

## Achter de schermen bij Bureau Vrijwilligerswerk

24 november 2015

Regelmatig nemen we een kijkje achter de schermen bij een afdeling. Deze keer: Bureau Vrijwilligerswerk.



Het is stil op de dagbehandeling voor oncologiepatiënten. Toch zijn bijna alle bedden en stoelen op de afdeling bezet. Naast een van de bedden staat een karretje met massageolie erop. Een ongebruikelijk beeld naast alle medische apparatuur in de ruimte. Maar het beeld is hier geen uitzondering: AMC-vrijwilliger Marijke Kolkman geeft namelijk massages aan oncologiepatiënten.

Aan het begin van haar werkdag informeert Marijke bij de verpleging welke oncologiepatiënten gemasseerd mogen worden. Sommigen slaan de massage af, maar voor steeds meer patiënten betekent het masseren een momentje van rust en aandacht voor zichzelf in een lange reeks van vervelende en belastende behandelingen. Een van de patiënten deze ochtend is een 'vaste klant' van Marijke: een jonge vrouw die nu voor de vierde keer gemasseerd wordt. Vandaag kiest ze voor een massage van de handen en armen. "Ik kijk echt uit naar deze momentjes, het is lekker en ontspannen. En het dood ook de tijd, want ik lig hier minimaal vijf uur per behandeling", vertelt de patiënt.

### Rust en ontspanning

"Het doel van een massage is ontspanning en het creëren van ruimte en rust in het hoofd van de oncologiepatiënt", vertelt Marijke, die holistisch massage- en bewegingstherapeut is

en gespecialiseerd in massage bij kankerpatiënten. De massagetechniek bij kankerpatiënten heeft een lager drukniveau dan een massage aan een 'gezond' persoon. Vergelijkbaar met dat bij het masseren van een babybuikje, licht de masseuse toe.

### **Aanraking**

De massage begint met een simpele aanraking. Marijke legt haar handen op de onderarm van de jonge vrouw. "Ik probeer daarbij echt contact te maken, ook door haar aan te kijken." Snelle bewegingen zijn taboe: traag en aandachtig laat de therapeute haar handen over de arm van de patiënt glijden. "Dit is een vorm van aanraking die veel kankerpatiënten missen. Ze worden tijdens een behandeling wel veel aangeraakt, maar alleen met medische oogmerken. Vaak komt alle opgebouwde spanning er door de massage uit." In alle rust masseert Marijke verder; de patiënt kan even haar ogen dichtdoen en ontspannen. En ja, het gebeurt nog wel eens dat iemand in slaap valt. "Dan dek ik iemand na afloop toe met een dekentje en vertrek in stilte", aldus Marijke.

### **Gecertificeerde therapeuten**

De volgende patiënt van de ochtend is een oudere vrouw. Zij is nog niet bekend met de speciale massage, maar zegt zonder aarzeling ja. "Wat een luxe", roept ze uitgelaten. Ze kiest voor een voetmassage. Alleen de vrijwilligers die opgeleid zijn als massagetherapeut bij kanker – waaronder Marijke – mogen ook andere lichaamsdelen dan de handen masseren. Het Bureau Vrijwilligerswerk telt vier van die gediplomeerde professionals. Twee van hen, Marijke Kolkman en Lisette van Kuijck, hebben de andere vrijwilligers een basiscursus handmassage gegeven. Deze vrijwilligers zijn dan wel beperkt tot het geven van handmassage, maar bij de vier gediplomeerde professionals mogen patiënten kiezen uit hand-, voet-, hoofd- en schoudermassage. "Of", vertelt Marijke, "als een patiënt zich echt te slecht voelt door de chemo, alleen aanraking door de kleren heen. Dat gaat altijd in overleg met de betrokken verpleegkundige of behandeld arts."

### **Verwennerij**

Marijke haalt het voeteneind van het bed af, legt een kussentje onder de voeten van de patiënte en verwijdert haar pantykousen. Omdat haar lichaam vocht vasthoudt, is de therapeute extra voorzichtig. "De huid is gespannen en dun. Ik controleer daarom extra goed op wondjes, ook tussen de tenen." Tijdens de massage vraagt Marijke af en toe hoe het met de patiënt gaat, maar verder is de ruimte gehuld in stilte. Tenen, voeten en onderbenen worden met behulp van een therapeutische olie aandachtig gemasseerd. "Ik kan het alle patiënten aanraden", zegt de vrouw na afloop. "Het is echt verwennerij." Op de vraag of ze vindt dat deze massages iets wezenlijks aan de oncologiebehandelingen toevoegen, antwoordt ze dan ook volmondig bevestigend.