

Waardevolle interventie

Massage bij verpleeghuisbewoners met ernstige dementie

Zorgverleners vinden dat massage een waardevolle bijdrage levert aan de zorg voor verpleeghuisbewoners met ernstige dementie. Met name in het maken van contact en het verminderen van onrust. Dit blijkt uit een pilot uitgevoerd door zorgorganisatie Laurens, het Van Praag Instituut en onderzoeksinstituut NIVEL.

Door Maj-Britt Inhulsen, Renate Verkaik, Martine Busch en Anneke Francke

Eerder onderzoek toonde aan dat massage een positieve invloed kan hebben op stemmings- en gedragsproblemen als gevolg van dementie.¹ In Nederland was tot op heden geen onderzoek gedaan naar de ervaringen met massage voor verpleeghuisbewoners met ernstige dementie. Wel bleek uit een recente studie onder verpleeghuisbewoners in het algemeen, dat massage een relatief veel gebruikte interventie is, maar dat er weinig gericht beleid is.² Het doel van het huidige pilotonderzoek was om de ervaringen met massage in kaart te brengen en, indien beloftevol, de toepassing van massage verder te borgen en te verspreiden binnen zorgorganisatie Laurens. Het pilotonderzoek vond plaats door middel van vragenlijstonderzoek onder de tien getrainde zorgverleners en interviews met zes zorgverleners en drie mantelzorgers.

Toepassing van massage

De bewoner kan gemasseerd worden op zowel de gezamenlijke woonkamer, als op de eigen slaapkamer. Belangrijk is een comfortabele uitgangshouding voor bewoner en zorgverlener en, zo mogelijk, een prikkelarme omgeving. Gestart wordt met het gecenterd maken van contact met de bewoner door middel van aanraking van de hand, zonder hierbij druk uit te oefenen. Als de bewoner dit toelaat, kan de aanraking vervolgens worden uitgebreid naar de elleboog- en schouderregio. De massagetechnieken die hierbij worden toegepast betreffen langzame strijkingen waarbij de huid niet tot nauwelijks beweegt. Wanneer de bewoner dit goed opvangt, kan daarna iets meer druk uitgeoefend worden en kan er een neutrale massageolie gebruikt worden. Vervolgens kan de zorgverlener bijvoorbeeld de vingers en handpalm masseren en wordt de massage, na maximaal 30 minuten, weer afgesloten middels rustige strijkingen.

Casus mevrouw Bakker

Mevrouw Bakker is 78 jaar en woont in het verpleeghuis. De mate van dementie bij mevrouw is ernstig: zij kijkt vaak betekenisloos om zich heen en slaapt veel. Heel af en toe geeft zij een verbale reactie op een simpele vraag. Omdat het moeilijk is om contact met mevrouw te maken, wordt massage als mogelijkheid door het zorgteam overwogen en geprobeerd.

De pilot

Tien medewerkers van verpleeghuis De Oudelandse Hof, een kleinschalige woonlocatie van zorgorganisatie Laurens, werden opgeleid in het geven van massage: zeven verzorgenden, twee activiteitenbegeleiders en één fysiotherapeut. Zij pasten de massage toe bij tien verpleeghuisbewoners met ernstige dementie. Deze bewoners waren geselecteerd, omdat zij naar verwachting baat zouden kunnen hebben bij de interventie. Omdat het een eerste kennismaking met de methode betrof, werden bewoners geselecteerd bij wie sprake was van onrust, maar niet van agressie. De massagetraining werd gegeven door een ervaren trainer op het gebied van massage (Touch for Care) en bestond uit vijf dagdelen, verspreid over een periode van tien weken. In de massagetraining oefenden zorgverleners met het geven van hoofd-, gezichts- en handmassages aan de bewoners. Een essentieel onderdeel van de training was het rustig in contact komen met de bewoner en het (leren) 'centeren': het richten van de aandacht in het moment. Hierbij is de zorgverlener werkelijk aanwezig en stemt hij/zij zich af op, en open voor, de bewoner. Een ander belangrijk onderdeel van de training was het (leren) observeren van de gemasseerde bewoners om veranderingen in houding of gedrag waar te kunnen nemen.

Massage in de dagelijkse praktijk

In de periode na de training werd er gemiddeld bijna wekelijks gemasseerd. Tijd vrijmaken bleek echter een struikelblok, mede omdat er beleid ontbrak omtrent de beschikbare tijd voor het toepassen van massage. Omdat zorgverleners wel de meerwaarde inzagen van de massage, probeerde het merendeel van de zorgverleners in ieder geval een deel van de massage toe te passen of het te integreren in de dagelijkse zorg: bijvoorbeeld door met extra tijd en aandacht de bewoner in te wrijven met bodylotion. Twee

zorgverleners voerden de massage uit als onderdeel van het zorgplan. Hierdoor werden deze uren meegeteld in het zorgzwaartepakket van de bewoner waardoor tijd vrijmaken makkelijker was.

Casus mevrouw Bakker, vervolg

Sinds enkele weken wordt mevrouw Bakker twee keer per week gemasseerd door een verzorgende van haar woning. De verzorging ziet met enthousiasme de grote verschillen als gevolg van massage aan: mevrouw Bakker is meer aanwezig, maakt meer contact en is oplettender op haar omgeving. Ook begint zij uit zichzelf te praten. De familie van mevrouw Bakker vindt de resultaten verbluffend. Tijdens de massage ziet de familie een verandering optreden bij mevrouw: haar ogen worden minder 'leeg' en zij zien dat er een bepaalde rust optreedt. Soms probeert zij iets te zeggen of valt zij met een glimlach om haar mond in slaap.

Enthousiaste zorgverleners

Alle deelnemende zorgverleners waren enthousiast over het toepassen van massage bij mensen met ernstige dementie: zij vonden het prettig om te

doen (4.7, schaal 1-5), dachten dat door massage de contactmogelijkheden werden vergroot (4.7, schaal 1-5) en de kwaliteit van leven kon worden verhoogd (4.5, schaal 1-5). Wel ervaarde een klein deel van de zorgverleners stress rondom het geven van massage (3.3, schaal 1-5). Dit bleek voornamelijk te komen door het gebrek aan tijd en de hoge werkdruk die daarmee gepaard ging. Het volgen van de massagetraining bleek ook van invloed op de werkbeleving van zorgverleners. Een deelnemer noemde als bevorderende factor voor het toepassen van massage: *“Door alle hectiek, alle bezuinigingen en de toename van administratie, was ik mijn vak kwijt: met je hart de hele zorg van de hele mens overnemen. Dus ook dat stukje persoonlijk contact. Ik heb nu mijn vak weer terug. Ik ben weer wie ik ben.”* Dat masseren uiteindelijk niet alleen tijd kost, maar ook tijdbesparend kan zijn, illustreert het volgende citaat: *“Het levert soms meer op dan als je het niet doet en mensen onrustig zijn, waardoor je dus meer tijd kwijt bent om ze weer tot rust te brengen. Dus eigenlijk is het een win-winsituatie”*. Als mogelijk stimulerende factor voor het blijven toepassen van



Thinkstock

massage in de toekomst, noemden zorgverleners dat het belangrijk is om massage meer bekendheid onder collega's te geven waardoor er meer samen-gewerkt kan worden.

Bijzondere reacties bewoners

Zorgverleners waren opvallend positief over het effect dat massage leek te hebben op de bewoners. Veelal waren het kleine veranderingen die waar-neembaar waren, bijvoorbeeld een meer ontspan-nen houding en gezichtsuitdrukking van de bewo-ner. Soms waren de effecten echter groter en werd dit door zorgverleners ervaren als een wereld van verschil. Bijvoorbeeld in het kunnen maken van contact en de mate van alertheid van de bewoner op zijn omgeving. Bijzonder was dat twee bewoners verbale reacties toonden, terwijl zij al langere tijd verzonken leken te zijn in hun innerlijke zelf. Ook hielp massage om onrustige bewoners sneller tot rust te krijgen, aldus de ondervraagde zorgverle-ners. De positieve reacties van de bewoners op de massage en het echt in contact kunnen komen met de bewoner, bleken voor de zorgverleners stimule-rende factoren voor het toepassen van massage. Naast de positieve effecten op de bewoners ervoe-ren zorgverleners ook een ander voordeel van de massage: de rustgevende invloed van de massage werkte ook positief door op de overige bewoners, waardoor er meer rust werd ervaren in de woning als geheel.

Zorgverleners hadden niet zozeer negatieve erva-ringen met bewoners en het toepassen van massage, maar ervoeren wel dat sommige bewoners zich niet volledig over konden geven aan de massage door teveel prikkels uit de omgeving. Daarnaast bleek volgens de zorgverleners niet elke bewoner even geschikt te zijn voor massage, rekening houdend met persoonlijke voorkeuren en eventuele bijko-mende problematiek voortkomend uit dementie.

Mantelzorgers waarderen de extra aandacht

Volgens zorgverleners waren alle betrokken mantel-zorgers enthousiast over het toepassen van massage bij hun naaste met dementie. Uit interviews met enkele mantelzorgers bleek dat zij met name waar-deerden dat er op deze manier meer tijd en aan-dacht voor hun naaste was. Over de effecten van de

massage waren de meningen verdeeld. Enerzijds gaven mantelzorgers aan dat zij wel degelijk effect zagen van de massage: er was makkelijker contact te maken met hun naaste. Anderzijds vonden mantel-zorgers het moeilijk om effect te zien en gaven hier-bij aan dat dit mogelijk kwam door het kortdurende effect van de massage.

Conclusies

Hoewel het slechts een pilot betrof, lijkt het toepas-sen van massage een bijdrage te kunnen leveren aan de zorg voor mensen met ernstige dementie. Mas-sage blijkt waardevol te kunnen zijn in het maken van contact met deze doelgroep en, in overeenstem-ming met eerder internationaal onderzoek naar massage bij mensen met dementie, onrust te kun-nen verminderen. In principe lijkt massage breed toepasbaar bij mensen met dementie, mits hierbij rekening wordt gehouden met persoonlijke voor-keuren en eventuele bijkomende problematiek voortkomend uit dementie. Naast de gunstige effec-ten die de massage leek te hebben op de bewoners, bleek de interventie ook positief van invloed op de werkbeleving van zorgverleners. Wel is het zaak om als zorgorganisatie beleid te ontwikkelen voor toe-passing in de dagelijkse zorg en hierdoor zorgverle-ners tijd en mogelijkheden te bieden voor structu-rele toepassing. Nader onderzoek zal moeten aant-onen welk effect massage daadwerkelijk heeft op de zorg, de bewoners en hun zorgverleners en wat de omvang van deze effecten is. •

Literatuur

1. Hansen NV, Jørgensen T, Ørtenblad L. (2006). Massage and touch for dementia. Cochrane Database of Systematic Reviews, Issue 4. Art. No.: CD004989. DOI: 10.1002/14651858.CD004989.pub2.
2. Busch M, Jong M, Baars E. (2015). Complemen-taire zorg in ziekenhuizen, verpleeghuizen en GGZ-instellingen. Eerste Nederlandse inventari-satie. Driebergen: Louis Bolk Instituut.
3. Moyle W, Murfield JE, O'Dwyer S and Van Wyk S. (2013). The effect of massage on agitated beha-viours in older people with dementia: a literature review. Journal of Clinical Nursing, 22: 601–610. doi: 10.1111/j.1365-2702.2012.04234.x

Ervaringen met massage:

- bewoners reageren positief op de mas-sage
- zorgverlener ervaart echt in con-tact te zijn met de bewoner
- massage bevordert de werkbeleving van zorgverlener
- mantelzorgers waarderen de extra aandacht voor hun naaste.

Aanbevelingen voor verdere borging en verspreiding:

- organisatie moet voor beleid zorgen omtrent beschik-bare tijd voor mas-sage
- meer bekendheid onder medewer-kers, zodat dit samenwerking kan bevorderen.

Maj-Britt Inhulsen is junior onderzoeker bij het NIVEL. Renate Verkaik is senior onderzoeker bij het NIVEL. Martine Busch is directeur Van Praag Insti-tuut. Anneke Francke is programmaleider bij het NIVEL.