

DAG VAN DE KINESITHERAPIE

Dag van de Kinesithérapie 2022 staat helemaal in het teken van kine bij reumatische aandoeningen. Voor veel patiënten is dit een onmisbaar onderdeel om hun levenskwaliteit op peil te houden. Kinesithérapiessessies zorgen ervoor dat alles zo soepel mogelijk blijft, maar ook op vlak van mentale steun valt de relatie tussen kine en patiënt niet te onderschatten. AXXON-lid **Eline Van Damme** uit Sinaai behandelt **Katleen** al enkele jaren voor systeemsclerose. Zij vertellen wat ze voor elkaar betekenen.



Katleen heeft systeemsclerose, ook wel sclerodermie genoemd. Het is een zeldzame vorm van een bindweefselaandoening, een auto-immuunziekte die slechts 1 op de 10.000 mensen treft. Elf jaar geleden kreeg ze de diagnose in het UZ Gent, na verstraming van de spieren, haar handen en het gezicht.

8 SEPTEMBER 2022



“Toen ik de diagnose kreeg, heb ik het niet direct aanvaard - en dat ga ik ook nooit doen - maar ik heb er mee leren leven.” En een van die manieren om er mee om te gaan, was de kinesitherapeut bezoeken. “Met Eline had ik direct een klik, en dat is voor mij nog belangrijker dan de behandelingen zelf. Iemand die ik toelaat in mijn zorgsysteem, waarop ik blindelings kan vertrouwen, en iemand die me ook accepteert als persoon. Ik heb systeemsclerose, maar ik ben ook gewoon Katleen met een ganse handleiding erbij. En Eline kan die lezen.” Ze hebben elkaar gevonden in wat een goede samenwerking blijkt te zijn. De therapietrouw ligt ook veel hoger dan voordien, toen Katleen naar een andere therapeut ging waarbij die match er niet was. Het zit hem vaak in de kleine details, zoals de tips die Eline meegeeft (verwarmde handballetjes die beter aanvoelen bij het fenomeen van Raynaud, bijvoorbeeld). Doorheen de jaren zijn er al verschillende aanpakken gepasseerd.

Eline: “We zijn vooral gestart met het losmaken van de spieren. Nu maken we ook abdominaal wat los omdat we merken dat dat ook een gunstig effect heeft. Ik ben met een fascia-opleiding bezig, dus we proberen dat er ook wat tussen te steken. Als we merken dat iets baat heeft, blijven die dingen terugkomen.”

DE JUISTE MATCH

Hun succesvolle therapeutische relatie wordt mee gedragen doordat Eline veel feedback krijgt van Katleen. Zij geeft aan wat oké is en wat niet, waar ze nood aan heeft op dat moment, welke oefeningen ze thuis zou kunnen gebruiken, enz. De wisselwerking tussen beiden is enorm belangrijk: Katleen geeft aan waar de nood ligt, en Eline luistert ernaar en werkt daarop verder. “Vertrouwen is zo belangrijk,” beaamt Katleen. “Ik geef me bloot, letterlijk en figuurlijk. Eline, en de anderen in de praktijk, helpen me ook mentaal. Ik doe mijn oefeningen sneller omdat het ook leuk is.”

Die wisselwerking is essentieel. Eline weet op voorhand niet wat ze tijdens hun sessie zal doen. Ze luistert naar wat Katleen op dat moment nodig heeft, zonder verbeterplan. Bij reumatische aandoeningen werk je niet naar genezing toe, maar naar behouden wat er is en ondersteuning bieden om het leven draaglijk te houden. Dat vergt een mentale switch van de kinesitherapeut. Eline legt uit: “Ik vind het niet zo moeilijk om die switch te maken, maar ik ben daar wel in gegroeid. Daarin heb ik ook het geluk gehad dat ik Katleen ben tegen gekomen. Ze heeft me daarin enorm geholpen.” De ingesteldheid van de kine draagt veel bij aan het succes van de therapie, vertelt Katleen. Voor haar is naar de kine gaan geen opgave, maar ze hoort als patiëntexperte ook andere verhalen van lotgenoten die zich wel onbegrepen voelen. “In mijn zorgsysteem word ik omringd door professoren en specialisten, maar de kine is vaak de enige standvastige factor. De relatie tussen patiënt en kinesitherapeut moet meer uitgelicht worden in opleidingen, zowel naar patiënten als naar studenten kine toe.”

Tijdens de coronacrisis kreeg Katleen het advies van het UZ om binnen te blijven tot er meer duidelijkheid was. Ook toen kon ze blijven rekenen op Eline. Ze gaf haar online oefeningen waarbij Katleens echtgenoot thuis kon helpen. “Dan valt het op dat ik mijn kine echt nodig heb en mis. Zelfs op vakantie naar de warmte, wat me goed doet, voel ik dat er iets mist. Ik zou ze het liefst van al willen meepakken!”

HET BELANG VAN KINESITHERAPIE MOET BEKENDER WORDEN

Het is vooral uit de praktijk dat Eline moest leren hoe de behandeling te benaderen, aangezien ze nog maar een half jaar aan het werk was toen ze Katleen ontmoette, en er over zeldzame aandoeningen op school niet veel vermeld werd. Er zijn bijscholingen

over reumatische aandoeningen in het algemeen, maar sclerodermie wordt daar bijna nooit uitvoerig besproken. “Ik weet nog dat onze cursus rond reumatische aandoeningen heel veel info bevatte over medicatie, artsen en hun specialisatie, maar het deel ‘en wat doe je dan daarmee’ was heel beknopt. In de opleiding kan daar dus wel aan gewerkt worden.”

Katleen is ervan overtuigd dat als er sneller kine zou worden ingeschakeld of als er meer kennis zou zijn bij de kine, dat het kan bijdragen tot grote verschillen. “Overal waar ik het kan zeggen zal ik het ook doen, kinesitherapie is iets dat onderschat wordt. Dat is ook de reden waarom ik patiëntexperte ben geworden. Om alle zorg – en niet alleen de artsen – maar ook mantelzorger, gezin, psycholoog, ... aan te kaarten.

Zorg op maat, daar wordt naar gestreefd. En net daar is kine de sleutel.” De kinesitherapeut ziet de patiënt elke week of vaker, dus die maakt alles van dichtbij mee. Het probleem is vaak, vindt Katleen, dat er op de arts moet gerekend worden om kine voor te schrijven. Na de diagnose is het al zwaar genoeg voor de patiënt, die wil niet zelf op zoek moeten gaan naar wat er zou kunnen helpen. Beide dames zijn ervan overtuigd dat mensen (patiënten en medisch personeel) beter op de hoogte moeten zijn van wat de kinesitherapeut allemaal doet en kan betekenen. Exact waarom ‘Dag van de kinesitherapie’ in het leven is geroepen. “Het is zo veel meer dan je laten masseren of revalidatie na een gebroken been. Eline raadde me bijvoorbeeld aan om



een zitbal te gebruiken om slijmen beter te kunnen ophoesten; het zijn die kleine dingen. We zijn niet allemaal zieke zielige mensen. Veel van ons hebben nog veel pit en kracht om in deze maatschappij mee te draaien, dat eruit kan komen als je je sterk voelt, door bijvoorbeeld een kine-behandeling en haar tips.”

Net zoals het beter bekend geraken van wat een behandeling kan inhouden, moet er ook aandacht gegeven worden aan het systeem van de E-pathologie, vinden ze. Voor een ziekte die nooit zal verdwijnen toch telkens weer die hernieuwing moeten aanvragen, is een zwaar en onnodig moeilijk proces.

“Zorg op maat, daar wordt naar gestreefd. En net daar is kine de sleutel.”

EEN GOUDEN WISSELWERKING

De boodschap die Eline en Katleen willen meegeven, is dat niet alleen de behandeling op zich, maar ook de band van groot belang is en een verschil kan maken.

Katleen: “Het begint als een verstandhouding tussen patiënt en iemand die voor je zorgt, maar op de duur is ze een deel van mijn leven geworden. Ik kan alles aan haar kwijt, soms meer dan dat ik tegen mijn man kan zeggen. De ziekte weegt soms ook op mijn relatie met hem, dus Eline is dan de persoon tegen wie ik daarover kan vertellen. Voor mij is Eline meer dan dat ze weet. Ik voel de standvastigheid en wat het met mijn lichaam doet.”

Eline: “Ik heb geluk gehad dat ik Katleen bij mij op tafel heb gekregen. Zo ben ik meer kunnen groeien op empathisch vlak. Het feit dat ze geen blad voor de mond neemt, heeft me mee gevormd. Ook bij andere patiënten ga ik nu met hen in gesprek over wat ze nodig hebben en heb ik meer aandacht voor andere aspecten, zoals die vertrouwensband. Je leert van je patiënten en hun verhalen. Zeker bij chronische aandoeningen omdat je elkaar regelmatig en lang ziet.”

AXXON wil op Dag van de kinesitherapie alle facetten van het mooie beroep belichten en meer bewustzijn creëren. De voordelen van kinesitherapie zijn eindeloos!

Meer weten over sclerodermie? Ga zeker eens langs bij de websites van [Sclero'ken](#), [CIB-Liga](#) en [ReumaNet](#) voor meer info.

Lees ook het verhaal van kine's Eddy en Christine en hun patiënte An met spondyloartritis in het AXXON Magazine van deze maand.

Een initiatief van:



AXXON

**REUMA
NET**