

## PERSBERICHT

Nijmegen, 01 april 2011

Broze balans in geven en nemen

### Wederkerigheid maakt ouderenzorg effectiever

*Kwetsbare ouderen ontvangen vaak zorg zonder dat aan hen is gevraagd wat ze nou precies willen of nodig hebben. Die zorg verbetert aanmerkelijk, wanneer zorgverleners meer oog krijgen voor de wederkerigheid in de zorgrelatie. Dat schrijven hoogleraren ouderenzorg Myrra Vernooij-Dassen en Marcel OldeRikkert van het UMC St Radboud online in het British Medical Journal.*

Ook al wordt de meeste zorg met de beste bedoelingen gegeven, ontvangers van die zorg kijken daar toch vaak anders tegenaan. Soms werkt de zorg gewoon niet, omdat de ontvanger bijvoorbeeld emotioneel blokkeert. Vernooij-Dassen, hoogleraar psychosociale aspecten van zorg voor kwetsbare ouderen aan het UMC St Radboud: "Het besef van afhankelijkheid, van aftakeling, kan sterk knagen aan je zelfbeeld en eigenwaarde. Door een verminderde controle over je eigen leven komen autonomie, zelfstandigheid en zelfredzaamheid zwaar onder druk te staan. Wordt in zo'n situatie vooral je afhankelijkheid benadrukt – ook al gebeurt dat niet bewust – dan kun je als kwetsbare oudere makkelijk helemaal afhaken. Uit onderzoek blijkt dat zorg juist veel beter wordt geaccepteerd en effectiever is, als in de zorgrelatie ruimte bestaat voor wederkerigheid. Zorg dat een kwetsbare oudere niet uitsluitend hoeft te ontvangen, maar ook kan geven. Maak hem deelgenoot van zijn behandeling."

#### Bedreiging van zelfbeeld

Er komen steeds meer aanwijzingen dat wederkerigheid een essentiële rol speelt, schrijven Vernooij-Dassen en OldeRikkert in het *British Medical Journal*. Ze halen voorbeelden aan, onder meer uit eigen onderzoek. Hoogleraar geriatrie OldeRikkert: "De helft van de kwetsbare ouderen met kanker die palliatieve zorg ontvangen, vindt het heel vervelend daar zelf niets aan te kunnen bijdragen. Gedragstherapie en groepsbijeenkomsten waarin onderlinge steun en contacten worden aangemoedigd, leiden bij kankerpatiënten tot aanzienlijk minder depressies. En sociale ondersteuning werkt minder effectief als die ondersteuning het zelfbeeld van de patiënt bedreigt." Hoe gaat het vaak in de zorg? Nou, bijvoorbeeld zo: "Je zit hier maar alleen, je moet er even uit, kom we gaan een stukje wandelen". Maar het kan ook op deze manier: "Ik wil wel een stukje wandelen. Heb je misschien zin om mee te gaan?" Vernooij-Dassen: "Beide voorstellen komen vrijwel op hetzelfde neer, maar de benaderingswijze verschilt enorm. In het eerste geval neem je de oudere op sleeptouw, in het laatste geval benadruk je de autonomie en keuzevrijheid van de persoon. Met die laatste aanpak verminder je het besef van afhankelijkheid en het gevoel dankbaar te moeten zijn."

#### Effectievere zorg

"De mogelijkheid om in een sociale relatie iets terug te geven is een basisbehoefte die nu nog te vaak wordt genegeerd", zegt OldeRikkert. "Mensen willen niet alleen nemen en ontvangen, maar óók geven. Dat geldt voor elke relatie; ook voor een zorgrelatie." Merkwaardig genoeg zit het aanleren van wederkerige vaardigheden niet in de huidige medische en verpleegkundige opleidingen. Beide

hoogleraren pleiten in hun artikel voor meer onderzoek naar de waarde en effectiviteit van wederkerigheid in de zorg. Vernooij-Dassen: "Volgens ons biedt het concept van wederkerigheid een nieuwe invalshoek om een effectievere zorg te ontwikkelen, zeker als het gaat om psychosociale interventies."

De komende jaren wordt effectievere zorg voor kwetsbare ouderen alleen maar belangrijker. Van de zelfstandig wonende vijfenzestigplussers is ongeveer tien procent kwetsbaar. Met de vergrijzing en verzilvering van de bevolking neemt het aantal kwetsbare ouderen snel toe. De term kwetsbaar (frail) wordt gebruikt voor ouderen die een grote kans hebben dat ze in de nabije toekomst fysiek, psychisch of sociaal minder goed gaan functioneren.

Noten voor de redactie:

Quality of care in frail older people: the fragile balance between receiving and giving - Myrra Vernooij-Dassen, Sheila Leatherman, Marcel Olde Rikkert. British Medical Journal 2011; 342:d403 doi: 10.1136/bmj.d403

Persvoorlichters bij het UMC St Radboud: 024-3618910, buiten kantooruren 06 512 914 46.

E-mailadres voor de media: [umcstradboud@umcn.nl](mailto:umcstradboud@umcn.nl)

**Voor meer persberichten:** <https://www.umcn.nl/persberichten>

**Wilt u onze persberichten niet ontvangen?** Stuur een mailtje naar [umcstradboud@umcn.nl](mailto:umcstradboud@umcn.nl).

Het UMC St Radboud staat geregistreerd bij de Kamer van Koophandel in het handelsregister onder nummer 41055629.

The Radboud University Nijmegen Medical Centre is listed in the Commercial Register of the Chamber of Commerce under file number 41055629.