

‘Integrative medicine is good medicine’

Integrative medicine wordt door onwetendheid soms onterecht als kwakzalverij afgedaan, volgens Ines von Rosenstiel, hoofd van de afdeling kindergeneeskunde van het Slotervaartziekenhuis in Amsterdam. “Integrative medicine is juist evidence based. Anders zou ik het niet bedrijven.”

[Door Marjan Enzlin]

“**L**aat ik beginnen met te vertellen dat ik lid ben van de Vereniging tegen de Kwakzalverij. Ik onderschrijf de basisprincipes van de vereniging en ik ben er zeer voor om alle therapieën en interventies die wij in de geneeskunde gebruiken, te testen op hun veiligheid en effectiviteit. Dat lidmaatschap van mij is niet onverwacht of vreemd; het past juist heel goed bij mijn missie om integrative medicine op mijn afdeling en in dit ziekenhuis van de grond te krijgen. Opdat duidelijk is dat er niets gebeurt dat niet evidence based is.

Het is mijn missie om integrative medicine in het Slotervaartziekenhuis te implementeren en ik heb er vijftien jaar voor uitgetrokken. Ik ben ermee in aanraking gekomen toen ik tijdens een sabbatical (na tien jaar kinderintensive care) een paar maanden in de Verenigde Staten heb gewerkt. In de VS is integrative medicine een belangrijke ontwikkeling in de (kinder)geneeskunde. Zo ook in het Bostons Childrens Hospital waar ik twee maanden heb rondgekeken. Ik werd echt gegrepen door de manier waarop men daar met kinderen bezig was. De reguliere kindergeneeskunde werd naadloos gecombineerd met onderdelen uit de integrative medicine en het werkte. Toen ik dat zag, heb ik besloten dat ik in Nederland zou zoeken naar een baan waarin ik met mijn missie uit de voeten kon. Dat werd dus hoofd van de afdeling kindergeneeskunde in het Slotervaartziekenhuis.

In het ziekenhuis bespeur ik voor het overgrote deel een open houding. Omdat het vanaf de dag dat ik solliciteerde naar de functie duidelijk was welke kant ik op zou gaan, was er op de afdeling ruimte voor vernieuwing. Men stond open voor de principes achter integrative medicine. Op andere afdelingen was er soms meer weerstand, vooral als het om de ‘hardcorespecialisten’ ging. Maar omdat ik lang op een kinder-IC heb gewerkt en er twee jaar hoofd ben geweest, zien ‘hardcorespecialisten’ me niet alleen als ‘softe’ kinderarts. In zekere zin helpt mijn arbeidsverleden me dus bij het uitvoeren van mijn missie. Ik word serieus genomen. Ook

door artsen die aanvankelijk sceptisch zijn over integrative medicine.

Integrative medicine vergroot het therapeutisch arsenaal van behandelaren. Het staat voor mij gelijk aan good medicine. De ontwikkeling rust op vier pijlers: zelfmanagement van de patiënt, het reguliere therapeutische arsenaal, evidence based complementaire technieken en een holistische manier van kijken naar de patiënt. Dat betekent dat de arts naast zijn of haar rol als deskundige vooral een coachende rol heeft en de patiënt voor een groot deel de regie in handen houdt. Het betekent ook dat er ruim aandacht is voor de anamnese en de wisselwerking tussen lichaam en geest. In diagnostisch opzicht (lichamelijk en aanvullend onderzoek) verandert er echter niets.

Ik kom, als het goed is, tot dezelfde diagnose als de kinderarts die geen integrative medicine bedrijft. En ik gebruik ook dezelfde reguliere therapeutische methoden. Medicatie, operatie, precies dat wat nodig is. Het enige wat ik doe, is daaraan eventueel nog wat toevoegen. Een evidence based complementaire techniek. Zoals rustgevende muziek bijvoorbeeld. Als uit onderzoek blijkt dat kinderen die relaxerende technieken krijgen aangeboden tijdens een pijnlijke (be)handeling, zich beter voelen of minder angst voor de pijn ervaren, dan gebruiken we dergelijke technieken. De behandeling doet evengoed pijn, maar omdat iedereen rustiger is - ook de artsen en verpleegkundigen en natuurlijk de ouders - is de ervaring minder onprettig. Ik begrijp niet wat daar tegen kan zijn. Er is niets vreemds aan. Integendeel; het is geneeskunde bedrijven zoals dat in mijn ogen zou moeten. Veel artsen doen het op hun gevoel vanzelf al zo, maar er zijn er ook die het niet begrijpen. Men heeft het in ons vak nog te vaak over de hypertensie in bed vier.

We maken op onze eigen afdeling gebruik van diverse methoden zoals babymassage, inbakeren en relaxerende technieken als muziek en aromaverneveling. Dat laatste heeft me nog bijna de kwakzalverprijs opgeleverd. Belangrijk is dat we de methode alleen toepassen voor kortdurende relaxatie en niet gebruiken als therapeutisch behandeling.

“Ik ben niet voor of tegen een stroming; de vraag is of een interventie veilig is en werkt”



Foto: Vincent Boon

Hoewel je je kunt afvragen wanneer iets therapeutisch is, afhankelijk van subjectieve of objectieve uitkomstmaat. We hebben de aromaverneveling in overleg met de afdeling ziekenhuishygiëne bovendien zeer geprotocolleerd ingevoerd. Verder hebben we onder meer een obesitaspoli waar volgens de principes van integratieve medicine wordt gewerkt, hebben we drie kinderartsen die zich hebben verdiept in hypnosetechnieken bij kinderen en hebben we diverse projecten voor kinderen met onbegrepen buikpijn, hoofdpijn en/of vermoeidheid. De ouders en kinderen zijn er zeer tevreden over. En wij vinden het prettig dat we hen nog iets te bieden hebben nadat vastgesteld is dat er geen lichamelijke oorzaak is voor de klachten. Weet je; ik ben niet voor of tegen een bepaalde stroming. Het gaat om een zorgvuldige selectie van technieken die effectief en veilig zijn. De vraag is dus niet of acupunctuur kwakzalverij is, maar of acupunctuur helpt tegen braken bij en na een chemotherapie. En of het veilig is. Het antwoord

op beide vragen is in dit geval: ja. Daar is inmiddels voldoende bewijs voor. Maar als er een moeder van een kind met eczeem bij me komt en vraagt of acupunctuur zou kunnen helpen, moet ik haar de methode afraden omdat die naalden in combinatie met de huidaanroering niet veilig zijn als het gaat om infectiegevaar. Het ligt allemaal dus een stuk genuanceerder dan je in eerste instantie zou denken.

Wat ik doe, is – langzaam – door dit ziekenhuis lopen. Onderweg spreek ik verschillende specialisten. Ik praat met ze over onze patiënten. Ik spreek cardiologen over angst bij hun patiënten, over hartrevalidatie. En ik vraag ze: zou het nou niet mooi zijn als we deze patiënten behalve onze pillen en operaties ook nog wat anders konden bieden? Ik doe hetzelfde bij de anesthesiologen, bij de chirurgen. En ik kom met onderzoeksgegevens. Laat ze zien dat wondgenezing sneller gaat wanneer de patiënt min of meer ontspannen de operatiekamer op gaat. Soms wil men er niets van weten, maar vaak willen ze dat wel. Vragen ze me zelf om de stukken. Het is mijn droom dat ik op den duur bij al deze mensen ingang vind. Gewoon door ze in hun eigen taal aan te spreken. Je moet bij de gemiddelde chirurg natuurlijk niet aankomen met een zweverig verhaal. Maar wel met onderzoeksresultaten over wondgenezing.

Ik merk dat veel meer artsen dan je zou veronderstellen open staan voor de principes achter integratieve medicine. Als het ze maar goed wordt uitgelegd. Zo hebben we hier in het Slotervaart inmiddels ook op andere afdelingen projecten lopen. Een pilot met geleide visualisatie voor patiënten die wachten op hun operatie. Zij krijgen via de anesthesie cd's uitgereikt waarop rustgevend visualisatie-aanwijzingen worden gegeven waarmee angst en stress gereduceerd kunnen worden. Uit onderzoek blijkt dat dat goed is voor het herstel. Vier van de acht anesthesiologen doen mee. Verder start er op interne een project rond vermoeidheid bij hiv-patiënten.

Je ziet dat integratieve medicine in het Slotervaart al aardig voet aan de grond krijgt. Niet in de laatste plaats doordat ook onze nieuwe directie erachter staat. Ik hoop dat dat ook in breder verband gaat leiden tot goede dingen. Want wat voor de patiënt goed is, is ook voor de medewerkers goed. Ik denk daarbij bijvoorbeeld aan het 'gezonde ziekenhuis'. Hoe zien de ruimtes er daar uit, is er een plaats om tot rust te komen, hoe ruikt het in het ziekenhuis? Dat soort zaken. Ik hoop dat ik in die zin ook voor de medewerkers iets kan betekenen. Het zal even duren, maar ik heb de tijd." ❧