

Muziektherapie in de neonatologie; mooie eerste resultaten



Na een half jaar muziektherapie zijn ze in Groningen enthousiast. Baby's op de Neonatale Intensive Care Unit lijken heel goed te reageren op de ritmische klanken van de muziek. Reden genoeg om verder onderzoek te doen.

Tekst: Eveline van Herwaarden

Het is een droomstage voor vierdejaars studente muziektherapie Anne-Greet Ravensbergen. Al spelend op haar gitaar ziet ze veel baby's voor haar ogen rustiger worden. Sommigen reageren zelfs met een lachje of meebewegende vuistjes. 'Ik had al vaker stage gelopen, in de psychiatrie en met demente ouderen, maar dat was het voor mij net niet', vertelt Ravensbergen. 'Toen deze unieke kans zich voordeed, wist ik: dat moet ik doen! Bij volwassenen kan het langer duren voordat je resultaat ziet. Bij baby's zie je dat vaak al binnen tien minuten.' Na een kort gesprekje met de ouders en observatie van de baby pakt ze haar gitaar. Op het ritme van de ademhaling speelt ze met een aantal akkoorden een basisritme en volgt nauwkeurig de reacties van het kind. 'Als ik zie dat de ademhaling rustiger wordt, stem ik daar met mijn muziek op af', legt ze uit. 'Je merkt dat zij vervolgens op mijn ritme intunen. Sommige kindjes vallen daardoor zelfs in slaap, terwijl ze daarvoor nog heel onrustig waren. Ik maak ook gebruik van een instrument dat in de VS is ontwikkeld, de ocean disk. Het bootst de geluiden in de baarmoeder na en is vooral geschikt voor de allerkleinste en schrikachtige kindjes.'

Joanne Loewy

In maart 2018 organiseerde ArtEZ hogeschool in

Enschede een congres dat niet alleen Ravensbergen maar ook hoogleraar neonatologie Arie Bos inspireerde. Joanne Loewy is een fenomeen uit New York, directeur van het Louis Armstrong Center for Music and Medicine en hoogleraar in het Mount Sinai ziekenhuis. Muziektherapie is hier al jaren standaard onderdeel van de behandeling op de afdeling neonatologie. Bos was uitgenodigd om studenten te vertellen over de zorg op zijn afdeling. 'Ik had er in de Verenigde Staten al eerder over gehoord en was zeker geïnteresseerd', zegt hij. 'Op onze NICU-afdeling behandelen we jongere kinderen dan waarmee ervaring is opgedaan in New York. We weten dat onze behandelingen vaak met stress en ongemak gepaard gaan. Deze kinderen zijn niet alleen veel te vroeg geboren, maar ook uit hun natuurlijke omgeving gehaald. Ook op de lange termijn kan dat gevolgen hebben, bijvoorbeeld voor het concentratievermogen. Daarom doen we er alles aan om de mate van stress en ongemak te reduceren. Ik heb het idee dat muziektherapie daar goed bij past.'

Observaties

'Er is in de literatuur al enige tijd aandacht voor muziektherapie in de zorg', vertelt Bos. 'Het wordt bijvoorbeeld met succes toegepast bij ouderen met



*Anne-Greet Ravensbergen,
vierdejaars studente muziektherapie*



Annet Feenstra,
regieverpleegkundige

dementie en in de psychiatrie. Vooral in de Verenigde Staten heeft muziektherapie al een vlucht genomen.' Omdat de ervaring in de VS muziektherapie bij baby's vanaf 32 weken betreft, was Bos benieuwd hoe het bij zijn patiëntenpopulatie zou uitpakken. Op de NICU in Groningen worden jaarlijks vijfhonderd baby's behandeld, van wie er honderdtwintig jonger zijn dan dertig weken. 'Het effect zou bij hen juist weleens sterker kunnen zijn', denkt Bos. 'Deze kinderen hebben relatief meer stress en verblijven gemiddeld langer bij ons. Bovendien is het gehoor bij deze premature kinderen al vrij goed ontwikkeld.' Het afdelingshoofd vertelt dat de eerste observaties positief zijn. Hartslag en bloeddruk dalen en de saturatie wordt beter. Er gaat een bepaalde rust van de sessies uit. Dit biedt voldoende aanleiding voor verder onderzoek, zowel naar het effect op de baby's als op de ouders. Hoewel aan de observaties strikt genomen nog geen conclusies verbonden mogen worden, twijfelt Ravensbergen niet aan wat ze ziet: 'Ik speel ongeveer vijftien tot twintig minuten. In deze korte tijd zie ik de genoemde effecten optreden. Ook de spierspanning neemt meestal af. Eerlijk gezegd heb ik nog bij geen enkel kindje gezien dat er niets gebeurde.'

Sfeer op afdeling

Op deze afdeling werkt een team van tachtig hooggespecialiseerde verpleegkundigen. Annet Feenstra is een van de vier regieverpleegkundigen. Samen met Arie Bos ging ze naar het symposium van ArteZ hogeschool. 'Op de terugweg in de auto zeiden we al tegen elkaar: wat zou het mooi zijn als we dit op onze afdeling kunnen gaan doen', vertelt ze. Toen de kans zich later voordeed, maakte ze zich wel enige zorgen

of het op deze intensive care unit zou gaan werken. 'Het is een vrij open ruimte en er zijn veel geluiden van alle apparatuur', legt ze uit. 'Bovendien moest ik mijn collega's nog mee zien te krijgen. Ook zij hadden wat praktische bedenkingen vanwege de ruimte. Maar het heeft heel goed uitgepakt. De muziek heeft een positief effect op de hele ruimte. Als Anne-Greet er is verandert de sfeer, we praten nog gedempter en de geluiden lijken op te gaan in de muziek.' De reacties die Feenstra terug hoort zijn overwegend positief. 'Wat bijzonder' en 'wat rustgevend' zeggen zowel haar collega's als de ouders.

'Je ziet dat
ze ontspannen'

Het is bekend dat het voor ouders veel stress oplevert als hun kindje op de IC verblijft. Ze voelen zich vaak machteloos. Feenstra: 'Daarom betrekken we hen op allerlei manieren bij de zorg en doen we er veel aan om de band tussen ouders en kind te versterken. Bijvoorbeeld door buidelen met een warme doek of helpen bij het verschonen van de luier. Het zou mij niet verbazen als de muziektherapie ook via de ouders een positief effect heeft. Je ziet dat ze ontspannen. Dat voelen baby's.' Ravensbergen betreft de ouders heel bewust bij haar therapie. Ze vraagt hen dichtbij het kindje te zitten en aan te geven wat ze zien gebeuren. Hun bevindingen neemt ze heel serieus.

Verder onderzoek

Hoewel vrijwel alle betrokkenen iets bijzonders zien gebeuren, is wetenschappelijk onderzoek nodig om conclusies te kunnen trekken. Hoogleraar Bos zal een promovendus begeleiden die het effect van muziektherapie op kind en ouders meet en vergelijkt met een groep die de therapie niet krijgt. Bos: 'Gezien de bewezen resultaten van muziektherapie in andere zorgsectoren en bij baby's vanaf 32 weken zou je een positief effect mogen verwachten. Sinds kort kunnen we activiteit van stresshormonen meten in het DNA van darmcellen in de ontlasting. Zo kunnen we zonder bloedprikken aantonen of stressreductie optreedt. Een andere goede methode is het in kaart brengen van de bewegingen die de baby maakt. Bewegingspatronen zeggen iets over de toestand van de hersenen en de mate van stress. Wat de effecten zijn op langere termijn is lastiger te meten.' Verpleegkundige Feenstra en stagiaire Ravensbergen zijn al begonnen met enkele onderzoeken. 'Anne-Greet heeft van ons geleerd hoe ze comfortscores kan afnemen', vertelt Feenstra. 'Daarbij kijk je naar verschillende aspecten zoals ademhaling, beweging en gezichtsuitdrukking. Bijvoorbeeld of het kind lacht of grimassen maakt. Op basis daarvan geef je een score; een half uur voordat de muziektherapie begint, tijdens en een half uur erna. Het is een gevalideerd meetinstrument. Daarnaast doen we geluidsmetingen op de zaal.' Feenstra hoopt in de loop van dit jaar al met eerste uitkomsten te kunnen komen. Op de vraag wat ouders en bijvoorbeeld kraamverzorgenden met de kennis van muziektherapeuten kunnen doen, zegt Ravensbergen: 'De stem van de ouders is heel belangrijk, die biedt een veilig gevoel. Je kunt bijvoorbeeld zacht zingen of neuriën, daar reageren veel kindjes goed op.' ■

'Isabels vuistjes gaan open als Anne-Greet op de gitaar speelt'

Leo en Anita Kiewied beleefden spannende maanden na de geboorte van hun dochter Isabel. Tijdens een echo bij 35 weken bleek dat er vocht achter haar rechterlong zat. Na 37 weken werd ze met een spoedsectio geboren en direct naar de NICU in Groningen gebracht.

'Op de eerste dag kwam er maar liefst 900 cc vocht uit de drains', vertelt Leo Kiewied. 'Ze is twee keer geopereerd en er werden diverse medicijnen geprobeerd omdat de artsen de precieze oorzaak ook niet wisten. Begin december kregen we een slechtnieuwsgeprek: als ze nu niet opknapt weten we het ook niet meer.' Te midden van alle spanning en drukte kregen ze de vraag of ze open stonden voor muziektherapie. Anita Kiewied: 'Dat was helemaal in het begin en Isabel reageerde niet goed op prikkels. Door hard praten of het afgaan van een alarm raakte ze in paniek en ging haar bloeddruk omhoog. We waren bang dat ze ook op de muziek onrustig zou reageren.' Met de nodige reserve gingen ze het experiment toch aan en zagen tot hun verbazing het tegenovergestelde gebeuren. 'Isabel reageerde er juist enorm goed op', vertellen ze enthousiast. 'Je ziet dat ze ontspant, sterker nog ze vindt het leuk. Vaak ligt ze met gebalde vuistjes, maar die gaan open als Anne-Greet op de gitaar speelt. Ze beweegt ze zelfs mee op het ritme en soms zie je haar lachen. We zijn er heel blij mee!' Na meer dan drie maanden in het ziekenhuis mocht Isabel half januari gelukkig met haar ouders mee naar huis.