

TEKST: JOLANDA CLEMENT

Het belang van een genezende omgeving.

Een praktijkenrichting met oog voor genezing



De Healing Environment doet zijn intrede in de Nederlandse zorgcentra en ziekenhuizen. Bedompte wachtkamers verdwijnen en in nieuwe centra worden patiëntruimtes open en ruimtelijk ingericht. Dat is niet alleen een kwestie van smaak.

De beleving van ruimte is belangrijk, met name in stressvolle situaties. Wanneer het wachten op de dokter te lang duurt... wanneer er alcohol of drugs zijn gebruikt... of wanneer patiënten onder grote angst gebukt gaan... De omgeving is van doorslaande invloed op de gemoedstoestand én de genezing van de patiënt. Steeds vaker wordt er bij de inrichting van een praktijk gewerkt aan de psychologische effecten van de ruimte: zo geven voldoende licht, ramen en zicht op een glazen deur de patiënt het gevoel dat hij kan ontsnappen aan panieksituaties. Het optimaliseren van de luchtcirculatie voorkomt de ervaring van een bedompte en ziekmakende ruimte. Afgesloten hokken waar je bijna bovenop elkaar zit worden vermeden. De medische praktijk is immers een verzamelplek van onzekerheden; hier loopt je de meeste kans om in een emotionele crisis terecht te komen. Slecht nieuws, een geliefde in nood, onvrede over het besluit van een behandelaar. Alle zekerheden worden wellicht in tien minuten onder de patiënt vandaan geschoffeld.

Angst en pijn

Angst en pijn in de medische en tandheelkundige praktijk is een belangrijke reden van onderzoek naar succesvolle praktijkruimtes en hoe deze optimaal zijn ingericht. Zo wees een onderzoek van Parson en Hartig (2000) al uit dat patiënten rustiger bleven wanneer er achter de arts een poster was te zien met daarop een zandstrand, een strakblauwe zee en een hangmat tussen de kokospalmen. Het gegeven dat het hier om een poster ging, niet om een werkelijk strand, maakte voor het brein geen verschil. De afbeelding van een landschap dat wij associëren met rust en ontspanning gaf ook daadwerkelijk rust en ontspanning.

Het terugdringen van stress en angst komt zowel de patiënt als de arts ten goede. Bij de patiënt vermindert het de 'waas van paniek', zodat de informatieoverdracht goed standhoudt en de patiënt ook toegang houdt tot de vragen en bedenkingen die hij of zij voorafgaand aan het consult in het hoofd had. Patiënten blijven beter voor rede vatbaar. Geen luxe in een tijd waar agressie in de praktijk een groeiend probleem vormt.

Weekendagressie

Zo komt het ook steeds vaker voor dat de weekenden in de HAP's en SEH's doorspekt zijn van gewelddadige incidenten en verbale scheldkanonnades. Beschonken patiënten, onbegrip van anderstaligen, een half voetbalteam dat een kermende medespeler binnensjouwte en stante pede de behandeling van een verzwikte enkel eist.

De assistente is vaak het eerste aanspreekpunt van geweldsuitingen. Dat vergt een groot incasseringsvermo-

gen en ook een grote alertheid en paraatheid op bedreigende situaties in de medische praktijk. Veel HAP's en SEH's installeren gesloten balies met buffers van veiligheidsglas. Praktijkmedewerkers worden getraind in een actieve communicatie- en informatiestijl. Maar waarom niet meer aandacht voor een stressreducerende omgeving in de vorm van een healing environment?

Omgevingspsycholoog Fiona de Vos, (Ph.D.) van Studio dVO zegt het volgende over de healing environment: "Patiënten, familie en personeel zouden hun energie volledig moeten kunnen richten op herstel en genezing, zonder daarbij belemmerd te worden door hun omgeving. Het toepassen van Healing Environment principes en Evidence Based Design leidt tot bewuster bouwen in de zorg en een werkelijke bijdrage van de omgeving aan de zorg en het welzijn van patiënten, personeel en bezoekers."

De healing environment

Studio dVO is een advies- en onderzoeksbureau in de omgevingspsychologie, gespecialiseerd in wat zij beschrijven als 'de interactie tussen de gebouwde omgeving en de mens.' Hoewel 'interactie tussen mens en de gebouwde omgeving' ten onrechte doet vermoeden dat de gebouwde omgeving een actief acterende entiteit is, verdienen de resultaten van de organisatie wel degelijk onze aandacht. Uit onderzoek blijkt namelijk dat de inrichting van een zorginstelling niet alleen een reducerende werking heeft op negatieve emoties die veroorzaakt worden door angst en stress, maar dat er een causaal verband is tussen de inrichting van een zorginstelling en (de duur van) het genezingsproces van een patiënt. En Studio dVO brengt deze wetenschap in praktijk.

"Het terugdringen van stress en angst komt zowel de patiënt als de arts ten goede."



Een snellere genezing door een aangepaste inrichting. Maar hoever strekt dit zich? We kunnen ons immers allemaal voorstellen dat het uitzicht op bossen, zeeën en weilanden het hart sterkt en ons doet verlangen naar genezing. Het is zelfs aangetoond dat patiënten die vanuit hun bed uitzicht hadden op de natuur in plaats van op een blinde muur, gemiddeld anderhalve dag korter op de intensive care verbleven. Maar de natuur is niet altijd voorhanden en juist in dichtbevolkte gebieden is er behoefte aan stressreductie en een snellere genezing.

dend lagere pijnscores dan een patiëntgroep die geen afleidende natuurposter kon bekijken. Onderzoeker Ulrich (1991) stelde in een andere studie zelfs vast dat mensen een lagere dosis medicatie gebruiken wanneer zij tijdens de behandeling in zorginstellingen worden blootgesteld aan afbeeldingen van de natuur.

Natuurprojectie

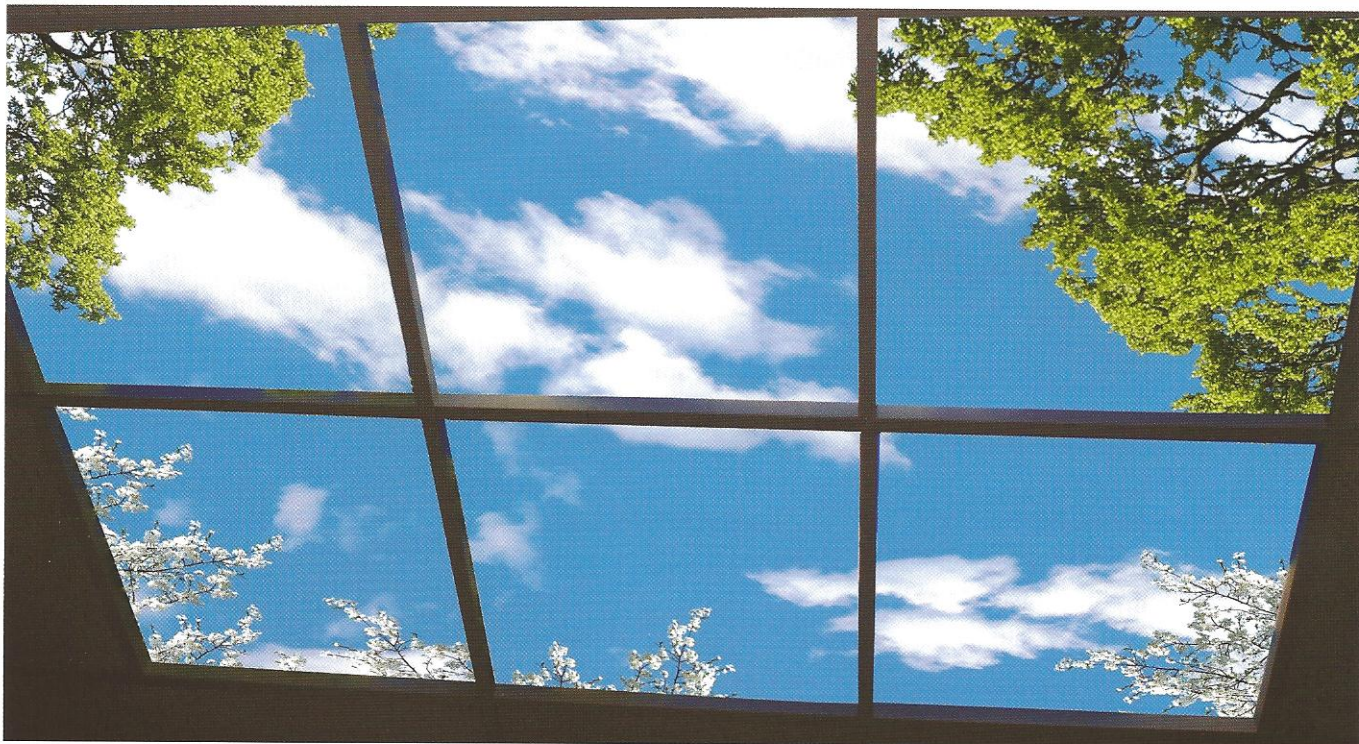
Volgens de experts op het gebied van de healing environment is het voor de wensbare verbetering van de patiëntervaring dus niet nodig om het bos het gebouw in te slepen. Natuursimulatie functioneert net zo goed. Weer terug naar de poster van het tropische zandstrand en de hangmat. Want, zo bleek uit dat specifieke onderzoek, zelfs een zeer korte blootstelling aan gesimuleerde natuur zorgt al voor significante stressvermindering.

Wanneer we kijken naar de inzet van een slimme inrichting door bureaus als Studio dVO, dan brengen zij naast echte natuur, toch hoofdzakelijk kunstmatige natuur in het gebouw: afbeeldingen, daglichtnabootsing, open ruimtes en een logische opstelling van de bewegwijzering en de praktische ruimtes. Dingen zijn waar ze verwacht worden te zijn. De patiënt mag niet onnodig dissonant raken.

“Waarom niet meer aandacht voor een stressreducerende omgeving in de vorm van een healing environment?”

Gelukkig blijkt uit onderzoek uit 2003 (Diette et al.) opnieuw dat natuursimulatie vergelijkbare verbeteringen onder patiënten teweeg brengt. Onder een patiëntengroep die een pijnlijke bronchoscoopie moesten ondergaan, gaf de patiëntgroep die werd blootgesteld aan een afbeelding van de natuur op het plafond, bedui-





Dat is goed voor zorginstellingen die nog in de bouw- fase van hun praktijkpand verkeren en die eveneens over een toereikend budget beschikken. Maar hoe zit het met de medisch ondernemer die slechts een kleine ruimte huurt en ook nog beperkt wordt in het aanpassen van de inrichting van de ruimte? Zijn er nog opties tussen de befaamde strandposter en een nieuw ontworpen ruimte die ook verbetering brengt in de situatie en de beleving van de patiënt?

Open Ceiling

Een oplossing die al tot grote verbetering van praktijkruimtes en wachtruimtes in Nederland heeft geleid is de Open Ceiling, ofwel, het open plafond. Het is een oplossing die eigenlijk altijd kan, die een relatief kleine investering behoeft en die altijd kan meeverhuizen. Belangrijker nog: een verbouwing is zelfs niet nodig.

OpenCeilings is een briljant eenvoudig product van drie jonge ondernemers uit Amsterdam. Zij vormen ieder grauw systeemplafond in enkele uren om tot een gesimuleerd hemelblauw met een vleugje wolken, en creëren zo een optimale atmosfeer voor de zorgpraktijk. Stan Verberk, praktijkhouder van fysiotherapiepraktijk MEDAP in Tilburg was één van de eersten met een open ceiling in Nederland: 'In een inpandige behandelkamer geeft het daglicht en de natuur je het gevoel alsof je echt naar buiten kan kijken,' meldt hij ons. 'Niet alleen de afbeelding van de natuur verbetert de beleving van patiënten,' vertelt mede-eigenaar Michiel Jenniskens van OpenCeilings. 'Achter de luchtpanelen zitten daglichtlampen. Die doen veel met het welbevin-

den en de stressbeleving van de patiënt, maar het heeft ook een positieve invloed op de praktijkmedewerkers, die immers ook de hele dag maar binnen zitten.'

Dat klinkt veelbelovend, maar doet het ook iets met de stress- of pijnbeleving van de patiënt? Op die vraag wilde het Franciscus Ziekenhuis in Roosendaal ons antwoord geven. Zij lieten onlangs een groot wolkendek installeren en hielden daarna een tevredenheidsonderzoek onder de praktijkbezoekers. Neuroloog Wouters verklaart desgevraagd: 'De open ceiling in onze wachtruimte creëert rust en een warme atmosfeer bij spannende momenten. Een enquête wijst uit dat patiënten zeer tevreden zijn over de open ceiling.'

Het is dus mogelijk en het heeft baat. Is er geen budget voor een totale natuursimulatie in de zorgpraktijk, dan is het mogelijk om tegen respectabele kosten een omgeving te creëren die stress vermindert en die bijdraagt aan het welbevinden en de genezing van de patiënt. Geen zware afweging voor praktijkhouders die in dichtbevolkte gebieden werken en veel met agressie te maken krijgen. Maar zeker ook niet voor medisch ondernemers die graag onder de beste omstandigheden met hun patiënten werken. Dan te bedenken dat het allemaal begon met een poster. ■

Links:

www.studiovdo.nl

www.openceilings.nl