



## Complementaire Zorg



## in de Palliatieve Zorg



## Belangrijke CZ vormen ondermeer:

- ✓ Aromazorg – werken met etherische oliën
- ✓ Aquazorg – werken met water (warmte/koude)
- ✓ Massage, aanraking
- ✓ Ontspanningsoefeningen

### En verder...

- ✓ *Muziek*
- ✓ *Healing Touch, Therapeutic Touch*



## Integratieve & Complementaire Zorg:

### Complementaire Zorg:

- ✓ Vult de standaard zorg aan
- ✓ Holistisch mensbeeld:  
aandacht voor -> fysieke  
-> emotionele  
-> mentale  
-> sociale en  
-> spirituele behoeften



## Criteria voor keuze van interventies:

- Is de interventie (bewezen) effectief en/of bij juist inzetten veilig?
- Kan de interventie uitgevoerd worden door een bekwame zorgverlener?
- Bevordert de interventie het welzijn zodanig dat dit opweegt tegen eventuele neveneffecten & risico's?
- Hebben comfort en welbevinden van de patiënt de hoogste prioriteit?



## CZ maakt deel uit van Integratieve Zorg:

“Zorg voor de hele mens in al zijn facetten, gebruik makend van alle zorgvormen, inclusief complementaire en alternatieve zorg, als die: best practice, veilig, evidence en/of experience based is, verleend door vakkundige en vakbekwame zorgverleners, meer op de patiënt gefocust dan op de diagnose, eerder Care dan Cure, gericht op optimaal welbevinden, op kwaliteit van leven en kwaliteit van sterven.”

Madeleine Kerkhof, 2010



## Massage & Aromazorg

### Aromazorg en het lichaam

- ✓ Denk aan pijn, stijfheid of dreigende contracturen.

### Aromazorg en emotioneel welzijn

- ✓ Denk aan angsten, onrust, depressie, nervositeit, stress, slaapproblemen, etc.

### Aromazorg en sociaal welzijn

- ✓ Denk aan het stimuleren van communicatie en het maken van contact.

### Aromazorg en spiritueel welzijn – *wat is dat voor jou?*

- ✓ Denk aan existentiële vraagstukken en crises.





## Geuren

- raken je, beroeren je emoties
- roepen herinneringen & associaties op
- maken instincten los
- maken communicatieve reacties los
- kunnen gerust stellen en kalmeren
- kunnen stimuleren, maar ook agiteren
- doseringen zijn regelmatig te hoog
- bij kwetsbare groepen extra alert zijn op mogelijke adverse of onverwachte reacties



© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



...effecten op emotioneel, psychosociaal welzijn b.v.:

Angsten, stress, irritatie, prikkelbaarheid, onrust, hyperactiviteit, nerveuze depressie, gebrek aan eigenwaarde, verstoord zelfbeeld, overprikkeltheid, (mentale) uitputting, emotionele/spirituele factoren bij pijn en andere fysieke symptomen, slaapproblemen.

...effecten op meer fysiek welzijn zijn b.v.:

Stijfheid, doorbloedingsverbetering, spierontspanning, (soms) verlichting perifere neuropathie, reumatische aandoeningen, e.d. Denk aan...

© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



## Basisoliën & Basisstoffen

Doel van gebruik van basisoliën en basisstoffen:

- ✓ om de essentiële olie veilig te kunnen aanbrengen en over een groter oppervlak

Maar ook als:

- ✓ als moisturizer
- ✓ Als huid verzorgend medium
- ✓ als (licht) verkoelend of (licht) verwarmend medium

We werken vandaag met Sesamolie.

© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



Bergamot (*Citrus aurantium*)

Mooie toepassingen zijn o.a.:

- ✓ Angsten, stress, irritatie, prikkelbaarheid, onrust, hyperactiviteit, nerveuze depressie, gebrek aan eigenwaarde, verstoord zelfbeeld, overprikkeltheid, (mentale) uitputting.
- ✓ Emotionele en spirituele koude, troebele en donkere gedachten, gebrek aan uiterlijk en innerlijk licht;
- ✓ Wanneer het hart gesloten is door verdriet of bij ondraaglijke zielenpijn;
- ✓ Diep verdriet en donkere wolken rond afscheids- en rouwprocessen.



© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



## Essentiële oliën



- essentie van de plant
- geurige vluchtige stoffen
- bloemen, schil, blad, etc.
- essentieel voor de plant
- beschermen, helen, communiceren
- zijn vaak goed onderbouwd door

studies die de werkzaamheid, toepasbaarheid en veiligheid helpen waarborgen.

Er zijn van de volgende oliën meer toepassingen bekend, maar via hand/Handmassage kun je bereiken...

© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



Geranium (*Pelargonium graveolens*)

Mooie toepassingen zijn o.a.:

- ✓ Somberheid en depressie, emotionele spanningen en labiliteit, prikkelbaarheid en irritaties, moeilijke acceptatieprocessen;
- ✓ Spiritueel uit balans zijn;
- ✓ Rouwprocessen.
- ✓ Zenuwpijn, posttherpetische pijn, stijfheid, krampen en pijn van spieren, pezen en banden, adjuvans bij stijfheid bij Parkinson(isme), artritis, fibromyalgie.



*Niet via de huid bij: oestrogenen gerelateerde kanker.*

© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



**KiCoZo**

Kennisinstituut Integratieve & Complementaire Zorg

Lavendel (*Lavandula angustifolia*)

Mooie toepassingen zijn o.a.:

- ✓ Angsten, nervositeit, labiliteit, vegetatieve disbalans, onrusttoestanden, stress, spanningen, overmaat aan prikkels, stemmingen, melancholie;
- ✓ Slapeloosheid, onrustig slapen;
- ✓ Spier- en gewrichtspijnen, fibromyalgie, artritis;
- ✓ Spirituele kwetsbaarheid, labiliteit en onbalans;
- ✓ Extreme emoties en gevoelens van controleverlies;
- ✓ Afscheid- en rouwprocessen (berglavendels).



© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



**KiCoZo**

Kennisinstituut Integratieve & Complementaire Zorg

Let op:

- ❖ Deze dia's geven je slechts ideeën en kunnen alleen in de in deze cursusdag besproken context en dosering als zodanig veilig toegepast worden.
- ❖ Wil je werkelijk met AromaZorg in de zorg aan de slag, dan is goede opleiding en informatie van essentieel belang voor de veiligheid, de effectiviteit en het comfort van de ontvanger (en gever).
- ❖ Wil je meer bereiken? Laat je goed informeren.
- ❖ Koop ook altijd alleen essentiële oliën met een bijsluiting – voor de mogelijke contra-indicaties.

© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



**KiCoZo**

Kennisinstituut Integratieve & Complementaire Zorg

Marjolein, Zoete (*Origanum majorana*)

Mooie toepassingen zijn o.a.:

- ✓ Spierspanning, verkrampingen in pezen en banden, reumatische klachten, fibromyalgie, spasmen, dreigende contracturen, beenkrampen en restless legs, postoperatieve fase en herstel na ingrepen en letsels aan het bewegingsapparaat;
- ✓ Heftige ups en downs, labiliteit, onvermogen om los te laten, emotionele en spirituele verkrampingen, paniek, angsten, agitatie, intolerantie, controle willen houden, perfectionisme, onrust, slapeloosheid, diep verdriet;
- ✓ Afscheid- en rouwprocessen.



© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



**KiCoZo**

Kennisinstituut Integratieve & Complementaire Zorg

Nu:

Ontspanningsoefening

Daarna: Afsluiting.

Meer leren?

[www.kicozo.nl](http://www.kicozo.nl)

© Madeleine Kerkhof- Wellhüner



**KiCoZo**

Kennisinstituut Integratieve & Complementaire Zorg

Olibanum – Wierook (*Boswellia carterii*)

Mooie toepassingen zijn o.a.:

- ✓ Onrust, angsten, paniekaanvallen;
- ✓ Diep gewortelde existentiële angsten, verwarring omtrent de richting die men kan of dient te gaan, existentiële crises, spirituele onrust en verwardheid, moeilijk kunnen los laten, vergeving;
- ✓ Afscheid- en rouwprocessen.



© Madeleine Kerkhof- Wellhüner