

‘Ik wil het zorgpersoneel wakker schudden’



Interieurstylist
 Margriet Verhulst en
 Sven Vermaas van
 Deron Slaapcomfort.

Voor bewoners van een zorginstelling of herstellende patiënten in een ziekenhuis is een goede nachtrust van vitaal belang. Veel zorgprofessionals zijn hier echter niet genoeg mee bezig, zegt interieurstylist Margriet Verhulst. Haar nieuwe slaapconcept moet daar verandering in brengen.

Tekst en fotografie Dennis van Asselt

Een onderzoek van omgevingspsycholoog Fiona de Vos in het Groninger Martini Ziekenhuis liet in 2009 al zien dat patiënten een goede nachtrust het belangrijkste vinden (18 procent), meer dan eten (17 procent) en bereikbaarheid en oriëntatie (14 procent). Toch worden slaapproblemen in de zorg zwaar onderschat, vindt interieurstylist Margriet Verhulst. “Misschien is er bij het personeel sprake van beroepsblindheid. Ik wil hen wakker schudden in het belang van de patiënt.” Een persoonlijke ervaring maakte Verhulst bewust van de noodzaak voor een oplossing. “Mijn vader, die 80 is, moest vorig jaar een hartoperatie ondergaan. Meteen daarna kreeg hij twee klaplongen. Als hij de nacht maar haalt, dachten we. Vooral op de intensive care is dat heel belangrijk. Het ging niet goed, want hij had last had van geluid op de gang. We maakten ons grote zorgen die eerste nacht. Daarna werd hij gelukkig in een andere kamer gelegd waarna het veel beter met hem ging.” Om het probleem van slaapproblemen in de zorg aan te pakken, wil Verhulst ziekenhuizen en zorginstellingen gaan screenen op de kwaliteit van de nachtrust. Voor haar interieuradviezen maakt Verhulst gebruik van Feng Shui, de eeuwenoude Chinese filosofie die de harmonie van de

Margriet Verhulst: ik kijk vooral naar de weerslag van de uiterlijke omgeving op de beleving van mensen.

Het matras

Volgens accountmanager Sven Vermaas van Deron Slaapcomfort is de samenwerking met Margriet Verhulst een logische stap: "Haar screening sluit perfect aan bij onze kennis en producten. Samen maken we het concept compleet." Vermaas ziet vaak dat ziekenhuizen en zorginstellingen fouten maken bij de keuze voor matrassen. "Meestal worden belangrijke productwaardes, zoals densiteit, treksterkte en ventilatie niet of slecht meegenomen bij de evaluatie en uiteindelijke beslissing tot aanschaf van zorgmatrassen. Er zijn verschillende matrassen voor verschillende klachtvormingen. Mensen met obesitas hebben bijvoorbeeld een matras nodig met heel andere eigenschappen dan mensen met bijvoorbeeld reumatische klachten. Een meerderheid van de patiënten kan volstaan met een goed drukverlagend basismatras. In de loop der jaren zijn zorgmatrassen veel beter geworden in kwaliteit en functionaliteit. Helaas is dit bij ziekenhuizen, revalidatiecentra en verzorgingshuizen niet altijd bekend. Wij leveren bijvoorbeeld matrassen met een traagschuimlaag die niet met olie is geïmpregneerd. Matrassen ventileren hierdoor beter en zijn veel minder temperatuurgevoelig, extreem duurzaam en hygiënischer."



mensen en zijn omgeving bestudeert. Die kennis wil ze nu ook gebruiken voor haar screenings van het slaapconcept. "Feng Shui heeft vele aspecten. Ik kijk vooral naar de weerslag van de uiterlijke omgeving op de beleving van mensen, maar ook naar comfort."

"Tijdens een screening bezoek ik een afdeling waar zich een probleem voordoet en kijk ik in zijn algemeenheid naar verbetermogelijkheden", legt Verhulst uit. "Er zijn veel factoren die slaapverstoring kunnen werken. Personeel dat met het verkeerde schoeisel op de gang loopt en hard praat. Lichten die onnodig aan zijn, krakende en piepende deuren of een vaatwasmachine die ergens staat te zoemen. Maar de slaap wordt ook beïnvloed door de ervaringen overdag. Als een patiënt niet goed in zijn vel zit of last heeft van stress, werkt dat door in de nacht. Dat heeft weer een weerslag op het humeur." Ook de inrichting van de kamer heeft invloed op het slaappatroon. "Gebrek aan uitzicht en daglicht kan leiden tot depressie en angst. Bovendien beïnvloedt te veel daglicht de biologische

klok. Daarnaast heeft de kleurstelling van de kamer een reflectie op de huidstint van de patiënt. Met de goede kleurstelling krijgt het gezicht letterlijk wat meer kleur. Dit is ook prettig voor familie en andere bezoekers. Verder kunnen geuroliën de ademhaling verdiepen. Hierdoor gaat de bloeddruk omlaag en slaapt de patiënt beter."


Een belangrijk ingrediënt voor een goede nachtrust is natuurlijk het matras. Voor dat deel van de screening heeft Verhulst contact gezocht met Deron Slaapcomfort, een internationale groothandel die zich bezighoudt met onder meer de ontwikkeling van hoogwaardige matrassen voor de zorgsector (zie kader). "Zij leveren grootschalig aan zorginstellingen. Als ik tijdens een bezoek problemen tegenkom met de matrassen, komt Deron langs om zelf te screenen en adviezen te geven. Andersom schakelen ze mij in als dat nodig is."

Zelfgenezend vermogen

De screening van Verhulst heeft verschillende doelen. "Het is belangrijk om patiënten zo lang mogelijk in de remslaap te houden door verstoringen van omgevings- en geluidsfactoren weg te nemen en de patiënt zoveel mogelijk ligcomfort te bieden. Tijdens de remslaap maakt het lichaam melatonine aan, waardoor het zelfgenezend vermogen toeneemt. Dan zullen ze wellicht niet zo snel om pijnstillers of slaaptabletten vragen, die weer een negatief effect hebben op het slaappatroon. Patiënten krijgen meer rust, herstellen beter en sneller, wat niet alleen het personeel ontlast maar ook scheelt in de kosten. Bovendien komen er sneller weer bedden beschikbaar. Meer inkomsten voor het ziekenhuis dus." Margriet Verhulst heeft haar slaapcon-

Goede nachtrust

Een belangrijk ingrediënt voor een goede nachtrust is natuurlijk het matras. Voor dat deel van de screening heeft interieurstylist Margriet Verhulst contact gezocht met Deron Slaapcomfort, een internationale groothandel die zich bezighoudt met onder meer de ontwikkeling van hoogwaardige matrassen voor de zorgsector.

cept nog maar pas geïntroduceerd en via een forum op LinkedIn krijgt ze al veel positieve reacties. “Zorgmedewerkers kunnen mij op deze manier benaderen en aangeven waar de problemen liggen. Ik hoor van ze dat er weinig aandacht voor slaapcomfort is binnen de instellingen waar zij werken en dat ze enthousiast zijn over mijn ideeën. Het personeel steunt me, maar directies overtuigen is een kwestie van een goede afstemming vinden en de problemen in kaart brengen. Ik kan vrijblijvend langskomen om te zien waar de problemen zich voordoen en met een voorstel komen dat specifiek op die locatie gericht is.”

Aandachtspunten voor een goede nachtrust

Overdag:

- Kleurstelling in de kamer
- Verlichting
- Voldoende daglicht en uitzicht

's Nachts:

- Gordijnen die voldoende verduisteren
- Geurolie voor diepere ademhaling en lagere bloeddruk
- Licht en geluid op de gangen (schoeisel, stemvolume)
- Kwaliteit van het matras
- Omgevingsfactoren

Meer informatie:

www.dayc.nl

Bel ons voor
 een demonstratie!
 035 543 07 38



A PRODUCT FROM HME WIRELESS

Patiënten oproepsysteem Gastvrijheid tijdens het wachten!

- Wachtbeleving wordt positief, de gast kan zich na het melden aan de balie vrij bewegen door het ziekenhuis, of buiten.
- De arts bepaalt in welke volgorde de patiënten mogen komen.
- Geen wachtrijen, onnodige stress en ergernis meer tijdens het wachten.
- Een duidelijk signaal dat voor slechtziende of slechthorende patiënten niet kan worden gemist.

Ontdek de voordelen
 voor uw bedrijf en
 bel ons vandaag nog!
 035 543 07 38

