

PTSS IN DE PRAKTIJK

Onderzoek uitgevoerd door A.K. Boon., M.V. Meyer., & I.A.M. Vergouwen.

Huidtherapeuten hebben een belangrijke rol bij de nazorg van patiënten met borstkanker. Tijdens deze zware en intensieve periode zien ze de patiënt vaak. De patiënten komen bijvoorbeeld veel in de huidtherapeutische praktijk voor oedeem- en littekentherapie. Ze worden behandeld voor de fysieke problemen die optreden na deze ingrijpende ziekte, maar hoe zit het met de mentale gevolgen van borstkanker?

Een mentale aandoening die vaak voorkomt na de diagnose borstkanker is posttraumatische stressstoornis (PTSS). Maar liefst 20,1% van de patiënten met borstkanker ontwikkelt PTSS binnen drie maanden. Na twaalf maanden is dit nog 14,3% (1). Er komen jaarlijks 14.000 nieuwe gevallen van borstkanker bij (2). Dat betekent dat één op de vijf patiënten PTSS ontwikkelt binnen drie maanden. Hierdoor is er een grote kans dat er een patiënt met PTSS in de praktijk komt, maar hoe wordt de patiënt met PTSS herkend?

PTSS kan herkend worden aan verschillende symptomen. De meest voorkomende symptomen van PTSS zijn angst, het vermijden van prikkels en het verdwijnen van emoties. De angst van de patiënt is vooral gebaseerd op de terugkeer van de ziekte. De angst kan zich ook uiten na het herbeleven van de traumatische gebeurtenis, waardoor de patiënt prikkelbaar en vermoeid is. Het kan ook zijn dat de patiënt de prikkels vermijdt rondom de traumatische gebeurtenis. Dit is een veel voorkomend symptoom van PTSS. Het verdwijnen van emoties kan zich uiten in het tonen van minder interesse, ook kan de patiënt zich voelen alsof ze vervreemd is van de buitenwereld. Deze klachten kunnen sterk lijken op een depressie (3).

De patiënt met deze klachten wordt over het algemeen doorverwezen door de huisarts naar de psycholoog of psychotherapeut. Echter zijn er veel patiënten met PTSS die geen professionele hulp voor deze klachten zoeken. De redenen hiervoor zijn verwachtingen dat de symptomen vanzelf zullen overgaan of juist niet verholpen kunnen worden. Ook zijn er patiënten die niet naar de huisarts gaan met deze klachten omdat ze niet weten dat ze PTSS hebben. Veel patiënten die met psychische problemen kampen, zijn vaak afhoudend in het zoeken naar gespecialiseerde hulp. Zij blijven dan langer rondlopen met klachten zonder dat die klachten worden verholpen (4,5,6).

Zoals eerder besproken kunnen deze klachten worden herkend en bespreekbaar gemaakt met de patiënt. Dit kan door de familie en kennissen worden gedaan in het contact met de huisarts of oncologisch verpleegkundige. Echter kan ook de patiënt zelf dit bespreekbaar maken met verschillende disciplines waaronder de huidtherapeut. De huidtherapeut speelt een belangrijke rol in het nazorgtraject van deze patiënten, ze zien de patiënten vaak en hebben intensief contact tijdens deze periode. Hierdoor heeft de huidtherapeut een mogelijkheid om de klachten te herkennen en te bespreken. In hoeverre zijn huidtherapeuten bekend met PTSS?

Om deze vraag te beantwoorden, is er een onderzoek gedaan naar PTSS in de huidtherapeutische praktijk. De onderzoekers zijn huidtherapeuten in opleiding van de Haagse Hogeschool. Voorafgaand aan het onderzoek zijn een aantal vragen gesteld om de hoofdvraag te beantwoorden. Weten huidtherapeuten de symptomen van PTSS te herkennen en wat kunnen ze doen voor patiënten die PTSS hebben gekregen na de diagnose borstkanker? Vervolgens is er een enquête opgesteld die via sociale media is gedeeld met het werkveld. In deze enquête is er aan huidtherapeuten gevraagd hoe zij omgaan met deze patiënten, hoe zij symptomen herkennen en of ze meer willen weten over PTSS. Uit het onderzoek kwam naar voren dat veel huidtherapeuten te maken hebben met deze patiëntengroep. Het merendeel gaf aan dat zij niet voldoende kennis had over dit onderwerp. Maar liefst 86% van de huidtherapeuten geeft aan behoefte te hebben aan meer informatie over PTSS. Daarnaast geeft 71% aan dat ze meer willen weten over de omgang met een patiënt met PTSS. Tegelijkertijd is er een literatuuronderzoek gedaan naar de symptomen, omgang en het ontstaan van PTSS. De evidence based bronnen zijn gevonden op PUBMED, Google Scholar en Springerlink. Uit deze bronnen kwam veel waardevolle informatie die nuttig kan zijn voor de verbetering van de huidtherapeutische zorg.

De conclusie van dit onderzoek was al snel duidelijk. Er moet meer kennis komen over PTSS. Om deze informatie over te brengen werd een informatieve folder als interventie bedacht. Deze folder moet informatie bevatten over hoe de zorg voor borstkankerpatiënten met PTSS geoptimaliseerd kan worden zodat de patiënt centraal staat en zijn belangen worden behartigd, maar de vraag is hoe dit bereikt kan worden?

Door middel van de juiste samenwerking en de gespecialiseerde zorg kan de zorgbehoefte van de patiënt en de mogelijkheid van de patiënt om weer zelf regie te krijgen over het functioneren centraal staan. De paramedische zorg kan een belangrijke bijdrage leveren aan het realiseren van deze doelen. De kwaliteit in de paramedische zorg wordt continu verbeterd. In het rapport van de bestuurlijke afspraken paramedische zorg 2019-2022 vanuit de overheid staat het volgende centraal: de juiste zorg op de juiste plek. Het vertrekpunt is het functioneren van mensen, lichamelijk, psychisch en sociaal (7).

Hierom is er vanuit het huidtherapeutisch oogpunt een informatieve folder bedacht die is bedoeld om de huidtherapeutische zorg te verbeteren. Door middel van een folder met informatie betreffende PTSS kan de huidtherapeut meer kennis verwerven over PTSS. Hierdoor wordt PTSS meer bekend bij de huidtherapeutische zorg. De huidtherapeut leert de symptomen herkennen. Ook wordt er uitgelegd hoe je om kan gaan met een patiënt met PTSS en wordt er beschreven welke mogelijkheden er zijn voor de patiënt, denk hierbij aan websites of verenigingen.

Door de verworven kennis over PTSS kan de huidtherapeut een behandeling optimaal uitvoeren, zodat de patiënt een uitermate goede zorg krijgt waarbij zowel de mentale als

fysieke klachten worden herkend en behandeld waarbij er op tijd aan de bel kan worden getrokken als de patiënt PTSS vertoont. Dit leidt uiteindelijk tot een optimale nazorg voor de patiënten met PTSS.

Ter illustratie, wanneer een patiënt een lumpectomie of mastectomie heeft ondergaan, kampt hij/zij vaak met een zeer laag zelfbeeld. De patiënt zal in eerste instantie moeite kunnen hebben met het tonen van zijn/haar lichaam. Houd er rekening mee dat dit voor de patiënt als nieuw en ongemakkelijk kan worden ervaren. Stel daarom de patiënt gerust en maak het comfortabel. Er zijn ook patiënten die graag hun hart luchten. Probeer te blijven luisteren naar de patiënt als hij/zij over zijn ervaring praat; ook al is het al de zoveelste keer. Het is belangrijk dat de patiënt erover kan praten en zich gehoord voelt. Geef ook aan dat de patiënt kan praten met lotgenoten, mits er behoefte aan is. Zij begrijpen vaak goed wat de patiënt doormaakt. Ook kan de patiënt met een psycholoog of psychotherapeut praten. Verwijs de patiënt door naar verschillende websites: www.kanker.nl, www.verwijsgidskanker.nl, www.adfstichting.nl/ptss en <https://wijzijnmind.nl/>. Dit zijn websites waarop de patiënt heel veel informatie over PTSS en borstkanker kan vinden (8,9,10).

Samengevat kan worden gesteld dat er een belangrijke rol voor de huidtherapeuten is binnen de nazorg bij borstkanker. De folder bevat informatie over PTSS. Mits deze informatie goed wordt overgebracht op huidtherapeuten, verkrijgen zij meer kennis over de aandoening PTSS na borstkanker. Met deze kennis kunnen zij op hun beurt weer de patiënt helpen. Door middel van de folder kunnen de symptomen beter worden herkend waardoor de patiënt zijn/ haar optimale zorg krijgt.

Literatuurlijst

1. O'Connor, M., Christensen, S., Jensen, A. B., Møller, S., & Zachariae, R. How traumatic is breast cancer? Post-traumatic stress symptoms (PTSS) and risk factors for severe PTSS at 3 and 15 months after surgery in a nationwide cohort of Danish women treated for primary breast cancer. *British Journal of Cancer*. 2011. 104(3), 419–426. <https://doi.org/10.1038/sj.bjc.6606073>
2. Volksgezondheid en zorg. Borstkanker | Cijfers & Context | Sterfte en overleving | Volksgezondheidszorg.info. [Internet] Available from: <https://www.volksgezondheidszorg.info/onderwerp/borstkanker/cijfers-context/sterfte-en-overleving> [Accessed 30th March 2020.]
3. Diagnose. [Internet] Available from: <https://www.nvvp.net/website/patinten-informatie/aandoeningen-/posttraumatische-stress-stoornis-ptss/diagnose> [Accessed 3rd March 2020.]
4. Mentaalvitaal.nl. Mentaal Vitaal | Posttraumatische stress-stoornis. [Internet] Available from: <https://www.mentaalvitaal.nl/posttraumatische-stress-stoornis> [Accessed 30th March 2020.]
5. Cullen, W., Broderick, N., Connolly, D. & Meagher, D. What is the role of general practice in addressing youth mental health? A discussion paper. *Irish Journal of Medical Science*. 2011. 181, 189-197. doi: 10.1007/s11845-011-0757-6
6. Foa, E. B., Keane, T. M., Friedman, M. J., & Cohen, J. A. *Effective Treatments for PTSD* (Herz. ed. druk). New York: Guilford Publications. 2010.
7. Ministerie van Algemene Zaken. Bestuurlijke afspraken paramedische zorg 2019-2022. [Internet] Available from: <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/brieven/2019/06/20/bestuurlijke-afspraken-paramedische-zorg-2019-2022> [Accessed 30th March 2020.]
8. PsyQ. Tips | Trauma en PTSS - PsyQ. [Internet] Available from: <https://www.psyq.nl/trauma-ptss/psychotrauma-tips> [Accessed 21st March 2020.]
9. Kanker.nl. Angst bij kanker. [Internet] Available from: <https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/angst/wat-is/angst-bij-kanker> Accessed [21st March 2020.]

10. Kanker.nl. Tips om angst te verminderen. [Internet] Available from: <https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/angst/wat-is/tips-om-met-angst-om-te-gaan> [Accessed 21st March 2020.]