

Muziektherapie: kinderen hebben er baat bij

De behandeling van kinderen met kanker vraagt niet alleen om de beste medische zorg, maar ook om gespecialiseerde psychosociale zorg. Wanneer een kind de diagnose kanker krijgt, moet het leren omgaan met een extreem stressvolle situatie. Dit kan gepaard gaan met onzekerheid, controleverlies, bedreiging van het zelfbeeld, apathie, verbittering, verwarring, onmacht, verdriet en woede. Voor het verwerkingsproces tijdens of na een ernstige ziekte is het erg belangrijk dat een kind zijn angsten, ervaringen en gedachten kan uiten. Dit kan op verbale wijze, maar ook via creatieve middelen zoals muziek.

Muziektherapie, dat valt onder de zogenaamde vaktherapie, is een behandelvorm waarbij muziek wordt ingezet om mensen te helpen met problemen op sociaal, emotioneel, lichamelijk, cognitief of gedragsmatig gebied. De muziek is hierbij dus niet het doel maar het middel. Het bijzondere aan muziektherapie is dat het een therapievorm is die zelfs in de allerlaatste fase van het ziekte- en stervensproces kan worden ingezet. Binnen muziektherapie wordt actief en receptief gewerkt. Bij actieve muziektherapie wordt zelf muziek gemaakt met instrumenten als een drumstel, een piano, een xylofoon, gitaren, kleine ritme-instrumenten en djembés. Daarnaast kan ook de stem worden gebruikt. Receptief werken betekent dat er naar muziek geluisterd wordt.

OVERAL INZETBAAR

Soms is het lastig gevoelens onder woorden te brengen. In de muziek kunnen gevoelens worden beleefd en verklankt. Muziek is een communicatiemiddel. Daarom is het zo geschikt voor het delen van ervaringen en het ervaren van contact. Het kind kan zich meer begrepen en minder machteloos voelen. Door alle medische ingrepen ervaren kinderen verlies van autonomie en controle. Dit verlies kan tijdens de muziektherapie worden opgeheven: ze zijn zelf actief en hebben zeggenschap. Het mooie is dat muziektherapie in elke situatie is in te zetten. Ook als kinderen in bed liggen, want je hebt je stem altijd bij de hand en kleine instrumenten zijn eenvoudig mee te nemen en te gebruiken. Daarnaast kan in een ziekenhuis een therapieruimte

worden ingericht met grotere instrumenten als een piano, een drumstel, djembés.

MUZIEKTHERAPIE EN KINDERONCOLOGIE

Muziektherapie helpt kanker natuurlijk niet genezen, maar realistische doelstellingen zijn het:

- verbeteren van de kwaliteit van leven;
- verminderen van lichamelijke klachten en pijn;
- verminderen van eenzaamheid, sociale problemen en isolement;
- versterken van het ego en het ondersteunen van de ontwikkeling van het kind;
- uiten en verwerken van gedachten, gevoelens en ervaringen;
- verminderen van angst en gevoelens van machteloosheid en controleverlies;
- voorbereiden op en ondersteunen tijdens ingrepen;
- ondersteunen in de laatste levensfase.

POSITIEVE EFFECTEN

Muziektherapie wordt in Nederland helaas nog niet aangeboden in de kinderoncologische centra. In landen als Duitsland, Oostenrijk, Zwitserland, Noorwegen, België, de Verenigde Staten en Canada wordt muziektherapie wel al jaren methodisch ingezet in de begeleiding van kinderen met kanker. Uit ervaring en onderzoek blijkt dat bij kinderen met kanker muziektherapie niet alleen op psychosociaal maar ook op lichamelijk vlak een zeer positieve invloed heeft. Zij ervaren minder pijn, zijn minder

PAULA'S ERVARINGEN

Op zevenjarige leeftijd krijgt Paula wekelijks muziektherapie aan huis. Ze vindt het fijn om tijdens de sessie op een plezierige en positieve manier aandacht te krijgen. Dit is heel anders dan de aandacht die ze ervaart door haar ziekte en de vele en langdurige behandelingen. Daarnaast vindt ze het fijn dat zij kan bepalen wat er gebeurt tijdens de sessie. Ze heeft controle over de situatie. Controle die ze niet heeft als ze behandelingen moet ondergaan. Het eerste jaar spelen Paula's knuffels nog een belangrijke rol tijdens de sessies. Soms vertellen zij wat Paula zelf nog niet rechtstreeks durft te zeggen. Maar in de loop van de tijd heeft ze haar knuffels niet meer nodig om zich te uiten. Erg leuk vindt Paula het spel met de kaarten. Uit een stapel kiest ze één kaart. Het gevoel dat deze kaart bij haar oproept, moet zij verklanken met een door haar gekozen muziekinstrument. Ook de moeder van Paula wordt een keer bij het spel betrokken: uit vier kaarten moet zij kiezen welke kaart bij haar dochters muziekstukje hoort. Aan het eind van een sessie geeft Paula samen met de therapeut vaak een klein optreden voor een van haar ouders. Paula geniet hier erg van.



(lang) misselijk en braken minder. Ook is aangetoond dat muziektherapie een positief effect heeft op hoge bloeddruk, verhoogd hartritme, depressies en slapeloosheid. Wanneer het Prinses Máxima Centrum eenmaal gehuisvest is in het nieuwe gebouw wordt muziektherapie aangeboden aan kinderen in behandeling. Ook kunnen kinderen beeldende therapie krijgen.

ADRESSEN EN VERGOEDINGEN

Een overzicht van de praktijken voor muziektherapie is te vinden op de website www.vaktherapie.nl. Deze site geeft ook uitgebreide informatie over de andere vormen van vaktherapie, zoals beeldende therapie, danstherapie, dramatherapie, en psychomotorische therapie. Let wel: niet alle therapeuten wer-

ENKELE ONDERZOEKSRISULTATEN

Malone (1996) onderzocht of muziek effectief is om kinderen in behandeling tegen kanker af te leiden van de pijn en hun onrust te verminderen. Er werd livemuziek aangeboden tijdens het prikken. Het gedrag van de kinderen met muziek tijdens het prikken werd vergeleken met een controlegroep die geen muziek kreeg. De kinderen 'met muziek' waren rustiger en minder angstig dan de andere kinderen.

Robb (2000) onderzocht het effect van een therapeutische muzikale interventie op het gedrag van kinderen in isolatie. De kinderen die muziektherapie kregen, waren actiever, meegaander en konden beter met stress omgaan.

Barrera, Rykov en Doyle (2002) onderzochten het effect van interactieve muziektherapie op het verminderen van angst en op het algemene welzijn van kinderen met kanker tijdens ziekenhuisopnames. De onderzoeksresultaten lieten een stemmingsverbetering zien. Muziek bracht de kinderen en hun ouders ontspanning en plezier, ze werden actiever en speelden meer.

Nguyen, Nilsson, Hellstrom en Begtsons (2010) toonden in een gerandomiseerde studie aan dat kinderen tijdens lumbaalpuncties dankzij muziektherapie lager scoorden voor pijn, verhoogde hartslag en versnelde ademhaling. Ook waren ze minder angstig voor en na de procedure.

ken met kinderen. Muziektherapie vindt soms plaats in de praktijkruimte van de muziektherapeut, maar er zijn ook muziektherapeuten die aan huis komen. Vaktherapie, waaronder muziektherapie, wordt in sommige gevallen vanuit de basiszorgverzekering onder de noemer Basis GGZ of Specialistische GGZ vergoed. Verschillende zorgverzekeraars vergoeden (een deel van de) vaktherapie wanneer een aanvullende verzekering is afgesloten. Soms kan de zorg ook vanuit een persoonsgebonden budget (pgb) worden vergoed. Informeer bij de zorgverzekeraar naar de mogelijkheden.

Meike Naafs
projectmedewerker VOKK
muziektherapeut