

Een groep musici beladen met instrumentkoffers kwam afgelopen zomer door de deur van de revalidatieafdeling van woonzorgcentrum De Brink in Groningen. Er wonen ouderen die tijdelijk niet thuis kunnen wonen, bijvoorbeeld na een heupoperatie. De contrabassist zette zijn instrument naast de loopband waarop een vrouw aan het trainen was. Hij begon te spelen: simpele noten, in haar ritme.

Het werkte, vertelt directeur Carry de Niet van zorgorganisatie ZINN, waar De Brink onder valt - al zou ze dat niet in medische termen beschrijven. „Er ontstond aandacht, een bepaalde zachtheid”, vertelt ze. Het project met de musici, een proef die eind vorig jaar afliep, maakte op de afdelingen veel indruk. „Medewerkers lieten de musici beloven dat ze zouden terugkomen.”

Bestuurder De Niet hoort bij de groeiende groep mensen uit de zorgsector die bepleiten dat kunst en muziek een vaste plek verdienen in de Nederlandse gezondheidszorg. Want het wetenschappelijk bewijs dat patiënten minder pijn en stress ervaren door kunst, met name muziek, stapelt zich op. Ook zorgmedewerkers voelen zich beter, en de omgang tussen hen en de patiënten versoepelt.

Zo'n zeventig mensen - van overheidsorganisaties als ZonMw en het Sociaal en Cultureel Planbureau, tot academische ziekenhuizen en kunstacademies - schreven daarom een *white paper*, een rapport met beleidsdoelen. Vorige week overhandigden ze het aan topambtenaren van de ministeries van OCW en VWS. Vrijdag was er een symposium over in Groningen. Het vormde de eerste mijlpaal in het vijfjarige project Arts in Health, dat in januari 2023 begon; een Gronings initiatief, gefinancierd door de universiteit, het academisch ziekenhuis, en voor 1 miljoen euro uit de herstelgelden voor de aardbevingsschade door de gaswinning.

„Er zijn al prachtige projecten, maar het veld is gefragmenteerd. Kunst in de zorg moet een duurzame praktijk worden, vergezeld van onderzoek en onderwijs”, zo vatte programmadirecteur Kirsten Krans de toestand samen bij het begin van dat symposium in het Grand Theatre aan de Grote Markt. Het symposium ging niet alleen over zorgbeleid: de bijna tweehonderd deelnemers kregen vanaf hun stoel een dansworkshop, er was vioolimprovisatie, en opvallend vaak begonnen sprekers over hun eigen ervaringen met kunst in de zorg.

*Mijn vader heeft het etiket Alzheimer. Het gaat alleen nog maar over wat hij niet meer kan, zoals koffie zetten. Je kunt je voorstellen wat voor effect dat heeft op zijn eigenwaarde. Maar sinds een tijdje zingt hij elke donderdag in een shantykoor. Hij vergeet veel, maar die afspraak niet. Hij zegt dat hij weer vrienden heeft. En het helpt mijn moeder dat hij vrolijk is, dat hij verhalen vertelt. (Tineke Abma, hoogleraar ouderenparticipatie aan het Leids Universitair Medisch Centrum)*

## Muziek bij de operatie

Hoe waardevol het is om muziek het ziekenhuis binnen te krijgen, weet anesthesioloog Markus Klimek, die in het Rotterdamse academisch ziekenhuis Erasmus MC een van de leiders is van het onderzoeksproject Muziek als Medicijn. „Mensen ervaren minder angst en pijn na een operatie als ze muziek luisteren, en waarschijnlijk helpt het ook tegen slape-loosheid”, vertelt hij aan de telefoon.

## GEZONDHEIDSZORG

Academische ziekenhuizen en kunstinstellingen riepen vorige week ministeries op om cultuur een vaste plek te geven in de zorg. „Er komt meer aandacht voor medemenselijkheid.”

Door onze redacteur **Hester van Santen**

# Muziek verzacht de pijn



Twee cellisten van **MuziekAanBed** spelen voor een patiënt



**Maaik van der Linde** van Stichting MimicMuziek speelt in een ziekenhuis



Twee musici van MuziekAan Bed spelen op één cello **aan het bed van een patiënt in een ziekenhuis**

Er zijn inmiddels genoeg onderzoeken, van het Erasmus MC en internationaal, die aantonen dat muziek helpt en als ‘behandeling’ ongevaarlijk en bijna gratis is. Sinds vorig jaar raadt de officiële richtlijn voor Nederlandse medisch specialisten daarom aan om patiënten rond een operatie de mogelijkheid te geven om naar muziek te luisteren. Toch gebeurt dat nog zelden, zegt Klimek. „Mijn optimistische schatting is dat dit bij 10 procent van operaties wordt aangeboden.”

Muziek op je telefoon aan, oortjes in in bed, en dan zo de operatiekamer in; de meeste patiënten willen het, en het klinkt eenvoudig. Maar volgens Klimek is dat niet zo. „Er komt heel veel bij kijken. Hoe zit het met hygiëne als mensen hun telefoon mee naar de operatiekamer nemen? Hoe voorkomen we dat patiënten foto's maken met hun telefoon? En er is meer onderzoek nodig: helpen alle muzikale genres bijvoorbeeld even goed?”

*Op de ziekenhuiszaal hoor je nooit muziek, maar piepjes van infuuspompen. Ik vond het spannend toen er musici op onze afdeling kwamen. Ging iedereen nou zijn emoties de vrije loop laten? Ja, die emoties kwamen. Maar dat bleek niet zo erg. Wij artsen zijn gewend om onze emoties niet toe te laten, het vak wordt geregeerd door protocollen. Dat past niet meer. Door muziek op de afdeling kregen menselijke emoties meer ruimte. (Barbara van Leeuwen, oncologisch chirurg aan het Universitair Medisch Centrum Groningen)*

## Harde effecten

Volgens Klimek zijn zorgverzekeraars

bereid om opgenomen muziek in de ziekenhuiszorg te financieren - in de richtlijn staat immers dat het werkt. Voor live muziek in de zorg is dat anders, zegt hij. Ze willen eerst meer bewijs zien dat dat ‘harde’ effecten heeft, zoals op medicijngebruik en ligduur. „Zij zeggen: we zijn een zorgverzekeraar, geen *feelgood*-verzekeraar.” De *white paper* die vorige week werd gepresenteerd, noemt het regelen van „structurele financiering” van kunst en muziek in de zorg een van de belangrijkste doelen.

„Het wordt interessant hoe we financiering gaan regelen”, zegt directeur Carry de Niet van de Groningse ouderenzorginstelling ZINN, die zelf kunsthistoricus is. Toen ze in 2018 aantrad als bestuurder, hadden muziek en kunst daar al een plek in de zorg. De Niet breidde dat uit met onder meer locatietheater, een gedichtenproject voor bewoners, en een *artist in residence*, afkomstig van de Groningse academie Minerva.

De musici die vorig jaar bij ZINN wekelijks musiceerden op de revalidatieafdeling en bij mensen in de stervensfase, zijn aan het Prins Claus Conservatorium getraind om te werken in de zorg. Tot nog toe betaalde het conservatorium de honoraria, maar als De Niet structureel klassieke musici in haar verpleeghuizen wil inzetten, wil ze de kosten betalen uit sponsoring en uit de eigen begroting. „We hebben gezien dat het werkt. Ik kan nu niet meer zeggen: het stopt, want het geld is op. Dan vind ik dat je mensen ontmoedigt.”

*Ik doe hierbij de toezegging dat er iets gaat gebeuren met deze white paper. Ik heb zelf gezien hoe belangrijk het is. Ik kreeg twee keer binnen een half jaar*

„Muziek stimuleerde me, muziek zorgde dat ik uit mijn angsten kwam

*een hernia. Ik wist mijn god niet meer hoe ik moest bewegen. Muziek stimuleerde me. Muziek zorgde dat ik uit mijn angsten kwam. En dat geldt voor heel veel mensen, zeker voor jonge mensen in deze provincie. (Tjeerd van Dekken, PvdA-gedeputeerde cultuur en zorg in Groningen)*

## Meer medemenselijkheid

Volgens Karolien Dons, lector ‘music in context’ aan de Groningse Hanzehogeschool, kijkt de zorgsector sinds enkele jaren anders naar kunst en muziek. „Er is een zorgcrisis gaande waardoor de sector beseft: we moeten de zorg anders inrichten. Er komt meer aandacht voor medemenselijkheid, voor minder medicalisering.”

Musici van het Prins Claus Conservatorium, waaraan zij verbonden is, willen graag in de zorg werken, zegt ze. „Musici willen niet alleen een avond opfleuren en applaus krijgen. Ze kunnen een bijdrage leveren aan verwerking bij rouw, bij ziekte of na een zware operatie.”

In Groningen loopt voor dat doel sinds 2015 het project MiMic (‘Meaningful music in healthcare’), van de Hanzehogeschool en het UMCG. Momenteel spelen in ziekenhuizen in Den Haag en Groningen klassiek geschoolde musici op afdelingen voor patiënten en zorgmedewerkers.

Improvisatie - zoals de contrabassist bij ZINN aan de loopband deed - speelt ook bij de muziek van MiMic in ziekenhuizen een belangrijke rol. Musici laten zich inspireren door levensverhalen van patiënten of medewerkers, vragen hen welke emoties ze in de muziek willen horen, of nodigen hen uit om mee te bewe-

gen. Verpleegwetenschapper Hanneke van der Wal promoveerde in januari op het effect van MiMic-optredens bij ouderen die vanwege kanker geopereerd moesten worden. Na zo'n sessie ervoeren patiënten minder pijn, vertelde ze tijdens het symposium.

Maar die „klinische harde uitkomstmaten”, zoals Van der Wal het noemde - de taal van medisch wetenschappers - doen er maar ten dele toe volgens mensen die met kunst in de gezondheidszorg bezig zijn. Zoals Christopher Bailey, die bij de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) de sector Arts and Health leidt. De Brit legde in 2019 een fundament voor kunsten in de gezondheidszorg met een rapport dat in 146 pagina's het wetenschappelijk bewijs samenvatte. Dat was slechts het begin, zegt hij tijdens een gesprek in het Grand Theatre. „*Evidence based medicine* is een toegangskaartje is om in gesprek te komen met medici. Om door de muren te breken, en te vertellen over de kracht van kunst.”

Bailey, die vroeger als acteur werkte, hield tijdens het symposium een indrukwekkende monoloog. Hij werd in de afgelopen jaren gaandeweg bijna blind door een glaucoom. Zijn handicap - die direct opvalt, door zijn blindenstok en grote hoed - werd na diepe rouw een bron van kracht voor zijn werk. „Ik werkte bij de WHO om kwetsbaren te dienen. Ik zette hiv-klinieken op, maar ik was daar altijd vanuit een machtspositie. Toen ik mijn zicht verloor, werd ik een kwetsbare. Ik was gewend iets voor mensen te doen, maar ik voelde ineens hoe arrogant dat was. Een kunstenaar vertelt je niet wat de oplossing is. Kunst geneest niets, maar zorgt dat je een pad vooruit ziet.”