



Persmap

Shiatsu voor zorgverstrekkers

Ondersteuning van zorgpersoneel tijdens de corona-pandemie

Een project van de Belgische Shiatsu Federatie,
gesteund door Gibbis en de Koning Boudewijnstichting
februari en maart 2022

5 ziekenhuislocaties

Sinds het opduiken van het coronavirus in België heeft de pandemie de druk op het verplegend personeel in onze zorginstellingen aan het licht gebracht. De toename van de werklast en de verschuiving van taken in de richting van intensieve zorg, in combinatie met een toenemend ziekteverzuim, hebben de arbeidsomstandigheden van het zorgpersoneel verslechterd, vooral in ziekenhuizen.

Om al deze redenen heeft de Belgische Shiatsu Federatie (hierna BSF) een actie op touw gezet en gecoördineerd om het ziekenhuispersoneel eind 2021/begin 2022 te ondersteunen. Van 2 februari tot 15 maart 2022 werden 136 uren shiatsu-behandelingen (ongeveer 320 behandelingen van 15 minuten elk) gegeven in 3 Brusselse instellingen (op 5 ziekenhuissites): het Centre Hospitalier Jean Titeca, de Kliniek Sint-Jan en het Universitair Kinderziekenhuis Koningin Fabiola.

Het project werd mogelijk gemaakt dankzij de steun van de Brusselse federatie van gezondheidsinstellingen "GIBBIS" en de financiële steun van de Koning Boudewijnstichting (Stichting van openbaar nut <https://www.kbs-frb.be/nl/over-ons>).

Ter informatie: verschillende ziekenhuizen in België, Frankrijk en de rest van de wereld profiteren sinds enkele jaren van de aanwezigheid van shiatsu. Dit komt neer op enkele duizenden behandelingen per jaar voor ziekenhuispersoneel en patiënten.

Wat is shiatsu?

Volgens het Japanse Ministerie van Volksgezondheid is "Shiatsu een vorm van manipulatie met duimen, vingers en handpalmen, waarbij zonder gebruik van instrumenten druk wordt uitgeoefend op de huid, om interne stoornissen te corrigeren, de gezondheid te bevorderen of in stand te houden." Shiatsu is in het bijzonder aangewezen voor de preventie van rug- en nekpijn. Het is ook nuttig om stress te verminderen en in te werken op andere symptomen, zoals slapeloosheid of depressie.

Dankzij zijn positieve invloed op aandoeningen van het bewegingsapparaat (spier- en skeletaandoeningen) en het psychosociaal welzijn helpt shiatsu het ziekteverzuim te bestrijden.

Gewoonlijk duurt een shiatsu-sessie ongeveer een uur en wordt het op een mat uitgevoerd. In dit project werd besloten shiatsu-sessies op een massagestoel aan te bieden en de duur te beperken tot 15 minuten. Dit maakt het mogelijk om zoveel mogelijk mensen van een sessie te laten genieten zonder de dienst al te zeer te verstoren. Het biedt tegelijk een interessante onderbreking van dagelijkse beslommeringen. Aangezien shiatsu wordt gegeven op een gekleed lichaam, is het ook bijzonder goed aangepast aan een professionele omgeving.

Hoeveel kost het?

De gebruikelijke prijs voor een shiatsu-sessie varieert tussen 50 en 70 euro per uur, exclusief BTW. Op dit moment bestaan er geen vergoedingen van de ziekteverzekering hiervoor. In het project hebben de shiatsu-beoefenaars ervoor gekozen een uurtarief van 40 euro/uur, inclusief BTW, aan te bieden, wat ongeveer 60% van hun gebruikelijke tarief is.

Dankzij het partnerschap met Gibbis (Brusselse federatie van gezondheidsinstellingen) werd het budget, dat 5.440 euro bedroeg, volledig gedekt door de Koning Boudewijnstichting, in het kader van een campagne ter ondersteuning van het zorgpersoneel. Met andere woorden, de diensten werden gratis aangeboden aan het personeel van de instellingen.

Een collectieve verbintenis

Naar aanleiding van de oproep van de federatie hebben zich 15 aangesloten beroepsbeoefenaars gemeld om de diensten te verlenen: Marjan LEDENT, Pascal HAASS, Tanja DEN HERTOEG, Ulrike GAMST, Sandra BATTAGLIA, Françoise SIMKENS, Laure AVIRON-VIOLET, Linda TIMMERMANS, Dino STEYAERT, Jonathan VERLINDEN, Sigrid VANTHUYNE, Thierry VINCKE en Olivier de STEXHE. 13 shiatsu-beoefenaars stonden stand-by.

Voor elk ziekenhuis organiseerde een verantwoordelijke de ontvangst van de dienstverlener en de modaliteiten van de interventie binnen de ziekenhuissites.

Een moeilijkheid was de afwezigheid van sommige personeelsleden tijdens de behandelingen. Door de hoge werkdruk in de ziekenhuizen konden sommige deelnemers niet op het geplande tijdstip aanwezig zijn, ondanks hun wens om de sessie te ontvangen. Om dit probleem aan te pakken werd een wachtlijst opgesteld.

De evaluatie van het project: verontrustende cijfers, bemoedigende resultaten

Vóór elke behandeling kregen de ontvangers een korte (één pagina) en anonieme vragenlijst.

Het eerste deel was bedoeld om de eventuele problemen te bevragen op volgende vlakken: psychologisch, lichamelijk, slaapwkaliteit en spijsvertering: dit deel van de enquête werd door de shiatsu-beoefenaar ingevuld tijdens een kort gesprek bij het begin van de sessie. De ernst van de kwalen werden bevraagd aan de hand van een 10 punten schaal.

Het tweede deel werd door de ontvangers na de behandeling ingevuld op een tijdstip dat hen het best schikte (ze krijgen daarvoor het formuleer mee): hen werd gevraagd de evolutie van hun toestand te evalueren, rekening houdend met de in het eerste deel ingevulde elementen. De ontvangers werden vervolgens verzocht het ingevulde formulier

terug te bezorgen aan de Federatie. De meeste respondenten hebben dat dezelfde dag nog gedaan; sommigen hebben het de dag daarna teruggestuurd.

Hieronder het overzicht van de resultaten van 70 bruikbare vragenlijsten.

Veelvoorkomende symptomen.

Volgens gegevens van het volksgezondheidsinstituut Sciensano overwoog in september 2021 28,2% van de zorgverleners het beroep op te geven, tegenover 9,5% vóór de pandemie; 55% voelde zich gestresseerd, tegenover 34% vóór de pandemie.

Deze cijfers komen overeen met de enquêtegegevens.

Wat de psychologische factoren betreft, verklaarden 37 personen (52,9%) last te hebben van stress, 21 personen (30%) van uitputting en 8 personen (11,4%) van angsten.

Op fysiek niveau meldden 40 personen (57,1%) rugpijn en 7 personen (10%) been-/voetproblemen.

Terwijl 37 personen (52,9%) verklaarden goed te slapen, deelden 26 personen (37,1%) mee aan slapeloosheid te lijden.

Problemen in verband met de spijsvertering en de darmtransit kwamen minder vaak voor (55 mensen (78,6%) deelden mee dat zij zich geen zorgen maakten).

Nog ernstiger is de cummulatie van kwalen: van de 70 ondervraagden hadden 27% last van drie problemen en 38% van twee:

- Aantal mensen met 4 kwalen: 10/70
- Aantal personen met 3 kwalen: 19/70
- Aantal personen met 2 kwalen: 27/70
- Aantal mensen met 1 kwalen: 11/70
- Aantal personen zonder kwalen: 03/70

Bemoedigende resultaten.

65 personen verklaarden zich "beter" te voelen na de behandeling, wat over het algemeen wijst op een verbetering van de in het eerste deel van de enquête genoemde kwalen, met een verbeteringsniveau van 1/10 voor 24 personen (34,8%) en een niveau gelijk aan of hoger dan 7/10 voor 39 personen (56,5%): "verlicht", "minder gestresst", "meer ontspannen"; vermindering of zelfs verdwijning van het pijnniveau.

Slechts 5 personen (7,1%) meldden een onveranderde toestand.

De meesten kenden shiatsu nog niet en waren verheugd deze methode te ontdekken en de heilzame werking ervan te ondervinden.

Het project heeft zijn doelstellingen bereikt. De getuigenissen en het enthousiasme van het ziekenhuispersoneel, waarvan twee ziekenhuisdirecteuren die aan het project hebben deelgenomen, verheugen ons in het bijzonder.

Hallo meneer (...),

Onze personeelsleden waren erg blij met de Shiatsu stoelmassage. We hadden alleen maar positieve feedback.

(...)

Hallo,

"Ik wilde u bedanken voor dit initiatief, dat mij veel goeds heeft gedaan. De behandelaar was geweldig, hij gaf me een ontspannen gevoel."

Hier is een feedback van een deelnemer aan de (...). Ik wilde de boodschap doorgeven en je bedanken!

(...)

Geachte heer. (...),

Dank u voor uw e-mail. Ik zou van deze gelegenheid gebruik willen maken om uw team nogmaals te bedanken voor de efficiëntie en de magie van hun vingers met ons personeel tijdens de Shiatsu-sessies.

Het resultaat van uw enquête is zeer interessant en bevestigt het positieve effect van deze praktijk.

(...)

To be continued

Voor de BSF is het project "Shiatsu voor Zorgverstrekkers" een succes:

- Een groot aantal personeelsleden van zorginstellingen in de frontlinie van de strijd tegen het coronavirus konden genieten van een wellness-pauze binnen hun instelling; we hebben ons doel bereikt om zorgteams te helpen versterken die soms aan het eind van hun krachten zijn.
- Een aanzienlijk aantal mensen heeft de voordelen kunnen ervaren van een praktijk waarmee zij niet vertrouwd waren; wij hebben onze opdracht vervuld om shiatsu in de samenleving bekend te maken, vooral bij mensen die rechtstreeks bij de gezondheidszorg betrokken zijn.
- Het initiatief en de coördinerende rol van de federatie hebben het beheer van de instellingen vergemakkelijkt, die nu kunnen rekenen op een betrouwbare partner, die de kwaliteit van de diensten waarborgt en de resultaten evalueert; wij hebben onze opdracht als representatief orgaan van de beroepsgroep vervuld.
- De coördinerende rol van de federatie vergemakkelijkt en verbetert in real time de organisatie van het werk van een team van enthousiaste en rechtstreeks operationele aangesloten shiatsu-beoefenaars; wij hebben als federatie onze rol in de verbetering van de professionele cohesie vervuld.

Gezien de resultaten van het project heeft één van de drie ziekenhuizen reeds besloten onze actie met eigen middelen voort te zetten door een bestelling van 100 extra prestaties.

De BSF blijft beschikbaar om op dezelfde wijze in te gaan op het verzoek van elke andere instelling.

De Belgische Shiatsu Federatie (BSF) groepeert 230 erkende beoefenaars en een twintigtal opleidingscentra. Het bevordert de toegang van de burgers tot een kwaliteitspraktijk door te werken aan een betere zichtbaarheid en erkenning.