



Versneld herstel

na sectio dankzij jonge verpleegkundige

In het Catharina Ziekenhuis kunnen vrouwen na een sectio sneller uit bed en eerder naar huis. Dat is te danken aan de toepassing van het ERAS-herstelprogramma. De belangstelling uit andere ziekenhuizen is groot, want de resultaten zijn erg goed.

Tekst: Eveline van Herwaarden

Waarom moeten vrouwen na een sectio verplicht twaalf uur op bed liggen? Die vraag stelde regie-verpleegkundige Daphne Hanegraaf (24 jaar) al snel toen ze voor haar afstudeerstage op de afdeling Verloskunde kwam. Op haar vorige stage-afdeling in het Catharina Ziekenhuis, chirurgie, werd het ERAS-protocol (enhanced

recovery after surgery) toegepast. Daar stapten patiënten dankzij een speciaal mobilisatieschema al veel eerder uit bed. “Toen ik de verpleegkundigen vroeg waarom je na een sectio niet eerder uit bed zou mogen, hadden ze eigenlijk geen idee”, vertelt Hanegraaf. “Zo was gewoon het protocol. Het verbaasde me, want bij de chirurgie zijn de

operatiewonden soms nog groter. Daarom heb ik een gynaecoloog aan zijn jasje getrokken en gevraagd: ‘Waarom gebruiken jullie het ERAS-protocol niet?’. Het afdelingsteam vond de vraag van Hanegraaf interessant en nodigde haar uit een vooronderzoek te doen.

Snel uit bed

De studente sprak met zwangere vrouwen en verpleegkundigen op de afdeling en deed uitgebreid literatuuronderzoek. Zo onderzocht ze de bevorderende en belemmerende factoren rond het mobiliseren na een keizersnede. ‘Verwachtingsmanagement bij patiënten is heel belangrijk, dus je moet goed weten wat er bij hen speelt’, legt ze uit. ‘Bij de verpleegkundigen is juist het draagvlak belangrijk, als zij het niks vinden wordt het geen succes.’ De afdeling bleek zeker open te staan voor sneller mobiliseren. Ook de zwangere vrouwen reageerden positief. Zij gaven aan graag zo snel mogelijk mobiel te zijn om voor hun baby te zorgen en weer naar huis te kunnen. ‘Pijn was het enige waarover ze zich zorgen maakten. Ze vonden het belangrijk dat die onder controle zou zijn.’

Nodige aanpassingen

Tijdens haar vooronderzoek nodigde Hanegraaf een van de chirurgen uit voor een presentatie. Na het horen van haar ervaringen nam het enthousiasme bij de gynaecologen en aiossen (artsen in opleiding tot specialist, red.) verder toe. Besloten werd het ERAS-protocol ook op de afdeling Verloskunde toe te gaan passen.

Om vrouwen na een sectio eerder te mobiliseren, moet wel het een en ander gebeuren. Hanegraaf bleef daarom twee maanden langer op de afdeling

werken om te helpen bij de implementatie.

‘Het ERAS-protocol is pre-, peri- en postoperatief’, zegt ze. ‘Dat betekent dat je niet alleen het verpleegkundig protocol moet herschrijven, maar ook het opbouwschema waarmee de fysiotherapeuten werken, de voorlichtingsfolders en de intakegesprekken. Er waren belangrijke aanpassingen voor de anesthesist en operateur en de kinderartsen moeten bijvoorbeeld instemmen met vervroegd ontslag. En als je vrouwen een dag eerder naar huis wilt laten gaan, is natuurlijk ook afstemming nodig met eerstelijnsverloskundigen en kraamverzorgenden.’

Koolhydraten, vocht en pijnstilling

In het nieuwe protocol krijgen vrouwen voorafgaand aan de operatie een koolhydraatrijk drankje en hoeven zij minder lang nuchter te zijn. Zo gaan ze in goede conditie de OK op en komen ze er minder verzwakt uit. Hanegraaf legt uit dat tijdens de sectio minder vocht wordt toegediend dan voorheen. Hoogzwangere vrouwen houden al vocht vast en met veel extra vocht zet je het lichaam alleen maar harder aan het werk. Zes uur na de ingreep worden het infuus en de urinekatheter verwijderd. ‘Dat is sneller dan eerst en daardoor is er minder kans op infecties of een ‘luie blaas’’, vertelt ze. ‘Omdat vrouwen sneller in beweging komen, is de kans dat ze last hebben van het vertraagd op gang komen van de spijsvertering ook kleiner. Zes uur na de operatie kunnen ze al uit bed, dan is de spinaal uitgewerkt. Om dat mogelijk te maken is de pijnstilling aangepast. Er wordt nu tijdens de ingreep lokale pijnstilling in de wond gespoten.’ Ten slotte maken ook het uitkloppen van de navelstreng en zo snel mogelijk huid-op-huidcontact tussen moeder en kind deel uit van het protocol.

Het is volgens Hanegraaf belangrijk dat vrouwen vooraf goed zijn geïnformeerd en dat het mobilisatieschema is aangepast. Het protocol geldt in principe voor alle vrouwen die een sectio krijgen, waarbij vanzelfsprekend persoonsgerichte zorg in acht wordt genomen. Daardoor kunnen de meeste vrouwen in het Catharina Ziekenhuis nu binnen vierentwintig uur na de sectio met ontslag. Eerst was dat pas na achtenveertig uur.

Succesverhaal

Het spontane idee van de jonge verpleegkundige heeft zich inmiddels ontwikkeld tot een succesverhaal. De vrouwen die een sectio ondergingen zijn heel tevreden. Zij zijn sneller mobiel en kunnen eerder naar huis, zonder extra pijn. Ook het verpleegkundig team en de artsen zijn enthousiast. “Ze zien dat het goed gaat en dat de verandering eigenlijk alleen maar positieve effecten heeft”, zegt Hanegraaf. “Er komt bijvoorbeeld minder trombose voor, er zijn minder infecties en de wond geneest sneller. Maar het belangrijkste is denk ik dat vrouwen sneller kunnen participeren in de zorg voor hun kind.” Het duurde niet lang tot ook het besef indaalde dat met

het nieuwe protocol opnamedagen vrijgespeeld worden. Een mooie bijkomstigheid die in tijden van krapte in de zorg welkom is en voor extra interesse zorgt.

Hanegraaf ging bij de start van haar afstudeeronderzoek op zoek naar ervaringen in andere ziekenhuizen. “Die ervaring is er wel, maar nergens werd het ERAS-protocol in alle facetten bij sectio’s toegepast. Daarom waren de resultaten ook niet heel goed.” Nu de nieuwe werkwijze in het Catharina Ziekenhuis wel succesvol blijkt, wordt de afdeling volgens haar platgebeld. Zorgverzekeraar VGZ zorgt er met het programma Zinnige Zorg voor dat negen ziekenhuizen het ERAS-protocol voor sectio’s versneld kunnen invoeren. Zelf is ze inmiddels beloond met twee prijzen van SCEM, ontwikkelaar van trainingen en geaccrediteerde nascholingen voor zorgprofessionals. Ze won niet alleen de Truus Vanlier-prijs, maar ook de publieksprijs. Binnenkort spreekt ze voor het verpleegkundig stafconvent. Hanegraaf blijft er nuchter onder: “Ik had nooit gedacht dat het zoveel effect zou hebben op zoveel lagen. Ik heb gewoon geluk gehad dat ik het zag.”

