

Keuzedeel

Complementaire zorg



Inhoudsopgave

1. Keuzedeel Complementaire zorg	3
1.1 Inleiding	3
1.2 Verantwoording m.b.t het kwalificatiedossier	3
1.3 Introductie gedicht	6
1.4 Positieve gezondheid.....	7
2. Verdiepen in de complementaire zorg.....	9
2.1 Kenmerken en inzet van complementaire zorg	9
2.2 Complementaire zorginterventies	11
3. Toepassen van complementaire zorginterventies	13
3.1 <i>Lichaamsgerichte manipulatieve interventie</i> - Massage	13
3.2 <i>Biologische interventies</i> - Etherische oliën en aromazorg.....	15
3.3 <i>Biologische interventies</i> – Kruiden en voedingssupplementen.....	16
3.4 <i>Mind-body interventies</i> - Muziektherapie	18
3.5 <i>Mind-body interventies</i> - Ontspanningsoefeningen.....	20
4. Examinering keuzedeel Complementaire Zorg	22
Bijlage I Toelichting examen K0507 Complementaire zorg	23
Bijlage II Overzicht studieactiviteiten en studielast 240 SBU	25

1. Keuzedeel Complementaire zorg

1.1 Inleiding

Complementaire zorg betekent letterlijk 'aanvullende zorg'. Deze zorg komt dus niet in plaats van de gangbare medische zorg, maar voegt daar iets aan toe. Doel is bijdragen aan het herstel en welbevinden van de patiënt. Welbevinden staat voor gezondheid op lichamelijk, geestelijk en sociaal gebied.

Verpleegkundigen en verzorgenden hebben steeds meer behoefte aan kaders waarbinnen zij complementaire interventies kunnen verrichten in zorginstellingen. Een zorginstelling dient "verantwoorde zorg" te leveren. Bij onduidelijkheid over de invulling van dit begrip, moet de zorgaanbieder in gesprek met de professionals die werken binnen de instelling.

Vaak vraagt men advies aan adviesorganen, zoals de VAR. Verpleegkundigen en verzorgenden kunnen natuurlijk ook het initiatief nemen tot de discussie. Deze discussie is belangrijk omdat zorgvragers steeds meer methodes, zoals ontspanningstechnieken, massage, aangepaste voeding en kruidenthee, in hun zelfzorg toepassen door ontevredenheid over de geboden reguliere zorg.

Deze methodes vallen buiten de reguliere interventies. De verwachting is dat zorgvragers deze methodes willen continueren in een zorginstelling. In steeds meer gezondheidszorginstellingen discussieert men daarom over de plaats die complementaire zorg in kan nemen in zorginstellingen.

Dit keuzedeel draagt bij aan deze veranderingen in de zorg en zorgt voor inzichten en handvaten van de beginnend beroepsbeoefenaar voor de uitvoering van complementaire zorginterventies.

1.2 Verantwoording m.b.t het kwalificatiedossier

Kerntaak: D1-K1: Bieden van complementaire zorg

Complexiteit

Complementaire zorginterventies worden ingezet naast of tijdens de reguliere zorgverlening, binnen de cyclus van het methodisch handelen.

Complicerende factor is dat de complementaire zorg op de reguliere zorg afgestemd moet zijn en dat voor iedere zorgvrager afgewogen moet worden welke specifieke interventie gewenst én mogelijk is.

De beginnend beroepsbeoefenaar zal een afweging moeten maken tussen de voortgang van de reguliere werkzaamheden en het met aandacht (voldoende tijd en rust) uitvoeren van de

complementaire zorginterventie. De beroepsbeoefenaar die de complementaire zorg uitvoert is niet altijd degene die ook de reguliere zorg heeft uitgevoerd.

De beginnend beroepsbeoefenaar heeft kennis van complementaire zorghandelingen, -theorieën en – methoden. Zij stemt standaardprocedures en – methodes af op de specifieke situatie van de zorgvrager, ook bij veranderde omstandigheden. Dit wordt bemoeilijkt doordat niet altijd duidelijk is hoe de zorgvrager een interventie ervaart.



Verantwoordelijkheid en zelfstandigheid

De beginnend beroepsbeoefenaar voert haar werkzaamheden zelfstandig uit en stemt af met betrokkenen bij de zorgverlening. In acute of meer complexe situaties kan zij terugvallen op collega's of leidinggevende. Zij is verantwoordelijk voor het bekwaam uitvoeren van complementaire zorginterventies. Zij voert haar werkzaamheden uit in overleg met haar leidinggevende. Zij kent de grenzen van haar deskundigheid en stemt af met en consulteert wanneer nodig de leidinggevende, (multidisciplinair) team en/ of collega's.

Vakkennis en vaardigheden

De beginnend beroepsbeoefenaar heeft:

- kennis van de plaats van complementaire zorg binnen de context van het totale beroep.
- kennis van theorieën over het holistisch mensbeeld en complementaire zorginterventies.
- kennis van veelgebruikte stoffen uit de natuur (bijvoorbeeld leem en honing), etherische oliën, klassieke massage, hand- en voetmassage, ontspanningsoefeningen en het inzetten van muziek bij het bieden van complementaire zorg.
- brede en specialistische kennis van (contra)indicaties van veelgebruikte stoffen uit de natuur, klassieke massage, hand- en voetmassage, ontspanningsoefeningen en het inzetten van muziek.
- specialistische kennis van veiligheidsaspecten die van belang zijn bij het bieden van complementaire zorg.

De beginnend beroepsbeoefenaar kan:

- op basis van de verzamelde gegevens (in samenspraak met zorgvrager) een passende complementaire zorginterventie uitvoeren en evalueren.
- het welbevinden en het zelfhelend vermogen van de zorgvrager stimuleren.
- bepalen welke hulpmiddelen, frequentie, ruimte(s) en momenten passend zijn voor de complementaire zorginterventie.
- de zorgvrager bij ontspanningsoefeningen begeleiden, zoals ademhalingsoefeningen, oefeningen via fysieke en cognitieve activiteit en het luisteren naar muziek.
- kruiden en kruidenmiddelen toepassen binnen een complementaire zorginterventie
- etherisch oliën toepassen bij inhalatie door verdamping, massage en het prepareren van hand-, voet- en ligbaden.
- klassieke massage, hand- en voetmassage geven.

In dit onderwijsprogramma verdiep je je in de verschillende aspecten van complementaire zorg. De verworven kennis en inzichten stellen je in staat om de gevraagde kerntaak te examineren in je eigen BPV. Het onderwijsprogramma biedt diverse oefenopdrachten ter voorbereiding op het examen Complementaire zorg.

De beoordelingsvorm voor de examinering zal plaatsvinden aan de hand van een gedragsobservatie en een verantwoordingsverslag.



De uitvoering van het keuzedeel Complementaire zorg vindt op drie verschillende wijzen plaats.

1. **Begeleide Onderwijstijd (BOT) binnenschools**

De theorie en opdrachten zijn gericht op het ontwikkelen van kennis en vaardigheden om bevoegd en bekwaam te worden in de uitvoering van complementaire zorg.

De opdrachten worden in de geplande lessen gemaakt met (theoretische) ondersteuning van de docent.

2. **Beroepspraktijkvorming (BPV)**

Deze opdrachten voer je uit in je BPV. Hierdoor krijg je inzicht hoe complementaire zorg in verschillende praktijksituaties kan worden toegepast.

3. **Eigen studie**

Deze opdrachten voer je individueel uit ter voorbereiding op de BOT- en BPV-opdrachten.

De diverse opdrachten in dit keuzedeel vormen je portfolio. Deze opdrachten voer je individueel en in groepsverband uit zowel binnenschools als in je eigen BPV.

Je docent zal deze opdrachten beoordelen.

Door het uitvoeren van deze verschillende opdrachten en het bestuderen van de theorie ben je goed voorbereid op het examen waarmee je dit keuzedeel afsluit. Zie voorinformatie hierover in bijlage 1.

1.3 Introductie gedicht

Om het onderwerp complementaire zorg bespreekbaar te maken, wordt klassikaal onderstaand gedicht besproken.

De muziek is ter ondersteuning van het gedicht.

Gedicht:

- eerst warm onthaald -

*Dan bewoners ontmoeten, aarzeling afweer.
een beetje bang?*

Goed, de handen dan maar.

*- niet te lang ! de voeten... ach...ze doen
altijd pijn.*

En wat is complementaire zorg?

wat mag dat dan wel zijn?

toch niet van 'Jomanda'?

of waarzeggerij?

daar geloof ik niet in.

dat is echt niets voor mij!

ik heb een katheterzak ik wil het dus niet...

wel op uw kamer ? als niemand het ziet?

*Verhalen, verhalen van vroeger naar nu
mee in de tijd niet bevrijd.*

zachtjes aan stiller ontspannen, een tel.

welkome overgave.

mag ik dat wel ? geven – ontvangen.

over en weer.

wie is het dankbaarst?

tot de volgende keer!



Bronvermelding

- Muziek 'River flows in you'
https://www.youtube.com/watch?v=6zodLr_U5F8&feature=youtu.be

1.4 Positieve gezondheid

Het is van belang om eerst aan de slag te gaan met jouw eigen visie op ziekte en gezondheid, hierdoor ontstaat bewustheid van wat ziekte kan betekenen voor een zorgvrager.

In deze studieactiviteit leer je:

- wat gezondheid en ziekte betekent
- wat jouw rol is in de begeleiding van een zorgvrager met beperkingen
- wat er wordt verstaan onder een holistisch mensbeeld
- wat is positieve gezondheid betekent en de wijze waarop je dit kunt toepassen in de zorg

Studiebelasting: 6 SBU

De relatie van de zorgvrager met de zorgverleners is heel belangrijk voor de effectiviteit van de zorg en/of behandeling die gegeven wordt. Hoe maak je contact, hoe communiceer je en hoe houd je rekening met de wensen en behoeften van een zorgvrager, iedere zorgvrager is namelijk uniek.

Opdrachten

1.4.1 Begeleide Onderwijstijd

1. Geef individueel antwoord op onderstaande vragen:
 - Wat versta je onder gezondheid?
 - Wat doe je zelf om gezond te blijven? Geef 5 antwoorden
 - Wat betekent ziek zijn voor jou?
 - Wat doe jij als je ziek bent?
 - Wanneer spreek jij over goede zorg?
 - Wat verwacht jij van een hulpverlener als je ziek bent?
 - Volg jij zijn/ haar adviezen op? Wat heb je nodig om deze adviezen op te volgen?
2. Een nieuwe stroming in de zorg is Positieve Gezondheid. Dit is een benadering binnen de gezondheidszorg die niet de ziekte, maar een betekenisvol leven van mensen centraal stelt. De nadruk ligt op de veerkracht, eigen regie en het aanpassingsvermogen van de mens en niet op de beperkingen of ziekte zelf.

Bekijk plenair het videofragment (fragment 3) over Positieve Gezondheid:

<https://www.vilans.nl/projecten/transformatieprogramma-positieve-gezondheid>

3. Maak individueel het spinnenweb Positieve Gezondheid via de link:

<https://test.mijnpositievegezondheid.nl/login.php>

Deze opdracht wordt plenair nabesproken.

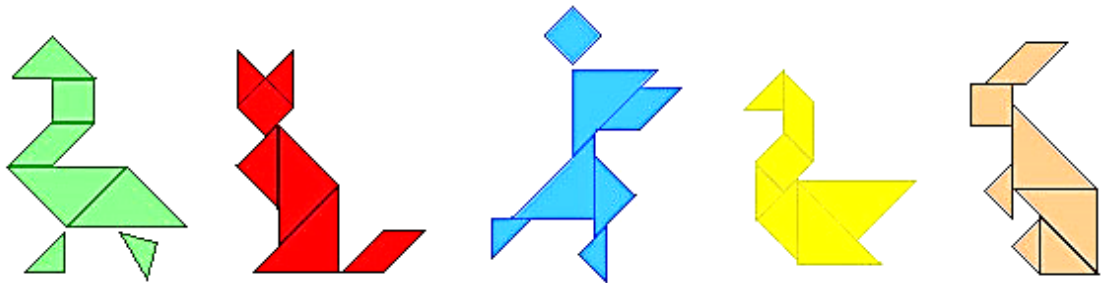


1.4.2 Opdrachten eigen studie

Alle vormen van complementaire zorg hebben een holistische mensvisie als uitgangspunt. In deze visie wordt de mens opgevat als een ondeelbaar geheel van lichaam, geest, ziel én energie. Er wordt vanuit gegaan dat ze in voortdurende wisselwerking met elkaar staan. Zij zijn van invloed op het ontstaan en het verloop van ziekten en op het herstellen ervan. Er is continue een wisselwerking tussen de diverse lichaamssystemen die beïnvloedt worden door hormonen en andere stoffen in je lichaam.

4. Maak individueel de opdracht Holistisch mensbeeld en Tangram via deze link:
<http://kn.nu/ww.0d4c3fd>

In deze opdracht beschrijf je de visie vanuit het holistisch mensbeeld en ga je een eigen Tangram maken. Een tangram is een Chinese legpuzzel die bestaat uit zeven stukjes. Elk stukje stelt een bepaald aspect van jouw leven voor.



5. Maak een collage over Positieve gezondheid en de aspecten die hierbij op je eigen situatie van invloed zijn. Verwerk in de collage de antwoorden van opdracht 1. Deze collage vormt het voorblad van je portfolio.

2. Verdiepen in de complementaire zorg

Voordat je complementaire zorg kunt gaan toepassen is het van belang te weten wat complementaire zorg inhoud en op welke manieren je dit kunt inzetten in je eigen BPV.

In deze studieactiviteit leer je:

- wat complementaire zorg is en de oorsprong
- wat het onderscheid is tussen complementaire zorg en alternatieve geneeskunde
- welke complementaire zorginterventies er zijn
- welke plek complementaire zorg heeft binnen de huidige zorg en instellingen
- wat er wordt verstaan onder een holistisch mensbeeld en het maken van een Tangram

Studiebelasting: 35 SBU

2.1 Kenmerken en inzet van complementaire zorg

Uit onderzoek blijkt dat binnen verpleeghuizen complementaire zorg veel wordt gebruikt. (Bron: Complementaire zorg in ziekenhuizen, verpleeghuizen en GGZ-instellingen, *Van Praag Instituut, Louis Bolk Instituut* 2015).

De reden om complementaire zorg in te zetten is in alle zorginstellingen vrijwel hetzelfde: verlichting bieden bij angst, pijn, onrust en slaapproblemen.

Al komt complementaire zorg relatief vaak voor in zorginstellingen, meestal gebeurt dit kleinschalig, op initiatief van enkele zorgprofessionals en niet structureel. Uit de inventarisatie blijkt dat er behoefte is aan meer beleid, meer kennis en meer onderzoek.

Om meer verdieping en kennis te ontwikkelen over complementaire zorg worden onderstaande studieactiviteiten uitgevoerd aan de hand van verschillende werkvormen.

Al deze bevindingen van thema 2: Verdiepen in complementaire zorg - verwerk je in een beknopt verslag ter voorbereiding op het examen.

Dit verslag wordt door je docent beoordeeld aan de hand van het feedbackformulier (*Consortium, oefenopdracht Complementaire zorg*) en wordt toegevoegd aan je portfolio.

Opdrachten

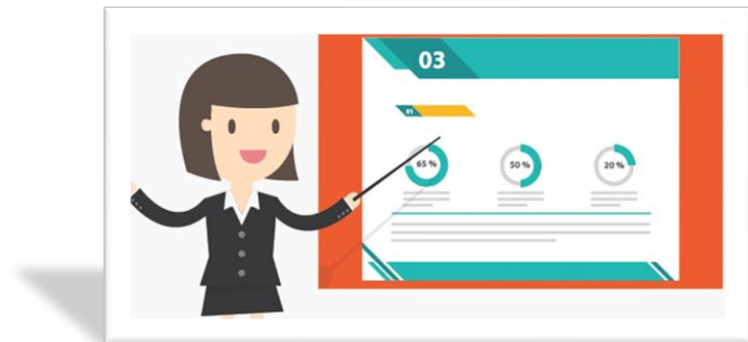
2.1.1 Begeleide Onderwijstijd

1. In de les ga je in groepsverband van maximaal 3 studenten antwoord geven op onderstaande vragen.
 - Wat is de definitie van complementaire zorg?
 - Welke kenmerken heeft complementaire zorg?
 - Welke vormen van complementaire interventies zijn er?
 - Wat is het verschil tussen complementaire zorg en alternatieve geneeswijzen? Waarom is het belangrijk hier een onderscheid in te maken?

- Wat is de legitimering van complementaire zorg en welke wetgeving is hierbij van toepassing?
- Mag je als Verzorgende-IG complementaire zorginterventies uitvoeren en waar ligt de grens?

Voor deze opdracht kun je gebruik maken van deze websites:

- Kennisinstituut Complementaire zorg in de zorg Kicozo
www.kicozo.nl
 - Keuzehulp Complementaire zorg
<http://www.complementairezorg-vokk.nl/>
 - Nota 'Expertisegebied Verpleegkundige complementaire zorg'
<http://kn.nu/ww.7b9da67>
 - Nursing – 'Hoe bespreek je complementaire zorg in je instelling' (wetgeving)
<http://kn.nu/ww.6d97be7>
2. Onderwijsleeractiviteit aan de hand van een PowerPoint presentatie 'Complementaire zorg' door de docent. Deze kennis en theorie wordt klassikaal besproken samen met de uitkomsten op bovenstaande vragen.
Powerpoint Complementaire zorg: <http://kn.nu/ww.1447462>



2.1.2 Opdrachten BPV

3. Vanuit je eigen BPV instelling ga je antwoord geven op onderstaande vragen. De antwoorden worden verwerkt in het verslag dat je individueel gaat maken.
- Welke afwegingen moeten instellingen maken om complementaire zorg een plaats te geven binnen de instelling?
 - Mag je een zorgvrager aanbieden om complementaire zorg te verlenen?
 - Op welke wijze krijgt complementaire zorg vorm binnen jou instelling?

2.1.3 Opdrachten eigen studie

4. Maak een verslag waarin je beschrijft:
- hoe de complementaire zorg er binnen jouw BPV uitziet,
 - in welke verhouding deze staat tot alternatieve geneeswijzen,
 - het beleid van de instelling en
 - de (contra) indicaties voor de toepassing van complementaire zorg.

2.2 Complementaire zorginterventies

Er zijn verschillende interventies die toepasbaar zijn als complementaire zorg. Het gaat hierbij om relatief eenvoudige interventies uit de verschillende natuurgeneeskundige tradities die door verpleegkundigen en verzorgenden kunnen worden uitgevoerd binnen de context van hun beroep.

Voorbeelden van deze complementaire zorginterventies zijn massage, werken met etherische oliën, werken met kruidenmiddelen, werken met muziek en werken met ontspanningsoefeningen.

Een interventie betekent hier zorg of een activiteit om klachten te verminderen, of om de geestelijke of lichamelijke conditie te verbeteren.

Het accent ligt op ondersteuning in de zorg, het bevorderen van welbevinden en verbetering van de kwaliteit van leven.

In deze studieactiviteit leer je:

- welke complementaire interventies jij als verzorgende-IG kunt toepassen
- de geschiedenis, de achtergrond en de werkprincipes van complementaire zorg

Studiebelasting: 16 SBU

Opdrachten

2.2.1 Begeleide Onderwijstijd

1. Bekijk plenair de aflevering van 'Beau five days inside – Hospice'.

<https://www.rtl.nl/video/039400b7-57db-3bc3-9128-ae0a84a5c1ba/>

In deze aflevering komen verschillende complementaire zorginterventies aan bod. Nabespreking van de aflevering samen met de docent over de impact en toepassing van complementaire zorginterventies in de terminale zorgfase. Beantwoord hierbij de volgende vragen:

- Welke complementaire zorginterventies worden toegepast door de medewerkers van het Hospice?
 - Welke invloed hebben deze interventies op het welzijn en gevoel van de zorgvragers?
 - In welke mate zijn deze interventies herkenbaar in je eigen BPV?
2. In subgroepen van maximaal 3 studenten ga je onderzoeken wat de verschillende complementaire zorginterventies inhouden. De complementaire zorginterventies die aan bod dienen te komen zijn:
 - Gebruik van etherische oliën
 - Massage (klassieke en hand/ voet)
 - Gebruik van kruidenmiddelen
 - Ontspanningsoefeningen en
 - Muziektherapie

Bestudeer van iedere complementaire zorginterventie:

- a. De geschiedenis
- b. Het werkingsprincipe
- c. De aandachtspunten
- d. De indicatie en de contra-indicatie

De vakdocent zal gezamenlijk een onderverdeling maken, zodat iedere subgroep een andere complementaire zorginterventie uitwerkt.

Voor deze opdracht kun je gebruik maken van onderstaande bronnen en websites:

- Kennisinstituut Complementaire Zorg in de zorg
www.kicozo.nl
- Keuzehulp complementaire zorg
<http://www.complementairezorg-vokk.nl/complementaire-zorg-en-veiligheid/>
- Patiëntenfolder complementaire zorg
<http://kn.nu/ww.081ea31>

3. Maak een presentatie van de complementaire zorginterventie die jullie hebben uitgewerkt in bovenstaande opdrachten. Verwerk hierin jullie resultaten vanuit de theorie en eigen praktijk. De wijze van presenteren mogen jullie als subgroep zelf bepalen, denk hierbij aan videofragment, uitvoering van complementaire zorginterventie, PowerPoint, Prezi e.d. Tijdens de eerstvolgende lesdag worden deze presentaties uitgevoerd.

**WAAROM
MOEILIJK DOEN
ALS
HET SAMEN KAN**

Loesje

2.2.2 Opdrachten BPV

4. Onderzoek in je eigen BPV welke complementaire zorginterventies worden toegepast.
 - a. Bespreek met je collega's op welke wijze uitvoering wordt gegeven aan de complementaire zorginterventies.
 - b. Bespreek (indien mogelijk) met de zorgvragers hoe zij de complementaire zorginterventies ervaren? Waar is behoefte aan?
 - c. Plan samen met je werkbegeleider/ collega dat je aanwezig mag/ kan zijn bij de uitvoering van een complementaire zorginterventie.
 - d. Maak een kort verslag van de voorbereiding en de uitvoering van de complementaire zorginterventie.

3. Toepassen van complementaire zorginterventies

Zoals je in het voorgaande hoofdstuk hebt onderzocht, worden verschillende methodes gebruikt om complementaire zorg te geven.

Complementaire zorg kan vermindering geven van klachten zoals pijn, misselijkheid, braken, angst, vermoeidheid en slaapproblemen. Daarnaast richt complementaire zorg zich vooral op het bevorderen van ontspanning en comfort.

In deze studieactiviteit leer je:

- de vaardigheden en toepassingen van de meest voorkomende complementaire zorginterventies: hand- en voetmassage, werken met etherische oliën en kruiden, muziektherapie en ontspanningsoefeningen
- het toepassen en evalueren van een complementaire zorginterventie bij een zorgvrager uit je eigen BPV

Studiebelasting: 61 SBU

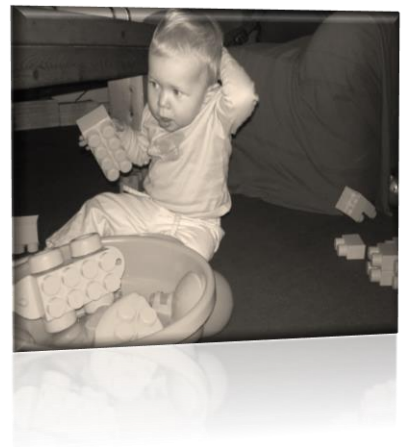
3.1 Lichaamsgerichte manipulatieve interventie - Massage

Veel mensen kennen de weldadige werking van massage. In de complementaire zorg worden kleine ontspannende massages gegeven, zoals hand-, voet- of gezichtsmassage. Een massage kan ontspannend werken, de bloeddorstrooming verbeteren en onrust en pijn verminderen.

Definitie van massage (Inleiding complementaire zorg, 2017):

'Massage is stimuleren van de huid en onderliggende weefsels met verschillende mate van manuele druk ter bevordering van pijnverlichting, ontspanning en/ of circulatie.'

Massage is mogelijk al zo oud als de mensheid. Jullie kennen allemaal de natuurlijke reactie die je hebt bij het stoten of kwetsen van een lichaamsdeel: je pakt het stevig vast en oefent druk uit of wrijft over de pijnlijke plek.



Opdrachten

3.1.1 Begeleide Onderwijstijd

1. PowerPoint presentatie door docent over de werking en de belangrijkste aandachtspunten bij het geven van een massage.

PowerPoint: <http://kn.nu/ww.Obe2fee>

2. Workshop uitvoering van hand- en voetmassage. Je gaat tijdens deze workshop in tweetallen aan de slag.

Voor deze workshop neemt iedereen een eigen handdoek en indien gewenst een kussentje voor onder de arm/ voet mee.

Bekijk voorafgaand plenair de instructievideo over de uitvoering van hand- en/ of voetmassage.

Instructievideo handmassage

<https://www.youtube.com/watch?v=Rip-CWLi5rM>

Instructievideo voetmassage

<https://www.youtube.com/watch?v=21Yf83RZzms>

Massage bij zorgvragers oncologie

<https://www.youtube.com/watch?v=21f8o9VIsE>

3. PowerPoint presentatie door docent over de toepassing van aquazorg: <http://kn.nu/ww.1cd8896>

4. Workshop uitvoering koele buikwassing.

Richtlijnen voor de uitvoering van de koele buikwassing: <http://kn.nu/ww.becc5f9>



3.1.2 Opdrachten BPV

5. Onderzoek in je eigen BPV hoe je de massage als complementaire zorginterventie kunt toepassen bij een zorgvrager. Hierbij houdt je rekening met je bevoegdheid en bekwaamheid.
 - a. Maak een voorstel naar je werkbegeleider bij welke zorgvrager je een massage wil gaan toepassen. Motiveer je keuze voor deze zorgvrager vanuit zijn/ haar behoeften.
 - b. Benoem bij je voorstel de indicatie en contra-indicatie.
 - c. Als je toestemming hebt van je werkbegeleider overleg je samen met de zorgvrager of hij/ zij hiervoor open staat.
 - d. Geef duidelijke informatie aan de zorgvrager en vraag wat hij/ zij prettig vindt.
 - e. Verdiep je nogmaals in de theorie die op school aan bod is gekomen over massage en bespreek dit vooraf met je werkbegeleider.
 - f. Pas de massage toe die past bij de wensen en behoeften van de zorgvrager en evalueer nadien met de zorgvrager hoe hij/ zij het heeft ervaren.
 - g. Verantwoord de keuzes die je hebt gemaakt in een gesprek met je werkbegeleider.
 - h. Leg bovenstaande criteria in een kort verslag vast voor in je portfolio.

3.2 Biologische interventies – Etherische oliën en aromazorg

Geuren beïnvloeden ons functioneren meer dan we denken. Geuren beïnvloeden de sfeer, de emoties en het welbevinden. Etherische oliën zijn geurende oliën die aan planten worden onttrokken door een speciaal proces. De olie kan op verschillende manieren gebruikt worden, bijvoorbeeld in een bad- of douchegel, als massageolie, of om te verdampen. Iedere etherische olie heeft zijn eigen werking.

Opdrachten

3.2.1 Begeleide Onderwijstijd

1. Klassikale PowerPoint Aromazorg door docent, waarin de achtergronden en toepassingen van aromazorg en etherische oliën worden toegelicht.
PowerPoint Aromazorg: <http://kn.nu/ww.242cb45>
2. Twee aan twee gaan jullie een geuranamnese bij elkaar afnemen:
 - Welke geuren vind je zelf lekker en welke geuren vind je beslist niet lekker?
 - Wat roepen deze geuren bij je op?
(Gedachten, gevoel, emotie, associatie, dromen – zowel positief als negatief)
 - Noteer jullie antwoorden, deze worden plenair nabesproken.
3. In tweetallen ga je nu zelf 8 *verschillende* etherische oliën uitwerken voor in je eigen BPV, waarbij je beschrijft:
 - Op welke wijze de etherische olie toegepast kan worden
 - De werking van de etherische olie
 - (Contra-) indicaties voor de toepassing van de etherische olie

Maak hierbij gebruik van deze websites:

- Database Aromazorg
<http://www.kicozo.nl/> - keuzebalk 'database aromazorg'
- Etherische oliën – Aromalifestyle
<https://aromalifestyle.nl/aromatherapie-kennis/etherische-olie-a-z/>

3.2.2 Opdrachten BPV

4. Maak een creatief overzicht van de uitgewerkte 8 etherische oliën voor in je eigen BPV. Denk hierbij aan etiketten, poster e.d. Dit overzicht introduceer je in je eigen BPV aan collega's en kan gebruikt worden voor de uitvoering van de complementaire zorginterventie bij een zorgvrager.
5. In overleg met je werkbegeleider kies je een zorgvrager waarbij je een etherische olie introduceert. Bespreek samen met de zorgvrager welke geuren hij/ zij prettig vindt of neem indien mogelijk een geuranamnese af.
Geef voorlichting aan de zorgvrager over de werking en toepassing van deze geuren.

3.2.3 Opdrachten eigen studie

6. Van je docent ontvang je de benodigheden voor het maken van een eigen inhaler.



In de geuranamnese heb je ontdekt welke geuren je lekker vindt, daarnaast heb je 8 verschillende etherische oliën uitgewerkt in toepassing en werking.

Je gaat een eigen inhaler maken met je favoriete geur middels uitleg van de docent en onderstaande instructievideo. In deze instructievideo staan voorbeelden van etherische oliën die je kunt gebruiken en mengen.

Instructievideo: <http://www.aromatherapie-info.com/aromatherapie-inhalator.html>

7. Beschrijf kort in een logboek op welke momenten je deze inhaler hebt gebruikt en welk gevoel ervaring, emotie dit bij je teweeg brengt. Dit logboek neem je mee naar de les.

3.3 Biologische interventies – Kruiden en voedingssupplementen

Kruidenmiddelen kunnen worden gebruikt als zelfzorg en vormen zo een onderdeel van de leefstijl van de zorgvrager. Ze worden ingezet voor het behoud van gezondheid en welbevinden. Daarnaast kunnen kruidenmiddelen worden voorgeschreven door een professionele behandelaar die hierin is gespecialiseerd. Ze worden dan ingezet bij serieuze gezondheidsklachten en ziekten.

Bij het gebruik van kruidenmiddelen geldt echter **NIET**:

‘Baat het niet, dan schaadt het niet’.

Hoewel de meeste kruiden een milde werking hebben, is het een misvatting te veronderstellen dat alle kruidenmiddelen veilig zijn.



Opdrachten

3.3.1 Begeleide Onderwijstijd

1. Bekijk klassikaal onderstaande linken over de risico's van het gebruik van voedingssupplementen en kruidenpreparaten.
 - a. <https://www.nvwa.nl/onderwerpen/voedingssupplementen-en-kruidenpreparaten/risico-s-gelijktijdig-gebruik-van-kruidenpreparaten-met-geneesmiddelen>
 - b. <https://www.nvwa.nl/onderwerpen/voedingssupplementen-en-kruidenpreparaten/risico-s-voedingssupplementen>

2. Voor deze les nemen jullie onderstaande kruidenmiddelen mee:
 - Knoflook
 - Rozemarijn
 - Oregano
 - Gember
 - Kruidnagel
 - Kaneel



In subgroepen van 6 personen gaan jullie deze kruidenmiddelen ruiken en proeven. Per kruidenmiddel geven jullie aan waar het mogelijk tegen zou kunnen helpen.

3. Maak individueel een overzicht van 5 voedingssupplementen die door jezelf of mensen in je omgeving (familie, vrienden, zorgvragers) worden gebruikt. Beschrijf de werking van het voedingssupplement en de contra-indicaties.

3.3.2 Opdrachten BPV

4. Inventariseer in je eigen BPV of er aandacht wordt besteed aan het gebruik van voedingssupplementen door zorgvragers. De volgende aandachtspunten neem je hierin mee:
 - Gebruikt de zorgvrager voedingssupplementen in zijn zelfzorg, welke zijn dit en waarom gebruikt de zorgvrager deze?
 - Gebruikt de zorgvrager deze voedingssupplementen op voorschrift van een professionele behandelaar of op basis van eigen keuze (apotheek, drogist)?
 - Is de zorgvrager op de hoogte van mogelijke wisselwerking met geneesmiddelen en contra-indicaties?

Bespreek deze aandachtspunten samen met je werkbegeleider en de zorgvrager. De conclusies van dit gesprek verwerk je in een kort verslag. Beschrijf hierin ook de mogelijke adviezen die je aan de zorgvrager hebt gegeven.

3.3.3 Opdrachten eigen studie

5. Zoals eerder besproken kunnen kruidenmiddelen een negatief effect hebben op de gezondheid door de bij- en nevenwerkingen en de interactie met geneesmiddelen. Onderstaande tabel bevat 10 milde kruiden waarvan de werking die te gebruiken zijn voor vele verpleegkundige diagnoses. (Bron: 'Inleiding complementaire zorg', 2017)
Beschrijf per kruidenmiddel:
 - Het effect
 - De toepassing
 - Contra-indicaties (wanneer niet te gebruiken)
 - Bijwerkingen

Als voorbeeld is 1 kruidenmiddel volledig uitgewerkt.

Tabel zinvolle kruiden voor de verpleegsituatie: <http://kn.nu/ww.5991502>

3.4 Mind-body interventies – Muziektherapie

‘Mevrouw Wijngaard is een lange, magere, diep dementerende vrouw die in haar eigen wereld leeft. Vaak zit ze te slapen of zit helemaal voorovergebogen. Door haar afasie is het moeilijk om een echt gesprek met haar te voeren. Haar taal klinkt als een fantasietaal, waartussen af en toe iets klinkt dat te begrijpen is. Contact maken is lastig.

Vroeger was mevrouw Wijngaard een levenslustige extraverte vrouw: ze zong, speelde toneel en danste. Ondanks een moeilijke jeugd kon zij enorm van het leven genieten, had volop de mogelijkheden om zich creatief te uiten. Door haar dementie wordt dit steeds lastiger en komt ook verdriet naar boven.

Muziek blijft het middel om tot haar door te dringen: van levende muziek kan ze genieten, ze gaat rechtop zitten, kijkt de mensen in haar omgeving aan en lacht. Als er een heel oud liedje van vroeger wordt gezongen zingt ze de woorden mee. Als er gezongen wordt gaat ze makkelijker staan, accepteert lichamenlijk contact en kan er soms zelfs nog een gesprek plaatsvinden.’

Bovenstaande casus is een voorbeeld van het effect dat muziektherapie kan hebben bij zorgvragers. Op basis van eigen ervaringen weet eigenlijk iedereen wel dat muziek effect heeft op: emoties, op de stemming en op het fysieke lichaam.

Opdrachten

3.4.1 Begeleide Onderwijstijd

1. Bekijk en bespreek klassikaal het fragment van de documentaire ‘Alive inside’ via onderstaande link:

Trailer Alive Inside: <https://www.youtube.com/watch?v=laB5Egej0TQ>

Henry Alive Inside: <https://www.youtube.com/watch?v=UIWBmUUutLO>

Vragen die klassikaal besproken worden:

- Welke effecten van muziektherapie zie je bij de zorgvragers in de trailer?
 - Kan muziektherapie enkel worden toegepast bij zorgvragers met dementie?
 - Wie zou je kunnen betrekken bij de toepassing van muziektherapie (denk aan verschillende disciplines, mantelzorg, vrijwilligers ed)
2. Klassikale PowerPoint Muziektherapie door docent, waarin de achtergronden en toepassingen van muziektherapie worden toegelicht.
PowerPoint Muziektherapie: <http://kn.nu/ww.306ab08>



3.5 Mind-body interventies – Ontspanningsoefeningen

Een toestand van ontspanning kenmerkt zich door de afwezigheid van (te) hoge spierspanning en gevoelens van angst en spanning. Met ontspanningsoefeningen kan deze toestand bereikt worden.

Sommige ontspanningsoefeningen hebben vooral een fysiek accent, andere meer een psychisch/cognitief accent. Bij ontspanningsoefeningen speelt de ademhaling een belangrijke rol.



Ontspanningsoefeningen worden toegepast in uiteenlopende stressvolle situaties en blijken effectief te zijn in het verminderen van spanningsklachten. Een korte oefening van 5 tot 20 minuten kan al effectief zijn.

Het toepassen van ontspanningsoefeningen is effectief bij het verminderen van symptomen bij patiënten in de palliatieve fase, onder meer van misselijkheid en braken (als gevolg van chemotherapie) en van slaapproblemen. Bij gebrek aan energie en vermoeidheidsklachten zijn ontspanningsoefeningen eveneens behulpzaam. Daarnaast wordt ook een gunstig effect gezien bij pijn.

Opdrachten

3.5.1 Begeleide Onderwijstijd

1. Ervaringsoefening – bekijk samen met je docent dit instructiefilmpje en bespreek kort het effect hiervan.

Instructiefilmpje ademhaling: <https://www.youtube.com/watch?v=RgwryyCrdOs>

2. Langdurige stress en spanning kunnen een versturende invloed hebben op een gezond evenwicht. De ademhaling wordt oppervlakkiger, de spieren worden gespannen en onze gedachten gaan malen en worden negatiever. Vanuit deze gedachten kunnen er drie soorten ontspanningsoefeningen worden onderscheiden:
 - a. ontspanning via ademhalingsoefeningen
 - b. ontspanning via fysieke activiteit
 - c. ontspanning via cognitieve activiteit



In 3 subgroepen gaan jullie elk één van de bovenstaande ontspanningsoefeningen uitwerken en demonstreren aan de klas.

Jullie uitwerking bevat:

- a. de werkwijze en het effect van de ontspanningsoefening
- b. (contra) indicaties

- c. demonstratie van de oefening (mogelijk met instructievideo)
De docent zal (indien nodig) tips en aanwijzingen geven bij de uitvoering van de ontspanningsoefening.

Voor deze opdracht kun je gebruik maken van de volgende websites:

- Richtlijnen oncologische zorg
https://www.oncoline.nl/index.php?pagina=/richtlijn/item/pagina.php&id=32377&richtlijn_id=760
- Ontspannings- en visualisatieoefeningen
<https://www.kanker.nl/bibliotheek/complementaire-zorg/verschillende-vormen/6658-ontspannings-en-visualisatieoefeningen>
- Instructiefilmpjes
www.youtube.nl
- Stoelyoga ouderen
<https://www.youtube.com/watch?v=tLJ2VddKulM>

3.5.2 Opdrachten eigen studie

3. Er zijn verschillende soorten ontspanningsoefeningen aan bod gekomen. Niet iedereen is visueel ingesteld, waardoor het soms beter is dan te kiezen voor een ademhalingsoefening of fysieke oefening.
Oefen elk van de drie ontspanningsoefeningen die zijn besproken en beoordeel welk soort ontspanningsoefening voor jou het beste effect heeft. Je keuze vul je digitaal in bij de poll die de docent heeft klaargezet op Mentimeter (of de volgende les klassikaal uitvoert).



4. Examinering keuzedeel Complementaire Zorg

In dit onderwijsprogramma hebben jullie kennis en vaardigheden ontwikkeld om dit keuzedeel Complementaire zorg in je BPV te gaan examineren. In de verschillende opdrachten hebben jullie in de BPV al complementaire zorginterventies uitgevoerd.

Voor dit keuzedeel wordt gebruik gemaakt van het examen K0507 Complementaire zorg van Consortium. In de bijlage staat tevens een toelichting voor de afname van dit examen in je BPV.

Uitvoering van twee examenopdrachten:

Opdracht 1:

Onderzoek de mogelijkheden voor complementaire zorg. Denk hierbij aan indicaties, contra-indicaties voor complementaire zorg, bevoegdheden en wettelijke kaders, beleid van de organisatie.

Kies in overleg met de zorgvrager een passende complementaire interventie, voer deze uit en evalueer de geboden interventie.

Opdracht 2:

Schrijf een verantwoordingsverslag waarin je de keuzes die je samen met de zorgvrager hebt gemaakt, motiveert.

Beschrijf hiervoor kort:

- de situatie, waarbinnen je de begeleiding hebt geboden
- jouw rol en taak in deze situatie
- de acties die je hebt uitgevoerd
- de resultaten die je uit (theoretisch) onderzoek dat je gedaan hebt
- de afwegingen die je hebt gemaakt op basis van je onderzoek
- een onderbouwing van je keuzes, ook vanuit je eigen visie en eerdere ervaringen

Maak voor dit verslag gebruik van de STRAK-methodiek. De beoordeling van het verantwoordingsverslag zal binnenschools plaatsvinden door een docent examinerator.

Bewijsstukken voor de examinering:

- Volledig ingevuld en ondertekend beoordelingsformulier (examinator BPV)
- Verantwoordingsverslag



Bijlage I Toelichting examen K0507 Complementaire zorg



Stichting Consortium Beroepsonderwijs
Zorg & Welzijn

Keuzedeel Complementaire zorg

<i>Toelichting examen K0507 Complementaire zorg</i>
<p>Kerntaak: D1-K1: Verleent complementaire zorg</p> <p>Werkproces(sen):</p> <ul style="list-style-type: none">• D1-K1-W1: Verzamelt gegevens over indicaties en contra-indicaties m.b.t. complementaire zorg en communiceert met zorgvrager over de behoeften en mogelijkheden m.b.t. complementaire zorg• D1-K1-W2: Voert complementaire zorginterventies uit en evalueert de complementaire zorginterventies <p>Opmerking: In het keuzedeeldossier zijn geen kerntaak en werkprocessen geformuleerd. Dit hebben de constructeurs gedaan op basis van de inhoud van het dossier.</p>
<i>Zelfstandigheid, complexiteit en verantwoordelijkheid</i>
<p>De examenkandidaat:</p> <ul style="list-style-type: none">• voert haar werkzaamheden zelfstandig uit en stemt af met betrokkenen bij de zorgverlening• kan in acute of meer complexe situaties terugvallen op collega's of leidinggevende• is verantwoordelijk voor het bekwaam uitvoeren van complementaire zorginterventies• voert haar werkzaamheden uit in overleg met haar leidinggevende• kent de grenzen van haar deskundigheid en stemt af met en consulteert wanneer nodig de leidinggevende, (multidisciplinair) team en/of collega's.
<i>Afnamecondities</i>
<p>Om dit examen goed te kunnen uitvoeren is het een voorwaarde dat:</p> <ul style="list-style-type: none">• de kandidaat werkt in een setting waarin de mogelijkheid is om een complementaire interventie uit te voeren• de kandidaat tijd en ruimte krijgt om de interventie te plannen, uit te voeren en te evalueren• er casuïstiek beschikbaar is als het examen in een simulatiesetting plaatsvindt.
<i>Tips voor de uitvoering</i>
<ul style="list-style-type: none">• In het ontwikkelgerichte deel van dit keuzedeel heeft de student zich verdiept in de mogelijkheden die er zijn binnen de complementaire zorg, wat zij daarvan kan en mag uitvoeren en het verschil met alternatieve geneeskunde. Voor een deel is het de bewustwording dat bijvoorbeeld een handmassage of snoezelen ook onder complementaire zorg valt en dat daardoor het examen in elke setting kan worden uitgevoerd.

- In de beroepspraktijk is het examineren van dit keuzedeel te combineren met de examinering van één of meerdere werkprocessen uit het reguliere kwalificatiedossier. Het examen is een steekproef dus in het examen toont de kandidaat aan één (of twee) passende complementaire interventie(s) uit te kunnen voeren. Geadviseerd wordt wel om in het ontwikkelgerichte deel van de opleiding de student kennis te laten maken met een grote verscheidenheid aan complementaire interventies.
- Denk bij complementaire interventies aan:
 - Handmassage
 - Snoezelen
 - Geurkaarsen
 - Etherische oliën
 - Rustgevende muziek
 - Ontspanningsoefeningen
 - Ademhalingsoefeningen
 - Kruiden
- Het advies is om dit examen maximaal 1 dagdeel te laten duren.
- Het advies is om voor dit examen één cliënt te kiezen.

Aandachtspunten voor de examinerator

- In dit examen gaat het om eenvoudige interventies. Iedere examinerator kan dat beoordelen. Er is geen specifieke deskundigheid voor nodig.

Opmerkingen

- Daar waar zij staat, wordt ook hij bedoeld en omgekeerd.
- Waar cliënt staat, kan ook worden gelezen: zorgvrager, patiënt, kind, bewoner, deelnemer.
- Als de examinerator die het verantwoordingsverslag beoordeelt een ander is dan de examinerator die de gedragsobservatie heeft gedaan is het aan te raden om het verantwoordingsverslag in de beroepspraktijk op authenticiteit, validiteit en actualiteit te laten beoordelen. Daarvoor kan gebruik gemaakt worden van het formulier *Authenticiteitsverklaring verantwoordingsverslag* uit het servicedocument.

Bijlage II Overzicht studieactiviteiten en studielast 240 SBU

Code	Leeractiviteit	Resultaat	SBU BOT-BPV- Eigen studie	Beoordelaar
1.	Keuzedeel complementaire zorg			
1.2	Uitleg keuzedeel/ kwalificatiedossier	Student heeft toegang tot keuzedeel en examinering	2	
1.3	Opstart gedicht	Plenair ervaringen delen	1	
1.4	Positieve gezondheid			
1.4.1	Uitvoeren kennisopdracht	Uitwerking verdiepingvragen	2	Docent
1.4.2	Videofragment	Plenaire bespreking	1	
1.4.3	Verdieping Tangram	Eigen Tangram	1	Docent
1.4.4	Collage maken	Voorblad collage portfolio	2	Docent
2.	Verdiepen in de complementaire zorg			
2.1	Kenmerken en inzet van complementaire			
2.1.1.1	Uitvoeren kennisopdracht	Uitwerking verdiepingvragen	2	Docent
2.1.1.2	PPT plenaire bespreking	Kennis PPT wordt verwerkt in verslag	1	
2.1.2.3	Uitvoeren onderzoeksopdracht	Verslag 2.1.3.5	10	
2.1.3.4	Verdieping Tangram	Eigen Tangram	1	Docent
2.1.3.5	Verslag	Verslag volgens criteria feedbackformulier	5	Docent
2.2	Complementaire zorginterventies			
2.2.1.1	Documentaire	Uitwerking verdiepingvragen	2	Docent
2.2.1.2	Uitvoeren onderzoeksopdracht	Presentatie subgroepen	4	Docent
2.2.1.3	Presentatie onderzoeksopdracht	Presentatie subgroepen	2	Docent en peerassessor student
2.2.2.4	Uitvoeren onderzoeksopdracht (BPV)	Observatie uitvoering zorginterventies	8	Docent

3. Toepassen van complementaire zorginterventies				
3.1.1.1	PPT plenaire bespreking		1	
3.1.1.2	Workshop massage	Uitvoering hand- en voetmassage	2	Docent
3.1.1.3	PPT plenaire bespreking		1	
3.1.1.4	Workshop koude buik wassing	Uitvoering koude buikwassing	1	Docent
3.1.2.5	Uitvoeren zorginterventie	Evaluatie zorginterventie volgens STRAK-methodiek	10	Werkbegeleider BPV
3.2.1.1	PPT plenaire bespreking		1	
3.2.1.2	Geuranamnese	Ingevulde en geëvalueerde geuranamnese	1	Docent
3.2.1.3	Uitvoeren onderzoeksopdracht (BPV)	Uitwerking 8 etherische oliën	2	Docent
3.2.2.4		Creatief overzicht etherische oliën		Werkbegeleider BPV
3.2.2.5	Uitvoering onderzoeksopdracht (BPV)	Evaluatie zorginterventie	8	Werkbegeleider BPV
3.2.3.6	Inhalator maken	Eigen inhalator	2	
3.2.3.7	Evaluatie gebruik inhalator	Ingevuld logboek	8	Docent
3.3.1.2	Uitvoeren onderzoeksopdracht	Ingevulde kruidenanamnese	1	Docent
3.3.1.3	Uitvoeren onderzoeksopdracht	Overzicht voedingssupplementen	1	Docent
3.3.2.4	Verslag onderzoeksopdracht	Verslag evaluatie	3	Werkbegeleider BPV
3.3.3.5	Uitvoeren kennisopdracht	Ingevuld overzicht kruidenmiddelen	2	Docent
3.4.1.1	Video plenaire bespreking	Plenair ervaringen en kennis delen	2	
3.4.1.2	PPT plenaire bespreking		1	
3.4.1.3	Ervaringsopdracht	Evaluatie ervaringsopdracht	2	Docent
3.4.2.4	Uitvoeren onderzoeksopdracht	Evaluatie en rapportage zorginterventie	8	Werkbegeleider/ EVV'er BPV
3.5.1.1	Ervaringsoefening		1	
3.5.1.2	Uitvoeren kennis- en onderzoeksopdracht	Presentatie/ demonstratie zorginterventie	4	Docent en peerassessor student
3.5.2.3	Uitvoeren zorginterventie	Evaluatie zorginterventie en ingevulde poll	2	

4.	Examen	Totaal examen: 10 SBU		
4.1	Uitvoeren onderzoeksopdracht	Evaluatie zorginterventie	4	Werkbegeleider
4.2	Verantwoordingsverslag	Verslag volgens de STRAK-methodiek	6	Examinator BPV