



UZA breidt psychologenwerking uit

Praten helpt

Voortaan kan elke patiënt die in het UZA is opgenomen terecht bij een psycholoog. 'Weten dat hun emoties normaal zijn, is vaak al een geruststelling', zegt hoofdpsychologe Dominique Van Praag.

Niemand ligt graag in het ziekenhuis. Maar bij sommige patiënten is er meer aan de hand dan een dipje of voorbijgaande verwerkingsmoeilijkheden. Als een patiënt bijvoorbeeld last heeft van angstaanvallen of zwarte gedachten, kan een gesprek met een psycholoog zinvol zijn. 'Laatst heb ik nog een jonge patiënte opgevangen die al jaren met een zware darmziekte kampte. Toen er onverwacht een bijkomend probleem opdook en ze daarvoor opnieuw weken in het ziekenhuis moest liggen, stortte ze in. Op zo'n moment kun je als psycholoog veel betekenen', vertelt Dominique Van Praag.

Voortaan kan elke patiënt die in het UZA is opgenomen, bij een psycholoog terecht. Tot voor kort kon dat alleen op de diensten waar eigen psychologen beschikbaar zijn, zoals oncologie, diabetologie, pediatrie en neurochirurgie. Nu wordt die mogelijkheid uitgebreid

naar afdelingen waar traditioneel geen psycholoog is, zoals dermatologie of maag-darmziekten en diensten waar patiënten alleen recht hebben op psychologische begeleiding in het kader van revalidatie, bijvoorbeeld de dienst longziekten. Voor al die afdelingen is er nu een systeem van liaisonpsychologie: als een opgenomen patiënt een psycholoog wil zien, kan die terecht bij een psycholoog van een van de andere afdelingen.

‘We mikken vooral op probleemoplossend denken en zelfredzaamheid.’

‘Oef, ik ben normaal’

In het kader van liaisonpsychologie heeft de patiënt recht op drie gesprekken. ‘Tijdens die begeleiding richten we ons vooral op probleemoplossend denken en zelfredzaamheid, waarbij we inspelen op de specifieke context’, legt Van Praag uit. ‘Dat doen we in nauwe samenwerking met andere hulpverleners in het ziekenhuis, bijvoorbeeld de sociaal werker, de arts of de verpleegkundige, en met andere zorgverleners buiten het ziekenhuis. We helpen de patiënt om zijn gevoelens of angsten te plaatsen. Als ze weten dat hun reactie heel normaal is, betekent dat vaak al een geruststelling.’

Soms is het de behandelende arts of de verpleegkundige die de patiënt naar de psycholoog verwijst,

maar patiënten kunnen ook zelf een afspraak maken. Een minpunt is wel dat er geen terugbetaling is voor die drie gesprekken. ‘We beseffen dat dat een drempel is en hopen dat daar snel verandering in komt’, zegt Van Praag.

Op diensten waar wel psychologen beschikbaar zijn, verandert er voor de patiënt niets. Van Praag: ‘Patiënten die willen, kunnen op die diensten gemakkelijk bij een psycholoog terecht. Op de raadpleging is dat vaak gratis of tegen een voordelig tarief. Dat is vaak zo geregeld vanuit de overheid: kankerpatiënten bijvoorbeeld hebben recht op gratis psychologische bijstand. Ook tijdens een opname kunnen ze bij diezelfde psycholoog terecht.’

Voortaan één team

In het UZA werken zo’n veertig psychologen. De meesten zijn gespecialiseerd in een specifiek medisch domein, bijvoorbeeld oncologie of neurologie. Sinds kort ziet de organisatie er enigszins anders uit. De psychologen werken nog altijd binnen ‘hun’ dienst, maar zijn daarnaast verenigd in een dienst van psychologen, waarvan Van Praag de coördinator is. ‘De bedoeling is om onze werking te stroomlijnen, zodat we op elke dienst met eenzelfde aanpak en visie werken. Daarbij gaan we nauwer samenwerken met de dienst patiëntenbegeleiding. Ook de opleidingen gaan we uniform laten verlopen’, verduidelijkt Van Praag.

Voor patiënten is het fijn om tijdens hun opname vlot bij een psycholoog terecht te kunnen. ‘Gewoon al omdat ze op dat

moment nergens anders heen kunnen. Maar ook omdat wij als ziekenhuispsychologen vertrouwd zijn met de typische problemen die een ernstige ziekte of behandeling met zich meebrengen. We kunnen ook gemakkelijk overleggen met de artsen of andere

zorgverleners, die op de hoogte zijn van de medische toestand van de patiënt’, aldus nog Van Praag.

Afspraak maken met een psycholoog? Neem dan contact op met het secretariaat van de afdeling waar je in behandeling bent of meld het aan een zorgverlener. ●

‘Ze liet mij zelf conclusies trekken’

Ann (47) heeft type 1-diabetes. Toen ze het twee jaar geleden moeilijk had met haar ziekte, kon ze bij de psychologe van de afdeling terecht. ‘Ik probeer zo normaal mogelijk met mijn diabetes te leven, maar die dag liep het mis. De bedrijfsarts van mijn werk had mij verontwaardigd naar huis gestuurd omdat mijn suikerwaarden te hoog stonden. Toen daarna ook mijn endocrinoloog nogal heftig reageerde - volgens hem had de bedrijfsarts het recht niet om mij weg te sturen - was ik helemaal de kluts kwijt. Bij de diabeteseducator ben ik in tranen uitgebarsten.

Zij stelde voor om te gaan praten met Lore Saenen, de psychologe van de afdeling diabetologie. Waarom zou ik naar een psycholoog gaan, was mijn eerste reactie. Maar ik ben toch gegaan en dat heeft me echt goed gedaan. Ze liet me vooral zelf veel praten. Gaandeweg kwam ik tot bepaalde inzichten. Dat het niet niets is om diabetes te hebben. En dat het oké is als het een keer niet gaat. Na een zevental gesprekken kon ik voort. Maar toen ik een hele tijd later nog eens een moeilijk moment op het werk had, ben ik weer bij Lore langsgedaan. Dankzij haar kwam ik tot het besef dat het tijd was voor een nieuwe job, een conclusie die ze me zelf liet trekken. Ik werk nu met diabetespatiënten en voel me daar heel goed bij.

Dat ik destijds in het UZA zelf bij een psycholoog terecht kon, was absoluut een meerwaarde. Zonder die mogelijkheid was ik nooit bij een therapeut geraakt. En dat die psychologe ook nog eens goed op de hoogte is van je ziekte, is helemaal een luxe.’