

# Mentale ondersteuning

Al op dag één van de lockdown was duidelijk dat het coronavirus fysiek en mentaal grote impact zou hebben op de gezondheid van patiënten, naasten én zorgmedewerkers. In het ziekenhuis werd een psychosociaal team ingesteld dat 24/7 ondersteuning kon bieden. In de eerste lijn focuste deze zorg zich op het 'Coronahotel' in Urmond. In beide lijnen is de intensieve ondersteuning intussen afgebouwd, maar liggen scenario's klaar om – indien nodig – weer op te schalen.

**Buddysysteem** “Alles wees er in die eerste dagen op dat COVID-19 een zware wissel zou trekken op de zorg en de samenleving”, blikt Annelien Duits terug. Zij is klinisch neuropsycholoog en lid van het supportteam dat in het Maastricht UMC+ wordt ingezet voor mentale ondersteuning van patiënten, naasten en collega's. “Om de juiste ondersteuning te kunnen bieden, hebben wij alle psychosociale zorgverleners in het Maastricht UMC+, van het Bedrijfs Opvang Team tot de geestelijke verzorgers, maatschappelijk werkers, psychologen en psychiaters, verbonden in één team dat 24/7 ziekenhuisbreed ingezet kon worden voor patiëntgerelateerde vragen en ondersteuning van zorgmedewerkers. Patiënten en naasten kampten met angsten en intens verdriet over het niet samen kunnen zijn. Professionals worstelden met angst voor besmetting, het grillige verloop van corona en de wens om zo menselijk mogelijk, maar toch ook veilig te werken. Die schoen wringt nog altijd. Met hard werken heeft niemand moeite, wel met de keuzes die gemaakt moesten worden tussen wel/niet behandelen en het isoleren van patiënten. Een effectief instrument dat wij in de coronatijd in het Maastricht UMC+ hebben ingesteld, is de dagelijkse 'debriefing' aan het eind van elke dienst. Niet om ervaringen te psychologiseren, maar om spanningen, verdriet, frustraties en soms ook successen en praktische zaken direct te delen met elkaar. Dit idee is een vertaling van het 'buddysysteem' dat defensie inzet bij een crisis. Het gaat uit van de gedachte dat een ander jou vaak beter in de gaten heeft dan jijzelf. Wij vinden die benadering zeer toepasbaar op de zorg

*Annelien Duits is klinisch neuropsycholoog in het Maastricht UMC+. Zij maakt deel uit van het supportteam dat psychosociale ondersteuning biedt in het Maastricht UMC+*

PERSONLIJK

# in crisistijd

waarin medewerkers zichzelf graag voorbij hollen in hun zorg voor de ander.”

**Positieve gevolgen** “Ook in de eerste lijn zagen wij de druk op patiënten, naasten en medewerkers groeien”, vult Bart Bongers aan. Hij was betrokken bij de organisatie van mentale ondersteuning in het Coronacentrum Urmond. “In het hotel hadden we de mogelijkheid om 240 patiënten uit Zuid-Limburg op te vangen; op het hoogtepunt lagen er 40 patiënten. Terugkijkend kan ik echt trots zijn op de manier waarop de zorgregio’s met de zorgbehoefte hebben meebewogen en bereid waren samen te werken. Die ruimte was er in Maastricht Heuvelland ook, want alleen al in de GGZ is het aantal verwijzingen tijdens de coronagolf verminderd – van 700 in januari naar ruim 200 verwijzingen in april. Het aantal is inmiddels weer gestegen, maar er is tot op heden (juli 2020) geen inhaaleffect. De eerste conclusie die we hieruit kunnen trekken is dat mensen in deze collectieve crisis blijkbaar niet extra zorg nodig hadden, veel zelf konden en elkaar waarschijnlijk ook meer hebben geholpen.”

Nu de eerste golf voorbij is, is het *business as usual* en fungeren de huisarts en POH GGZ weer als eerste aanspreekpunt en schakel met het GGZ-netwerk. Bart: “Wetende dat er veel speelt bij mensen en omdat men ook ziet dat het in de zorg anders kan, heeft een aantal huisartsen het 10-minuten-consult uitgebreid naar 15 minuten. Hierdoor is er in het gesprek meer ruimte voor de psychische gesteldheid van patiënten. De POH GGZ behandelt mensen – ook collega’s – die (als gevolg van corona) stress, angst of paniek ervaren, anderen worden naar de juiste plek in het GGZ-netwerk doorverwezen. Steeds meer praktijken bieden deze ondersteuning sinds de coronacrisis ook online aan. Tijdens de crisis als vervanging van het *face-to-face*-contact, nu omdat online contact het mogelijk maakt om snel te schakelen. Corona heeft zo ook iets goeds gebracht, dat de kwaliteit van de gezondheidszorg ten goede komt.”



PERSONLIJK

*Bart Bongers is manager GGZ bij ZIO en manager bij Mens GGZ. Hij is betrokken bij de organisatie van mentale ondersteuning van (corona)patiënten en zorgmedewerkers in de eerste lijn.*