

domus
medica

Verliezen doet pijn...en hoe nu verder ?
Wanneer moet ik als arts ingrijpen in een rouwproces ?

Walter Rombouts – klinisch psycholoog



domus
medica

SAMENVATTING

- ◆ WAT MOETEN WE OVERHOUDEN UIT DE REFERENTIEKADERS ROND ROUW DIE MEESTAL GEBRUIKT WORDEN ?
- ◆ WAT LEERT ONDERZOEK ONS OVER HET FENOMEEN VERLIESVERWERKING
- ◆ BESTAAT ER ZO IETS ALS PATHOLOGISCHE ROUW ?
- ◆ WAT WETEN WE DAT ZEKER BRUIKBAAR IS IN ONDERSTEUNING VAN ROUWENDEN ?

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus
medica

- ◆ ONDERZOEK VAN RELATIEF RECENTE DATUM.
 - ◆ Ondanks het belang in het dagelijkse leven...
 - ◆ Handbook of Bereavement Research (88,93,2001)
- ◆ REDENENEN VAN ONTWIKKELING VAN FOCUS OP NABESTAANDE
 - ◆ Verminderen van invloed van religie binnen cultuur
 - ◆ Invloed van humanistische psychologie in het westers wereldbeeld

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus
medica

- ◆ “Vroeger had een dode tenminste nog iets aan zijn begrafenis. Zij was er in de eerste plaats ten behoeve van hemzelf. Door rituele formules uit te spreken en zich strikt te houden aan allerlei voorschriften die de omgang met het lichaam van de afgestorvene regelden, konden de nabestaanden zijn ziel helpen haar bestemming te vinden. Hij kon hun hulp daarbij goed gebruiken, ze was vaak zelfs onontbeerlijk.”
 - ◆ Handboek voor het hiernamaals. Reizen naar hemel en hel. Guido Derksen & Martin Van Mousch, Veen, 2004

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus
medica

ROUW....

- ◆ “Is het geheel van reacties dat optreedt na een verlies van een persoon met wie een betekenisvolle relatie bestond”
- ◆ In onze kultuur !

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus
medica

FASENTHEORIE

- ◆ Bowlby –1969- en Parkes –1972-

Verdoving
Smachtend verlangen
Desorganisatie en wanhoop
Reorganisatie

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



FASENTHEORIE

domus
medica

◆ KUBLER-ROSS -1971-

Ontkenning
Marchanderen
Woede
Depressie
Aanvaarding

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



- ◆ Kubler-Ross legde de vinger in de wonde van een rouw-beleving, die sterk onder invloed van het maatschappelijk leven was ontstaan
- ◆ 'Zwijgen' en 'verbergen' als maatschappelijk begrijpelijk 'norm'-denken over rouw

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



BESCHRIJVEND ONDERZOEK

domus medica

EMOTIONEEL

LICHAMELIJK

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



EMOTIONEEL

domus medica

- ◆ SHOCK
- ◆ VERDRIET
- ◆ SCHULD
- ◆ SPIJT EN WROEGING
- ◆ ZELFBESTRAFFING
- ◆ SCHAAMTE
- ◆ BOOSHEID,WOEDE
- ◆ JALOERSHEID.....

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



		
LICHAMELIJK		
◆ Veranderde eetlust ◆ Vermoeidheid, overactief gedrag ◆ Slaapproblemen ◆ Sexualiteit ◆ Concentratieproblemen en vergeetachtigheid		
Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel 		

		
TAKEN-MODELLEN		
◆ Diekstra, Worden.... ◆ WORDEN: ◆ AANVAARDEN VAN DE REALITEIT VAN HET VERLIES ◆ ERVAREN VAN DE PIJN VAN HET VERLIES ◆ ZICH AANPASSEN AAN DE OMGEVING, ZONDER DE OVERLEDENE ◆ EMOTIONELE ENERGIE LOSMAKEN VAN DE OVERLEDENE EN HER-INVESTEREN IN NIEUWE RELATIES		
Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel 		

AANVAARDEN VAN DE REALITEIT VAN HET VERLIES

domus
medica

- ◆ Ontkenning
- ◆ Hallucinaties, waanbeelden
- ◆ Zoekgedrag
- ◆ Vasthouden, mummificatie
- ◆ Identificatie
- ◆ Idealiseren

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



JAN VAN DEN BOUT –1996-

domus
medica

- ◆ Er treden universele reacties op....: Neen, variëteit
- ◆ Er is een fasengewijze verwerking....: geen wetenschappelijke evidentie
- ◆ Verlies dient doorgewerkt te worden....: vermijding is even effectief

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



JAN VAN DEN BOUT 1996

domus
medica

- ◆ Positieve emoties zijn afwezig...: positieve gevoelens komen voor, opluchting komt (veel) voor (WORTMAN, VAN DE WAL)
- ◆ Na een bepaalde tijd wordt evenwicht herwonnen...: dit is niet voor iedereen zo ($\frac{1}{4}$ - $\frac{1}{5}$) (GLICK)
- ◆ Vast patronen...: kunnen heel verschillend zijn (ZISOUK & SCHUCHTER)

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



- ◆ WAT WETEN WE OVER VERLIESVERWERKING ?

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus
medica

- ◆ 80-90% van de na-bestaanden passen zich aan zonder al te veel problemen
- ◆ DWZ
 - ◆ “gaan er van uit dat het verlies reëel is”
 - ◆ “kunnen verder in hun leven”



Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel

domus
medica

- ◆ Capaciteit te voelen dat het leven betekenis blijft hebben
- ◆ Een relatief stabiel gevoel van identiteit
- ◆ Vertrouwen in anderen
- ◆ Her-investering in anderen en in projecten



Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel

LET WEL

domus medica

◆ Met verschillende 'grondpatronen'

- ◆ VAN VEEL NAAR WEINIG VERDRIET
- ◆ NAUWELIJKS OF GEEN ROUWREACTIE
- ◆ LANGDURIG ONWELBEVINDEN

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



LET WEL

domus medica

◆ MET REACTIES OP HET

- ◆ AFFECTIEVE VLAK
- ◆ GEDRAGSMATIG
- ◆ COGNITIEF
- ◆ FYSIOLOGISCH/SOMATISCH

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



AFFECTIEF

domus
medica

- ◆ DEPRESSIE
- ◆ WANHOOP
- ◆ ANGST
- ◆ SCHULD
- ◆ KWAADHEID EN VIJANDIGHEID
- ◆ EENZAAMHEID
- ◆ ONVERMOGEN TOT GENIETEN

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



GEDRAG

domus
medica

- ◆ AGITATIE
- ◆ MOEHEID
- ◆ WENEN
- ◆ ZICH SOCIAAL TERUGTREKKEN

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



		
COGNITIEF		
◆ PREOCCUPATIE MET GEDACHTEN OVER DE DODE ◆ LAGER ZELFWAARDEGEVOEL ◆ ZELFVERWIJT ◆ HULPELOOSHEID ◆ HOPELOOSHEID ◆ GEVOEL VAN ONWERKELIJKHEID ◆ PROBLEMEN MET GEHEUGEN EN CONCENTRATIE		
Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel 		

		
FYSIOLOGISCH-SOMATISCH		
◆ VERLIES VAN EETLUST ◆ SLAAPSTOORNISSEN ◆ VERLIES VAN ENERGIE EN UITPUTTING ◆ SOMATISCHE KLACHTEN ◆ FYSIEKE KLACHTEN DIE GELIJKAARDIG ZIJN AAN DE KLACHTEN VAN DE DODE ◆ GROTERE GEVOELIGHEID VOOR ZIEKTE		
Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel 		



LET WEL....

- ◆ Grondpatroon (persoonlijkheid)
- ◆ Kultuur (omgeving)
 - ◆ Invloed van religie
 - ◆ Betekenisgeving (existentie)
- ◆ Sociaal-economische omgeving



Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



LET WEL....

- ◆ Complicaties kunnen zich voordoen door interferentie van verschillende factoren
 - ◆ Bv. Persoonlijk patroon – cultuur ('vermijden' in Italië...; 'verdriet' in Vlaanderen 2007)
 - ◆ Bv. Persoonlijk patroon – sociaal economische toestand ('van veel naar weinig verdriet' in Afrika -bv Rwanda, Zimbabwe... vandaag of in Europa in de helft van de vorige eeuw)



Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel

BESTAAT ER ZO IETS ALS PATHOLOGISCHE ROUW ?

domus
medica

- ◆ Ja, “complicated grief”
- ◆ Let op:
 - ◆ Er is ook ‘depressie’
 - ◆ Depressie is leegheid binnen zichzelf
 - ◆ Gecomplieerde rouw: rondom zich
 - ◆ Er is ook ‘aanpassingsstoornis’
 - ◆ Stoornis moet verdwijnen binnen de zes maanden na het einde van de stressor
 - ◆ Gecomplieerde rouw: tot jaren na overlijden
 - ◆ Er is ook PTSS
 - ◆ ‘getuige’ zijn van een traumatisch overlijden: PTSS kan

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



“GECOMPLICEERDE ROUW”

domus
medica

- ◆ PRIGERSON 2004
- ◆ NIEUWE UITGAVE DSM (Diagnostic Statistical Manual, V)
- ◆ ‘Complicated grief’ wordt meer en meer in verband gebracht met stoornissen in de hechting

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus
medica

- Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel**

domus
medica

- Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel**



domus
medica

- ◆ CRITERIUM C: de duur van de verstoring is ten minste drie maanden
- ◆ CRITERIUM D: de genoemde symptomen veroorzaken een onmiskenbaar en aanhoudend disfunctioneren in de sociale en beroepsmatige sfeer en op andere belangrijke gebieden van het functioneren

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus
medica

**WAT WETEN WE DAT ZEKER
BRUIKBAAR IS IN ONDERSTEUNING VAN
ROUWENDEN ?**

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



“Zijn rouwenden een risicogroep ?”

domus
medica

◆ JA !!

- ◆ Er is verhoogd risico op depressie
- ◆ Er is verhoogd risico op angst-stoornis
- ◆ Er is verhoogd risico op somatische klachten
- ◆ Er is verhoogd risico op infecties
- ◆ Er is meer frequent:
 - ◆ Artsenbezoek
 - ◆ Medicatiegebruik
 - ◆ Hospitalisatie
 - ◆ Werkverlet
 - ◆ Mortaliteit (om tgv suicide)

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



Wat helpt bij gewone rouwreacties ?

domus
medica

- ◆ Niet zo eenvoudig !
- ◆ Er is een ontzettende variëteit...
- ◆ Heel veel mensen vinden in hun omgeving niet wat ze voor hun normale reactie nodig hebben
 - ◆ Geen 'holding' bij verdriet
 - ◆ Geen begrip voor nieuwe relatie
- ◆ Heel wat nabestaanden zijn in crisis en vinden geen rituelen die steun geven

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel





- ◆ Sommige dingen zijn zelfs gevaarlijk:
 - ◆ Vrouwen hebben praktische steun nodig, en mannen emotionele (SCHUT)
 - ◆ Professionele hulp is gevaarlijk (DE KEYSER)



Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



- ◆ Zij die het meest noodzaak aan begeleiding hebben, vragen het minst (PRIGERSON)
- ◆ Bejaarden hebben een groot probleem met betekenisgeving



Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel

“Sociale steun helpt...”

domus
medica

- ◆ Verlies van een partner geeft emotionele eenzaamheid
- ◆ Sociale steun helpt nabestaanden wel, maar niet meer of niet minder dan niet-nabestaanden. Een specifieke meerwaarde in geval van verlies blijkt het niet te hebben

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



“het uiten van emoties (bij vrienden en familie” helpt....

domus
medica

- ◆ Er is geen steun voor de hypothese dat spontane expressie van emoties het psychisch klachteniveau beïnvloedt of vica versa

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus medica

Faciliteert rouwbegeleiding en rouwtherapie het verwerkingsproces ?

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



domus medica

Effecten van rouwbegeleiding

- ◆ Primaire preventie (voor iedereen): geen effect (alleen misschien voor kinderen)
- ◆ Secundaire preventie (voor mensen die we misschien risicovol zijn): slechts tijdelijke effecten
- ◆ Tertiaire preventie (gecompliceerde rouw): iets effect, maar gematigd

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



Hulp is negatief...

domus
medica

- ◆ In geval van ongevraagde hulp
- ◆ Als hulp wordt aangeboden aan een algemene categorie nabestaanden zonder nadere indicatie
- ◆ Wanneer de hulpverlening kort na het verlies plaatsvindt

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



Uit den boze....

domus
medica

- ◆ Ongevraagde hulp, kort na het overlijden van een dierbare, aangeboden aan nabestaanden in het algemeen - SCHUT 2005

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



		
Omdat.....		
◆ Wellicht hebben de meeste mensen gewoon geen hulp nodig (Niemeyer 2003) ◆ Het professioneel steunsysteem dat zichzelf verkeerd inschat (De Keijser 1997) ◆ Twijfelachtige assumpties (Wortman 2001, Niemeyer 2003)		
Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel 		

		
TOT SLOT...		
◆ Sociale steun helpt ◆ Maar niet voor emotionele eenzaamheid ◆ Betekenisgeving is vaak een goede insteek : "het is erg omdat...." ◆ 'Holding en containing' helpen ◆ Vermijding is normaal ◆ Opletten voor medicalisering van rouw-klagen		
Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel 		

TOT SLOT....

domus medica

- ◆ Verdriet kan enkel verdwijnen door veelvuldig wenen (opponente procestheorie van SALOMON)
- ◆ Rouwenden moeten nieuwe dingen leren (zoals bejaarden leren mailen): een rouw-school ?

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel



TOT SLOT...

domus medica

Een huisarts en het verhaal van het hondje...

Inwooncursus 10 tot 15 april 2007 - CP Vossemeren, Lommel

