



Jorieke Buirs
Muziktherapeut

Minder stress en meer comfort dankzij
muziektherapie
op de NICU

Muziektherapie is bewezen veilig en effectief voor premature baby's vanaf vierentwintig weken. Toch is de therapie pas in twee ziekenhuizen in Nederland standaard onderdeel van de neonatale zorg. Kinderarts in opleiding Hanneke van Dokkum en muziektherapeut Jorieke Buirs leggen uit waarom dat zou moeten veranderen.

Op de neonatologie intensive care unit (NICU) in het Universitair Medisch Centrum Groningen (UMCG) krijgen alle baby's muziektherapie aangeboden. "Ouders zijn in het begin soms sceptisch", vertelt kinderarts in opleiding Hanneke van Dokkum. "Er zijn al zoveel prikkels; is dit niet te veel voor hun kindje? Wij leggen hen uit dat we dat goed hebben onderzocht en bieden een proefsessie aan. De praktijk leert dat ze daarna allemaal om zijn." Muziektherapeut Jorieke Buirs ervaart in het Deventer Ziekenhuis precies hetzelfde en ziet niet alleen de kinderen maar ook de ouders ontspannen.

Veilige therapie

Van Dokkum had al langer interesse in neonatale stress. Toen oud-hoogleraar Arie Bos haar meenam naar een presentatie van de Mount Sinai Hospitals, voorlopers in neonatale muziektherapie, was ze verkocht. "Hiermee zouden we iets aan de stress kunnen doen! We hadden net uitgevogeld dat de jongste kinderen de meeste stress hebben. Tot dan toe werd muziektherapie alleen toegepast bij kinderen geboren na een zwangerschap van meer dan tweeëndertig weken. Wij hebben toen onderzocht of muziektherapie ook vanaf vierentwintig weken veilig is." Uit COMFORT-neo scores - een observatieschaal die wordt gebruikt om pijn en stress te meten bij pasgeborenen en jonge baby's - bleek dat muziektherapie ook bij de allerjongsten tot meer comfort leidde. "Toen we wisten dat het veilig kon, wilden we meer onderzoek gaan doen."

Studies tonen effect aan

Ze begon met het bestuderen van het effect van één muziektherapiesessie op de bewegingen van het kind. *General movements* - spontane, vloeiende, hele lichaamsbewegingen van baby's - zeggen iets over de integriteit van het zenuwstelsel. "We bekeken die bewegingen bij achttien jonge prematuren voor en na de sessie. Het resultaat was verbluffend. Vijftien kinderen gingen door die ene sessie al vooruit, soms met wel tien tot vijftien punten verschil."

'Het resultaat na één sessie was verbluffend'

Een grotere studie volgde, waarbij tachtig kinderen zes sessies muziektherapie kregen. Van Dokkum: "Van vijftig kinderen hebben we een complete set met alle data die we wilden verzamelen. Daar zitten de *general movements* bij, maar bijvoorbeeld ook hartslag, ademfrequentie en zuurstofsaturatie. Binnenkort gaan we hierover publiceren, maar ik kan alvast verklappen dat alle waarden verbeterden. Niet zo dramatisch als je op basis van die ene sessie misschien zou verwachten, maar ik ben alsnog heel enthousiast."

Onderdeel neonatologische behandeling

Jorieke Buirs werkt in het Deventer Ziekenhuis, het enige niet-academische ziekenhuis in Nederland dat muziektherapie standaard op neonatologie



Hanneke van Dokkum
Kinderarts in opleiding

aanbiedt. “Na haar promotie heeft Hanneke hier in Deventer gewerkt en wist ze de afdeling enthousiast te krijgen. Daardoor kon ik, supergemotiveerd na mijn stage in het Mount Sinai in New York, twee ochtenden per week als vaste kracht aan de slag.” Ze doet haar sessies op een rustig moment, als er even geen onderzoeken, behandelingen of verzorgende taken zijn. “Ik word er weleens bijgehaald als een baby niet goed drinkt, omdat de therapie ook daarbij kan helpen. Maar meestal zit ik bij de ouders als ze buidelen met hun kindje. Het is mijn bedoeling om ook hen mee te nemen in de ontspanning.”

Eigen slaapliedje

“Ik begin altijd met het liedje ‘Twinkle twinkle’”, vertelt Buirs. “Dat heeft dalende melodielijnen en een ontspannend wiegritme.” Daarna vraagt ze de ouders welk liedje voor hen belangrijk is. Dat kan net zo goed heavy metal of rap zijn; overal zit een melodie in. “Die melodie verwerk ik in een persoonlijk slaapliedje, met de woorden die ouders hun kind willen meegeven. Binnen de RBL-methode (Rhythm, Breath and Lullaby) uit New York heet dit de Song of Kin.”

‘Het geluid van de ocean disk lijkt op het ruisen van bloed en vruchtwater’

Buirs stemt heel sensitief haar muziek af op het kind. Om de uitademing te vertragen, vertraagt ze het ritme en maakt ze een geluid dat van hoog naar laag gaat. Naast haar stem gebruikt ze gitaar en ocean disk. Het geluid daarvan lijkt op het ruisen van bloed en vruchtwater, voor kinderen een

herkenbaar geluid uit de baarmoeder. Keer op keer ziet ze dat niet alleen de kinderen, maar ook de ouders tot rust komen. “Het is niet niks wat ze meemaken en met de ontspanning komt vaak de ontlading. Ook wanneer een kindje achteruitgaat, kan muziek ondersteunen. Ik verwerk de hartslag dan in het persoonlijke slaapliedje tot een HeartSong. Voor ouders is dat heel waardevol, soms wordt het zelfs op de uitvaart gedraaid.”

‘Muziektherapie is effectief, niet-invasief en relatief goedkoop’

Toegevoegde waarde

Van Dokkum blijft de mogelijkheden van muziektherapie de komende jaren onderzoeken. “Het zou mooi zijn als we het kunnen inzetten op het moment dat een kind het echt nodig heeft. Denk aan de nacht, als het onrustig is. We onderzoeken ook of we muziektherapie als pijnstillers kunnen gebruiken. Bijvoorbeeld tijdens een hielprik of labafname. En heel recent zijn we het gaan toepassen op de intensive care voor kinderen tot vijf jaar aan de beademing.”

Wereldwijd worden de effecten van muziektherapie aangetoond. Toch staat nog niet iedereen ervoor open. Ziekenhuizen die interesse hebben lopen bovendien vaak vast op financiering. Daarom zet het UMCG in op een charmeoffensief om meer bekendheid aan de therapie te geven, zowel bij het grote publiek als bij collega’s in de neonatologie. Buirs: “Het is zo waardevol om iets positiefs te kunnen bijdragen in een heel prille, kwetsbare periode. En muziektherapie is effectief, niet-invasief en relatief goedkoop.”