

## Aandacht en empathie geven de palliatieve zorg betekenis



**Netwerk  
Palliatieve  
Zorg**  
Zuid-Hollandse Eilanden

Rituelen, muziek en humor zijn belangrijke 'werktuigen' in de palliatieve zorg. Dat kwam naar voren tijdens het symposium 'Aandacht en empathie: de sleutels tot betekenisvolle palliatieve zorg', dat dinsdag 4 november plaatsvond in Oud-Beijerland.

Het symposium was in het kader van de Dag van de Palliatieve Zorg georganiseerd door het Netwerk Palliatieve Zorg Zuid-Hollandse Eilanden. Het was bedoeld voor vrijwilligers, verzorgenden, verpleegkundigen, helpenden, paramedici en geestelijk verzorgers. Mensen die in de palliatieve zorg werken, "tussen leven en dood", zoals geestelijk verzorger en dagvoorzitter Saskia Rijke het omschreef in haar openingswoord.

### Grote betekenis

Martin Hoondert, universitair hoofddocent 'rituele studies' aan de Universiteit van Tilburg, ging in op het ritualiseren van zorg en aandacht. "Kleine handelingen kunnen van grote betekenis zijn", aldus Hoondert. Hij vroeg de zaal om voorbeelden. "Een kaars aansteken als iemand overleden is", zei iemand. Een ander: "De laatste zorg geven." Nog een ander: "Binnenkomen, over de drempel, is al een rituele handeling." En: "Afscheid nemen", "Herdenken."

Volgens Hoondert graaft een ritueel een spa dieper. Zo is eten niet alleen nuttig en functioneel, maar ook iets gemeenschappelijks. En iets waar zorg aan is besteed. "Je voegt een betekenislaag toe", zei de wetenschapper.

"Bezoek een kopje koffie – een bakje troost – aanbieden, is een geritualiseerde zorghandeling. Je creëert ruimte om in gesprek te gaan, om verdriet te uiten. Aandacht, dat is een kernwoord. Iemand die stervende is wassen en een schoon shirt geven, heeft geen nut, maar je doet het omwille van de waardigheid van die persoon en voor een goede presentatie aan de naasten. Je ziet en erkent een persoon. Dan kan de dood rustig intreden. Zichtbaar, maar op afstand."

### Muziek als hulpmiddel

Muziek is ook een sleutel tot betekenisvolle palliatieve zorg. Dat bewees Embrace, een ensemble dat muziek maakt met kwetsbare mensen. "Wij helpen de magie van muziek te ontdekken via sessies op locatie", kregen de symposiumbezoekers te horen, naast enkele muziekstukken. "Muziek is een krachtig hulpmiddel. Je voelt je er minder eenzaam door, het geeft rust, ontspanning en verbinding. Je roept er herinneringen mee op. Het vermindert de angst en verbetert de stemming. De gemoedstoestand verbetert, de spanning gaat uit je spieren, je hart gaat rustiger kloppen. Je krijgt contact zonder woorden, het opent ogen. Dat kan tot hartverwarmende momenten leiden", aldus Griet-Anne Banga van Embrace.

### Een glimlach

Een van de workshops, het tweede deel van het symposium, ging over nog zo'n betekenisvol 'werktuig' in de palliatieve zorg: humor. "Humor is een wonderlijke kracht", had Saskia Rijke al gezegd tijdens de opening van het symposium. "Een lachsalvo op de rand van de dood, dat kan zo fijn zijn. Het is de kunst om de dood niet buiten het leven te plaatsen." In de workshop 'Een glimlach in de palliatieve zorg' ging palliatief verpleegkundige Bianca Straathof verder in op dit thema. Ze presenteerde humor als een

officiële zorginterventie. “Humor verbindt en brengt lucht”, was haar antwoord op de vraag waarom je humor zou inzetten in de palliatieve zorg. “Een glimlach is de kortste afstand tussen mensen. Humor verlicht, vermindert angst, pijn en stress, laat spanning afvloeien. Het reguleert emoties en maakt hormonen vrij, net als bij muziek.”

Andere workshops gingen in op andere betekenisvolle elementen in de palliatieve zorg: kennismaking met koele buikwassing, verdieping zorg en aandacht ritualiseren, muziek binnen de palliatieve zorg, rituelen binnen de hospices op de Zuid-Hollandse eilanden en samenwerken binnen de palliatieve zorg op de Zuid-Hollandse eilanden (eerste lijn).

