

# UITWENDIGE THERAPIE ALS AANVULLING OP REGULIERE ZORG

door  
ERIK BAARS

Antroposofische zorg houdt zich bezig met de samenhang tussen lichaam, ziel, geest en de manier van leven van mensen. Deze vorm van zorg ondersteunt het zelfgenezend en zelfhelend vermogen en is daarmee een aanvulling op de reguliere gezondheidszorg. Uitwendige therapie is een vorm van antroposofische zorg die effectief lijkt te zijn, zo blijkt uit onderzoek.

**I**N NEDERLAND WERKEN ONGEVEER 135 antroposofische artsen en specialisten. Daarnaast is er een groot aantal antroposofische therapeuten waaronder kunstzinnig therapeuten (340), euritmitherapeuten (49) en psychotherapeuten (27). Vaak zijn zij verbonden aan een antroposofisch gezondheidscentrum (therapeuticum) of hebben een zelfstandige praktijk. Daarnaast zijn ze werkzaam in diverse instellingen in de antroposofische verstandelijk gehandicaptenzorg, ouderenzorg en ggz. In het buitenland, bijvoorbeeld in Duitsland en Zwitserland, werken artsen en therapeuten ook in grote antroposofische ziekenhuizen waar volledig geïntegreerde reguliere en antroposofische zorg wordt gegeven. Een voorbeeld hiervan is het Krankenhaus Havelhöhe, dat onder meer een door de overheid gecertificeerd oncologisch centrum is. Antroposofische zorg is zorg die zich bezighoudt met de samenhang tussen lichaam, ziel, geest en de manier van leven van individuele mensen. Alles is immers met elkaar verbonden. Kenmerkend voor de antroposofische zorgverlening is het kunnen toepassen van aanvullende therapieën waarmee de patiënt actief de eigen gezondheidstoestand kan beïnvloeden. Het ondersteunen en actief stimuleren van het zelfregulerend en zelfgenezend vermogen van de mens, als aanvulling op een ziekte bestrijdende benadering is een veelgenoemd en gewaardeerd kenmerk van de antroposofische zorg. Antroposofische zorg is dus geen alternatief maar biedt een breder perspectief. Een antroposofische arts is dan ook een gewone arts die heeft doorgeleerd. Elke

antroposofische zorgprofessional, of dat nu een huisarts, fysiotherapeut, psycholoog of verpleegkundige is, heeft zich ná een reguliere studie nog verder geschoold in de antroposofische gezondheidszorg. Een van de belangrijke aanvullende praktijkmethoden die verpleegkundigen kunnen leren, is de uitwendige therapie.

## Uitwendige therapie

Uitwendige therapie is een therapie binnen de antroposofische gezondheidszorg die gegeven wordt door daarvoor opgeleide verpleegkundigen. Een beschrijving van uitwendige therapie is: 'In de antroposofisch georiënteerde geneeskunde bestaat véél aandacht voor juist de uitwendige toedieningswijze van natuurlijke geneesmiddelen, die door verpleegkundigen worden uitgevoerd. Bij deze toedieningswijze worden fijne waarnemingsprocessen van de huid aangesproken. Deze staan met dieperliggende organen in fijnzinnige betrekking waardoor een geheel omvattende werking bereikt wordt. Het gaat hier dus niet om grofstoffelijke werkingen, maar om een stimulering van fijne zenuw-zintuigelijke processen van het organisme op een heel bepaalde wijze. Deze verpleegkundige uitwendige therapieën worden áltijd begeleid door een heel bijzondere vorm van nazorg in de vorm van een totale lichaamsinpakking én een rustpauze. Alleen zo, wanneer de dagelijkse beslommingen tot rust gebracht worden kan het organisme krachtig het geneesmiddel waarnemen. En in de herhaling van de therapeutische sessie als kuur kan het dan komen

tot een individueel zelfgenezend 'antwoord'.<sup>1</sup>

De verpleegkundige Antroposofische Zorg die de uitwendige therapie geeft, is een regulier opgeleide, gediplomeerde verpleegkundige, die na een aanvullende specialisatie, vanuit het antroposofisch perspectief verdieping geeft aan de gangbare verpleegkunde. De verpleegkundige kan, al dan niet op voorschrift en in overleg met de arts, de juiste therapie inzetten om het zelfgenezend vermogen van de zorgvrager te stimuleren. De verpleegkundige Antroposofische Zorg verleent zorg aan de cliënt op drie niveaus. De antroposofische verpleegkunde heeft deze realiteit van verplegen, de mens benaderen naar lichaam, ziel en geest uitgewerkt naar "verzorgen, bemiddelen en begeleiden". Op deze drie niveaus zijn specifieke vaardigheden en een daarmee verbonden attitude, een voorwaarde.

In samenwerking met het antroposofische zorgveld heeft het lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg verschillende zorgprogramma's ontwikkeld onder meer voor mensen met kanker, depressieve klachten en hechtingsproblemen (bij kinderen).<sup>2-6</sup> In al deze zorgprogramma's, waarin de aanvullende antroposofische aanpak beschreven staat, worden ook uitwendige therapieën ingezet. Uit een internationale inventarisatie onder antroposofische kinderartsen en huisartsen in vijf landen werd duidelijk dat uitwendige therapieën ook een belangrijk onderdeel uitmaken van de behandeling van luchtweginfecties en als aanvullende behandeling bijdragen aan het reduceren van onjuist gebruik ('inappropriate use') van antibiotica (resultaten van dit onderzoek zijn nog niet gepubliceerd).

### Onderzoek naar huid als waarnemingsorgaan

In de afgelopen jaren is door fundamenteel onderzoek duidelijk geworden dat niet alleen de neus en tong, maar ook de huid reuk- en smaakreceptoren heeft die bijvoorbeeld bitterstoffen waarnemen.<sup>7</sup> Wanneer bitterstoffen op de huid worden aangebracht stimuleren zij de regeneratie en het metabolisme. Dit fundamenteel onderzoek ondersteunt

de al bijna 100 jaar oude praktijk van de antroposofisch uitwendige therapie, waarbij gericht specifieke stoffen (bijvoorbeeld lavendelolie of rozemarijnolie) op de huid worden aangebracht om herstelprocessen van het organisme te ondersteunen en te versterken.

### Onderzoek naar effecten van uitwendige therapie

Naast fundamenteel onderzoek wordt er tevens steeds meer onderzoek gedaan naar effecten en klantervaringen met uitwendige therapie. Een inventariserend onderzoek onder antroposofische verpleegkundigen in Nederland laat bijvoorbeeld zien dat uitwendige therapieën, naar het oordeel van de verpleegkundigen veel en met succes, ingezet worden bij onder meer psychische problematiek, kanker, slaapstoornissen, buikkrampen, stress, vermoeidheid/uitputting en diverse infecties (bijvoorbeeld longontsteking, bovenste luchtweginfecties, keelontsteking, middenoorontsteking en blaasontsteking).<sup>8</sup> Van 34 patiënten die in de dagelijkse praktijk van de therapeutica uitwendige therapie kregen, is 90% tevreden over de behandeling en geeft een positief kwalitatief oordeel over de uitwendige therapie. De positieve veranderingen die patiënten ervaren hebben betrekking op onder meer: de algemene gezondheidstoestand, de ernst van de klachten, slaapstoornissen, vermoeidheidsklachten/ herstel na inspanning, concentratie, lichamelijke warmte vasthouden na de therapie, het lichaam als een geheel voelen, dingen anders gaan doen, beter grenzen aangeven, meer bewust zijn van eigen lichaam, meer bewust van eigen gezondmakende krachten, beter voor zichzelf zorgen, meer aanwezig zijn, en meer zin om dingen te gaan doen.<sup>9</sup> Een eerste RCT in de verstandelijk gehandicaptenzorg toont aan dat uitwendige therapie tot stressreductie bij kinderen met een lichte verstandelijke beperking en een psychiatrische diagnose leidt.<sup>9</sup> Kortom: de uitwendige therapie is een mooie gezondheidsbevorderende therapie, die voor verpleegkundigen een waardevolle aanvulling kan geven op het bestaande beroep. 🌱

### MEER INFORMATIE

[www.academieag.nl/beroepsgroepen/verpleegkundigen](http://www.academieag.nl/beroepsgroepen/verpleegkundigen)  
[www.hsleiden.nl/antroposofische-gezondheidszorg](http://www.hsleiden.nl/antroposofische-gezondheidszorg)  
[www.nvaz.nl/](http://www.nvaz.nl/)  
[www.havelhoehe.de/onkologisch-sches-zentrum.html](http://www.havelhoehe.de/onkologisch-sches-zentrum.html)

### REFERENTIES

- 1. Bezuijen T.** Uitwendige therapie in de oncologische zorg - Heilzame toepassingen uit de antroposofische verpleegkundige zorg. Rotterdam: Reith | Hendriks & partner; 2012.
- 2. De Bruin A, e.a.** Zorgprogramma voor mensen met kanker, op antroposofische grondslag (geschreven in samenwerking met het therapeuticum Arium te Zoetermeer). Leiden: Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg.
- 3. Belt-Van Zoen E, De Bruin AAC, Ephraïm M, e.a.** The development of an anthroposophic, whole medical system, oncological primary care program: a qualitative study. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2017;23(12).
- 4. Ponstein A, e.a.** Zorgprogramma depressieve stoornissen, op antroposofische grondslag (geschreven in samenwerking met het therapeuticum Haarlem). Leiden: Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg; 2017.
- 5. Ponstein AS, Zwart CA, Van Gerven M, e.a.** The development of an anthroposophic, whole medical system, healthcare program for patients with depressive disorders. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2017; 23(12), 941-948.
- 6. Niemeijer M, e.a.** Zorgprogramma gehechtheidsproblematiek, op antroposofische grondslag (geschreven in samenwerking met het kindertherapeuticum Zeist). Leiden: Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg; 2011.
- 7. Wölfle U, Elsholz FA, Kersten A, e.a.** Expression and functional activity of the bitter taste receptors TAS2R1 and TAS2R38 in human keratinocytes. *Skin pharmacology and physiology*. 2015;28(3): 137-146.
- 8. Baars EW, Hoekman J (red).** De wetenschappelijke stand van zaken van de uitwendige therapie. Leiden: Hogeschool Leiden; 2012.
- 9. Van Kalsbeek A, Hoekman J.** Een prospectief experimentele studie naar het effect van ritmische inwijvingen op stress en welbevinden bij kinderen met een lichte verstandelijke beperking en een psychiatrische diagnose. In: Baars, E & Hoekman, J (red.): *De wetenschappelijke stand van zaken van de uitwendige therapie*. Leiden: Hogeschool Leiden; 2012: 69-81.