

Complementaire therapieën

Mónica Molina Fernández, student bachelor verpleegkunde.
Odisee hogeschool, Campus Waas (2017-2018)

INLEIDING

Complementaire zorg is een aanvullende zorg. Het doel van complementaire zorg is bijdragen aan het welzijn van de zorgvrager in het ziekte- of herstelproces.

DEFINITIES

- Volgens het National Center for Complementary and Alternative Health (NCCIH) is complementaire zorg een groep van medische en gezondheidssystemen, praktijken en producten die momenteel niet worden beschouwd als onderdeel van de conventionele geneeskunde.
- De Beroepsvereniging Verzorgende Verpleegkundigen (V&VN) definieert complementaire zorg als “aanvullende zorg, die naast de reguliere zorg gegeven wordt voor een aandoening”.
- De World Health Organization (WHO) definieert complementaire therapie of alternatieve geneeskunde als een breed scala aan zorgpraktijken die geen deel uitmaken van de tradities in het land, noch van conventionele geneeskunde en zijn niet volledig geïntegreerd in de dominante gezondheidszorg.

GESCHIEDENIS

Vanaf het begin der tijden zorgen mensen voor zichzelf en voor degenen die naast hun staan.

Kruiden, voeding en water hebben altijd een belangrijke rol gespeeld in de zelfzorg. In Europa was het gebruik van kruiden de manier om gezondheidsklachten te verhelpen.

Vanaf de middeleeuwen werden boeken geschreven, vooral in kloosters en abdijen over geneeskrachtige planten.



Uit deze periode zijn de boeken *Causae et curae* en *Fysica*, geschreven door Hildegard Van Bingen. Ze gaan over geneeskunde en er worden verschillende recepten met geneeskrachten beschreven.

Sinds de XIX eeuw en de komst van de moderne geneeskunde zijn mensen minder gefocust op de kennis die generatie op generatie overgedragen werd in verband met gezondheid en ziekte.

Sinds de jaren 60 van vorige eeuw groeit de aandacht voor een holistische benadering van de patiënt en vinden zelfzorg en complementaire therapieën hun weg in de geneeskunde.

Complementaire therapieën in de Verenigde Staten, Nederland en België



Sinds 1992 bestaat in de VS een nationaal kenniscentrum voor complementaire en alternatieve geneeskunde (CAM), het National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM).



In 1993 met de invoering van de wet op Beroepen in de Individuele Gezondheidszorg (BIG), kwam ook in Nederland meer belangstelling voor complementaire zorg.



In 1999 kwam in België de wet Colla in voege. Homeopathie, osteopathie, acupunctuur en chiropraxie zijn de praktijken die werden opgenomen in deze wet.

Discussie & Conclusie

Literatuurstudie toont dat een positief effect toegeschreven wordt aan complementaire therapieën bij het benaderen van symptomen zoals pijn, angst, slapeloosheid, misselijkheid, spanningsstress en andere.

Complementaire therapieën kunnen een enorme onenigheid veroorzaken tussen hen die overtuigd zijn van de werking ervan en hen die zeker weten dat het allemaal kwakzalverij is. Het zou waarschijnlijk redelijker zijn om te kiezen voor een gulden middenweg, waarbij van elke therapie de doeltreffendheid wordt onderzocht.

België kent tot nu toe geen wettelijke regeling voor complementaire therapieën. Ze zijn niet erkend en evenmin verboden.

Als conclusie mag gezegd worden dat de holistische, zorgzame filosofie die ten grondslag ligt aan veel van de complementaire therapieën een belangrijk aspect is van de zorg.

Verpleegkundigen kunnen een belangrijke rol spelen bij het implementeren van complementaire therapieën in de klinische praktijk.

Naast financiële steun en officiële reglementering is het van cruciaal belang dat de opleiding van verpleegkundigen zich meer zou verdiepen in de kennis van complementaire therapieën zodat de perspectieven daarvan inzake verzorging en welzijn van patiënten zou vergroten.

SOORTEN COMPLEMENTAIRE THERAPIEËN



Massage is het stimuleren van de huid en het onderliggende weefsel met verschillende mate van manuele druk ter bevordering van pijnverlichting, ontspanning en/of circulatie.



Muziektherapie: muziktherapeuten gebruiken en implementeren muziek om aan specifieke en geïndividualiseerde behoeften van patiënten te voldoen.



Aromatherapie is het aanwenden van geurstoffen of etherische oliën voor therapeutische doeleinden.



Therapeutic touch is de praktijk gebaseerd op het idee dat mensen complexe energievelden zijn en dat er potentieel bestaat om de natuurlijke geneeskrachtige potentie in de andere persoon te versterken.



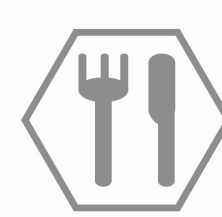
Kruiden: Het is het gebruik van plantaardige materialen om ziekten te voorkomen en behandelen. Er kunnen verschillende delen van de plant worden gebruikt, zoals wortels, bessen, bast, bladeren en bloemen en deze kunnen worden verwerkt tot smeersels, tincturen, thee, crème, poeders en pillen.



Bachbloesemtherapie: Bachbloesems zijn vloeibare extracten van planten die positieve effecten hebben op verstoorde emoties, verontrusting, neerslachtigheid, gebrek aan zelfvertrouwen en stress.



Reiki is een afstemming waarbij men contact maakt met universele helende energie en deze overbrengt op de ontvanger door een serie handposities en visualisaties.



Voedingsadvies: functionele voedingsmiddelen & nutraceuticals. Nutraceuticals zijn voedingsmiddelen of delen van voedsel die medische of gezondheidsvoordelen bieden, waaronder de preventie en behandeling van ziekten.

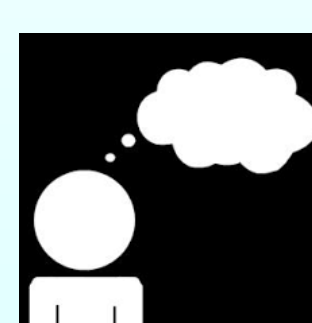
Farmaceuticals zijn medisch waardevolle componenten die worden geproduceerd uit gemodificeerde landbouwgewassen of uit dieren.



Voetreflexologie is een methode om de reflexzones in handen, voeten of oren te stimuleren, die in verbinding staan met organen en lichaamsdelen.



Ontspanningsoefeningen: ontspanning van geest en lichaam, gezond ademen en mediteren, bestrijdt stress en draagt bij tot een goede gezondheid.



Visualisatie, ook wel mentale inbeelding, geleide meditatie of creatieve visualisatie genoemd, bestaat uit het creëren van positieve beelden in de verbeelding terwijl de persoon ontspant om geestelijke problemen anders te benaderen of het functioneren te verbeteren.

Referenties

Busch, M., Huisman, A., Hupkens, S., & Visser, A. (2006). *Inleiding Complementaire Zorg*. Maarssen: Elsevier gezondheidszorg.

Fraeyman, N. (2010). *Kritische reflexies over alternatieve geneeswijzen*. Leuven: ACCO.

Linguist, R., Snyder, M., & Tracy, M. F. (2014). *Complementary & Alternative Therapies in Nursing*. New York: Springer Publishing Company.

Marquardt, H. (2001). *Voetzonemassage Als Therapie*. Amsterdam: De Driehoek BV.