

**IN HET
KORT**

Complementaire en alternatieve geneeskunde (CAM) en integrative medicine (IM) worden gebruikt om een bepaalde gezondheidszorgbenadering aan te geven, waarvan de herkomst buiten de reguliere geneeskunde ligt. Ze zijn moeilijk te definiëren en kunnen een verschillende betekenis hebben voor verschillende mensen. Integrative medicine combineert reguliere behandelwijzen en evidence based CAM technieken, waarbij veiligheid en effectiviteit voorop staat. In dit artikel wordt hierop ingegaan, waarbij de alternatieve geneeskunde buiten beschouwing zal worden gelaten vanwege de uitgebreidheid van het onderwerp.

medische faculteiten of officieel erkende paramedische faculteiten worden gedoceerd (van Dijk, 2003).

Complementaire zorg betekent letterlijk aanvullende zorg. Deze zorg komt dus niet in de plaats van de gangbare zorg, maar vormt daarop een aanvulling; het wordt samen gebruikt met reguliere behandelwijzen. Een belangrijke inspiratiebron die heeft bijgedragen aan de ontwikkeling van complementaire zorg zijn de natuurgeneeswijzen, maar ook de veranderde zelfzorg van mensen. Andere invloeden zijn het energetisch denken vanuit de oosterse geneeswijzen, de

IM is een innovatieve visie op gezondheid en zorg die al jaren wordt toegepast door topinstituten als Harvard en Yale

mind-bodybeweging en de ontwikkeling van *integrative medicine* (IM). Daarnaast spelen ontwikkelingen in de gezondheidszorg en het zorgberoep een rol, die zich als doel stellen 'het welbevinden van de zorgvrager/patiënt te vergroten'. Uitgangspunt is het eerder genoemd holistisch mensbeeld.

De voorkeur wordt echter gegeven aan de term *integrative medicine* (IM). IM combineert reguliere behandelwijzen en *evidence based* CAM-technieken, waarbij veiligheid en effectiviteit voorop staat (Consortium academic health centers for integrative medicine). IM is een innovatieve visie op gezondheid en zorg die in Amerika al jaren wordt toegepast door topinstituten als Harvard en Yale. In Nederland is deze zorgvisie nog relatief onbekend.

Waar houdt IM zich mee bezig?

Complementaire interventies gebruiken stoffen uit de natuur en/of gaan uit van het energetisch principe. Deze niet-reguliere zorgbenaderingen kunnen worden beschouwd als onderdeel van de integratieve gezondheidszorg. Als verpleegkundige/zorgprofessional krijgen we regelmatig met IM te maken (NCCAM, 2011). Bij de behandeling van kanker kunnen IM-programma's een bijdrage leveren aan het verminderen van bijwerkingen of het managen van symptomen, zoals bijvoorbeeld acupunctuur bij pijnklachten of mind/body medicine en mindfulness bij aanhoudend gevoel van angst, somberheid of piekeren. In *tabel 1* (zie pagina 34) staat een overzicht van de verschillende mogelijkheden.

Complementair verpleegkundige

In het verpleegkundige beroep is de term 'complementaire zorg' in 1996 in Nederland geïntroduceerd door Astrid Noorden, die onderzoek deed naar het toepassen van deze zorgvormen door Nederlandse verpleegkundigen. Zij formuleerde een definitie van het begrip 'complementaire zorginterventie'. Deze definitie wordt in Nederland veel gebruikt om het begrip 'complementaire zorg' helder te krijgen. Verpleegkundige interventies zijn interventies die voortkomen uit de complementaire geneeswijzen, die bij voorkeur worden toegepast vanuit de natuurgeneeswijzen om het zelfhelend vermogen van de patiënt te ondersteunen, stimuleren of activeren en waarbij de zorg de mentale, emotionele, lichamelijke, spirituele en sociale behoeften omvat, zodat de patiënt een staat van welbevinden kan (her)winnen (Noorden, 1996; Visser e.a., 2004). De kwaliteit van de aanwezigheid en aandacht van de zorgverlener spelen een belangrijke rol in de toegepaste interventies.