger. De koestering die ze als kind hebben ervaren of hun eigen kinderen hebben gegeven. Het gebeurt dan ook regelmatig dat mensen je gaan omhelzen of jouw hand gaan masseren."



### UNIEK IN NEDERLAND

De samenwerking met de reguliere zorgverlening maakt de opleiding Touch for Care bij dementie uniek in Nederland. De cursisten masseren bewoners en zien wat voor een uitwerking dat heeft. Daarnaast kunnen ze ook ervaren hoe het is als hun cliënt met dementie verhuist naar een zorginstelling en ze daar de massages willen voortzetten.

## 'MET KLEINE INTERVENTIES KUN JE AL VEEL BEREIKEN'

Micky van Houten-Siemelink is verpleegkundige en complementair zorgverlener bij Laurens. Als lid van de projectgroep was ze nauw betrokken bij de pilot massage voor bewoners met ernstige dementie. Samen met negen collega's deed ze de incompany training Touch for Care bij dementie en ervoer in de praktijk het effect van de methode. "Het was ontroerend wat de massages teweegbrachten bij cliënten. Eén bewoonster die altijd onrustig en beweeglijk is, begon tijdens de massage heel hard te huilen. We zeiden dat het goed was en dat ze haar verdriet mocht uiten. Na een tijdje sloeg het huilen om in berusting en verscheen er een glimlach op haar gezicht. Dit soort gouden momenten hebben we veel beleefd tijdens de masterclass. Als zorgverlener is dat echt een meerwaarde, want het geeft je voldoening in je werk. Ik zag collega's tijdens de training helemaal opbloeien.

Hét dilemma is de drukte in de zorg. Waar moet je de tijd vandaan halen voor een massage? Klara heeft ons helpen inzien dat we met kleine interventies al veel kunnen bereiken. Aanraking of massage kan heel subtiel zijn en onderdeel uitmaken van de dagelijkse zorg. Een hand op iemands arm leggen als je helpt bij het eten of even iets meer aandacht geven aan het insmeren met bodylotion na het douchen. Je merkt dat de combinatie van aanraken en volledig met je aandacht bij iemand zijn, mensen tot rust brengt. En dan kun je wel zeggen: 'waarom zou je het doen, want ze vergeten het toch weer'. Dat geloof ik niet. Na 15 jaar in de psychogeriatric gewerkt te hebben, ben ik ervan overtuigd dat de ervaring ergens in de geest wordt opgeslagen. Ze weten dan misschien niet meer hoe je heet, maar ze associëren je wel met een prettig gevoel. De momenten van rust en ontspanning in het nu, zijn dan een cadeautje. Zowel voor de cliënt als de zorgverlener."

# MASTERCLASSES TOUCH FOR CARE VOOR MASSEURS EN MASSAGETHERAPEUTEN

Naast massage bij dementie biedt opleidingsinstituut Touch for Care nog een aantal andere masterclasses aan. De rode draad in alle opleidingen is: massage en liefdevolle aanraking vanuit het hart.

## TOUCH FOR CARE BIJ DEMENTIE™

Tijdens deze zesdaagse masterclass staan belevingsgerichte benadering en in echt contact komen met cliënten met dementie centraal. Het programma wordt vanaf september aangeboden bij zorginstelling Laurens.

## AROMAZORG IN DE ONCOLOGIE™

Deze vijfdaagse masterclass biedt gespecialiseerde masseurs en massagetherapeuten praktische en onderbouwde handvatten omtrent het gebruik van de juiste basisstoffen en etherische oliën bij massage bij kanker. Verschillende technieken komen aan bod, zoals elementen uit de aquazorg.

## STOELMASSAGE BIJ KANKER™

In deze vijfdaagse masterclass leren masseurs en massagetherapeuten hoe ze hun cliënten die kanker hebben (gehad) een veilige en verantwoorde stoelmassage kunnen geven.



*'Ze weten dan misschien niet meer hoe je heet, maar ze associëren je wel met een prettig gevoel. De momenten van rust en ontspanning in het nu, zijn dan een cadeautje. Zowel voor de cliënt als de zorgverlener'*

Van Zuidam: "Als je een cliënt ook na de verhuizing wilt blijven masseren, moet je toestemming hebben van de familie en nauw samenwerken met de zorgverleners. In zorginstelling Laurens zijn ze bekend met de massages, maar dat zal niet overal zo zijn."

Het NIVEL-onderzoek krijgt mogelijk een vervolg. Onlangs zijn de voorbesprekingen gestart voor een groter onderzoek op meerdere locaties, waar Van Zuidam dan weer medewerkers mag trainen. Dit onderzoek moet aantonen welk effect massage daadwerkelijk heeft op de zorg, de bewoners en hun zorgverleners.

Eén van de onderzoeksvragen zal zijn of er een relatie gelegd kan worden met afnemend gebruik van psychofarmaca. Een positief verband zou verder kunnen bijdragen tot opname van massage in het zorgplan als erkende complementaire interventie. Daarmee is Van Zuidam weer een stapje dichterbij haar doel: massage beschikbaar maken voor alle mensen met dementie.

Voor meer informatie: [www.touchforcare.nl](http://www.touchforcare.nl)