

'Zet de mens centraal, dan bereik je meer'

Revalideren is méér dan werken aan functieherstel. Natuurlijk moeten dagelijkse handelingen worden aangeleerd, zoals de persoonlijke verzorging en rolstoelrijden. Tegelijk zou er veel meer aandacht moeten zijn voor de mens achter de revalidant. 'Niet het programma moet centraal staan, maar de persoon met zijn vragen en leerdoelen', zegt

Annette van Kuijk. DOOR CARINE HARTING

Annette van Kuijk is revalidatiearts, voorzitter van de vereniging van revalidatieartsen VRA en medisch directeur van revalidatiecentrum Tolbrug in Den Bosch. Na een pilot van een jaar gooiden ze daar in maart 2020 het roer om. Niet langer volgen behandelaren en revalidanten in de kliniek een standaard programma, met halve uurtjes therapie volgens een strakke planning. Nee, alles is anders. Planningvrij werken, oefenen in groepsverband, leren met én van elkaar. In 2021 ging ook de polikliniek over op de nieuwe manier van werken, die is gebaseerd op het programma Revalideren is Leren van Rehab Academy*.

Gevulde supermarkt

Annette van Kuijk: 'Ik vergelijk een revalidatiecentrum wel eens met een goed gevulde supermarkt. Volop aanbod en keuze, prachtig! Tegelijkertijd geldt: staat jouw product er niet tussen? Dan heb je pech. Onze oude manier van werken was aanbodgestuurd. We stonden onvoldoende stil bij wat de revalidant zelf nodig vond om straks weer zo goed mogelijk te functioneren. En hoe we dan onze kennis en expertise zo goed mogelijk konden inzetten bij die revalidant. Onze nieuwe manier van werken is juist vraaggestuurd. De essentie is simpel: we sluiten aan bij wat iemand nodig heeft en belangrijk vindt. Gecoacht door betaalde ervaringsdeskundigen bepalen revalidanten nu echt zelf hun behandeldoelen en met het team zoeken ze naar

'Ik wilde nog wat doen voor mijn colleges, maar dat werd me afgeraden'

de beste manier om die te behalen. We kijken daarbij ook naar hoe iemand leert. Gaat dat beter in groepsverband of individueel? Moet je iemand uitdagen, prikkelen, of juist afremmen? We werken niet langer met een volgeplande agenda. Er is ruimte voor de revalidant om zelf een afspraak te maken bij een ergotherapeut of psycholoog, niet andersom. Zo stimuleren we het leer- en herstelproces op basis van wat de revalidant wil bereiken.'

Principes die aanspreken

De aanpak wekt veel interesse bij andere revalidatiecentra, merkt Van Kuijk. 'Er wordt over gesproken door artsen, verpleegkundigen en therapeuten. Van en met elkaar leren zijn principes die aanspreken; die je raken als behandelaar. Daar willen ze graag mee aan de slag. Ik verwacht niet dat onze

werkwijze als standaard wordt ingevoerd, maar onderdelen en uitgangspunten ervan wel. Zoals planningvrij werken of de grotere inzet van betaalde ervaringsdeskundigen. Een aantal revalidatiecentra doet ook al onderzoek naar de mogelijkheden. Het vraagt wel om een andere houding van de behandelaars. Zij moeten af van de ik-weet-wel-wat-goed-voor-u-is-aanpak en aansluiten bij de ervaringen en wensen van de revalidant.'

Geen ruimte

'In een revalidatiecentrum zoals De Hoogstraat word je geleefd', zegt student Tycho Glastra van Loon (25). Hij revalideerde van maart tot en met juni in Utrecht na een snowboardongeluk in Oostenrijk waarbij hij een dwarslaesie T3 opliep. 'Strak rooster met veel therapie, best moeilijk om vol te houden. Daarbij bleef er geen ruimte over voor mijn

'Ik hoopte vooral op herstel'

Tycho Glastra van Loon (25) heeft de afgrond naast de snowboardroute in de Oostenrijkse bergen nooit gezien. Ineens was daar die val van vijftien meter, die eindigde op de rotsen. Tycho vertelt: 'Ik weet weinig meer van die dag. Ik was na het ongeluk wel aanspreekbaar en ben met een reddingshelikopter naar het ziekenhuis gebracht, maar ik heb er geen herinneringen aan. In het ziekenhuis vertelden mijn vader en broer later dat ik een dwarslaesie T3 heb. Het duurde even voordat die realiteit tot me doordrong. De eerste dagen had ik vooral hoop op herstel: nu kan ik mijn benen niet bewegen, maar dat komt over een week wel weer goed. Niet dus. Ondanks de dwarslaesie overheerste vooral een blij en opgelucht gevoel. Ik had het overleefd! Verder zou ik wel zien.'

'Sinds het ontslag uit De Hoogstraat woon ik weer samen met mijn vriendin in mijn studentenkamer in Utrecht. Het is fijn om thuis te zijn en mijn eigen ding te doen. Tegelijk is het ook moeilijker dan in De Hoogstraat, omdat ik toch een beroep doe op mijn vriendin. Ze helpt me graag, maar ik wil niet dat zij mijn verzorger is. Ik houd de relatie graag zoals die was voor het ongeluk. Ik ben de draad van het leven aan het oppakken. Zo sport ik weer: rolstoelhockey op mijn eigen hockeyclub! Deze maand pak ik mijn studie ook weer op. Ik doe de lerarenopleiding wiskunde en moet nog twee jaar. Lesgeven op een middelbare school lukt prima in een rolstoel, het moet geen probleem zijn om werk te vinden op een rolstoeltogankelijke school. Ik zie dus geen belemmeringen. Die droom maak ik waar.'

eigen wensen. Ik wilde nog wat doen voor mijn colleges, maar dat werd me afgeraden. Het zou te zwaar zijn om op twee trajecten te focussen. Dat vond ik jammer. Ik had namelijk het gevoel dat het me zou afleiden van de situatie waarin ik terecht was gekomen. Uiteindelijk gaf ik het op, maar het zat mijn revalidatie wel in de weg. Ik wilde graag zo snel mogelijk zelfstandig kunnen opstaan, dus uit bed komen, wassen, aankleden en ook laxeren. Dit

*Zie het artikel 'Ruil die zorgbril in voor een leerbril' in het juninummer van Dwarslaesie Magazine. Het is te vinden via <https://www.dwarslaesie.nl/uploads/zorgbril.pdf>.