

# Complementaire zorg

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

**albert  
schweitzer**

# Inleiding

Op de palliatieve unit van afdeling B3 verlenen we complementaire zorg. In deze folder leest u wat complementaire zorg is en hoe we deze zorg op afdeling B3 geven.

## Wat is complementaire zorg?

Complementaire zorg is extra zorg naast de 'gewone' verpleegkundige zorg. Bij deze zorg staat het stimuleren van uw zintuigen (ruiken, horen zien, proeven en voelen) centraal. Het doel is dat u zich beter kunt ontspannen en beter kunt omgaan met uw ziekte. Complementaire zorg kan pijn, onrust, vermoeidheid, slapeloosheid en onzekerheid draaglijker te maken.

## Welke vormen zijn mogelijk?

Op de afdeling bieden wij vier vormen van complementaire zorg aan:

- Het gebruik van aromatische oliën.
- Het geven van hand- en voetmassage.
- Het gebruik van warmte en koude.
- Het luisteren naar muziek.

### **Het gebruik van aromatische oliën**

Op de afdeling kunt u aromatische oliën gebruiken in een geursteentje, elektrische verstuiver, in een hand- of voetbad of bij massage van de handen of voeten.

Iedere olie heeft andere eigenschappen. De verpleegkundige kan u adviseren welke olie voor uw situatie geschikt is.

### **Massage van handen of voeten**

De massage kan gegeven worden met neutrale of aromatische olie. U kunt in overleg met de verpleegkundige kiezen welke olie u wilt. De effecten van massage zijn: betere doorbloeding, geestelijke ontspanning en ontspanning van de spieren, verminderen van stress en meer energie.

### **Het gebruik van warmte en koude**

Warmte en koude beïnvloeden de doorbloeding in uw huid. Hierdoor is het mogelijk dat u tijdelijk minder pijn voelt.

Koude vernauwt de bloedvaten. Dit kan verlichtend werken als u zwellingen heeft. Op de afdeling kunt u gebruik maken van een koud washandje, ijsklontjes in een washandje/handdoek, natte verbandgazen of een coldpack.

Warmte verwijdt de bloedvaten. Hierdoor ontspannen de spieren zich. Op de afdeling kunt u gebruik maken van een warme douche, een warm voeten- of handbad of een hotpack.

### **Luisteren naar muziek**

Het luisteren naar muziek kan ontspannend werken.

## **Tot slot**

Wij vinden complementaire zorg belangrijk. Toch is complementaire zorg niet onbeperkt en op elk tijdstip mogelijk. De verpleegkundige overlegt met u wanneer, hoe vaak en welke vorm van complementaire zorg u kunt krijgen.

Er kunnen redenen zijn waarom een bepaalde vorm van complementaire zorg voor u niet geschikt is. De verpleegkundige zal dit dan met u bespreken.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen of opmerkingen dan horen wij dit graag.

Albert Schweitzer ziekenhuis  
maart 2024  
pavo 0637