

Wereldwijd bestaan diverse vormen van complementaire zorg, vaak gebaseerd op lokale en culturele gebruiken. Er kunnen vele redenen zijn om andere vormen van geneeswijzen toe te passen, naast of in plaats van westerse of reguliere geneeskunde. In Afrika speelt de Tribal Healer een belangrijke rol in het maken van keuzes. In de VS worden complementaire zorgvormen zelfs in vooruitstrevende academische ziekenhuizen aangeboden en in Europa kiest men vaak nog steeds voor het bewandelen van twee verschillende paden.

Door: Gülsah Can, Hager Said en Mickey Las van Bennekom, deelnemers

# Congres International Federation of Medical Students' Association

## *Workshops Integrative Medicine voor medische studenten*

**C**omplementaire en reguliere behandelwijzen maken deel uit van de nieuwe snel groeiende loot aan de boom, Integrative Medicine.

Er kan sprake zijn van een verminderd vertrouwen in de reguliere gezondheidszorg, waardoor patiënten naar alternatieven zoeken of als de rol van de reguliere zorg is uitgespeeld kijkt men of er nog andere mogelijkheden zijn. Welke beweegredenen er ook bestaan, wereldwijd wordt er steeds meer gebruik gemaakt van andere vormen van zorg dan onze reguliere geneeskunde. De zorgaanbieders komen dan ook steeds meer tot de conclusie dat de ene vorm de andere niet uitsluit.

### **Definitie Integrative Medicine**

Het Consortium of Academic Health Centers voor Integrative Medicine definieert Integrative Medicine als volgt: "de praktijk van geneeskunde die het belang van de relatie tus-

sen arts en patiënt bevestigt, zich richt op de hele persoon, gebaseerd is op bewijs en gebruik maakt van alle passende therapeutische benaderingen, beroepsbeoefenaren in de gezondheidszorg en disciplines, om een optimale gezondheid en genezing te bereiken."

Evidence Based complementaire behandelwijzen maken deel uit van Integrative Medicine. In de Verenigde Staten is de oudere benaming voor andere geneeswijzen 'alternative medicine' vervangen door de bredere term 'Complementary and Alternative Medicine'. CAM wordt nu gedefinieerd als een groep van diverse systemen, praktijken en producten op medisch gebied en het gebied van de gezondheidszorg die over het algemeen niet worden beschouwd als onderdeel van de conventionele geneeskunde. Integrative Medicine is juist dat wat CAM verbindt met de reguliere zorg.

### **Toepassing**

In steeds meer westerse landen wordt Integrative Medicine toegepast. Een voorbeeld is de Verenigde Staten. De prominente universiteiten Yale en Harvard hebben beide een academisch programma ontwikkeld voor Integrative Medicine en hebben beschikking over een Integrative Medical Center. In Nederland staat de kinderafdeling van het Slotervaart ziekenhuis in Amsterdam bekend om zijn innovatieve toepasbaarheid van Integrative Medicine. Hier worden onder andere verschillende relaxatietherapieën toegepast.

### **Educatie**

Ondanks het feit dat IM steeds meer wordt toegepast is het een vaag begrip voor medisch studenten. Educatie over andere zorgvormen aan medische studenten, het gebruik wereldwijd en de mogelijkheden van Integrative Medicine, is zeer beperkt. In Nederland zijn er daarom cursus-

sen georganiseerd over deze geneeswijzen en over Integrative Medicine op verschillende faculteiten en is er in 2009 een symposium georganiseerd.

Geïnspireerd door de activiteiten rondom IM hebben wij, Micky, Hager en Gulsah, drie medisch studenten van het VU Medisch Centrum, besloten om de kennis te verspreiden op internationaal niveau. De gelegenheid deed zich voor tijdens een bijeenkomst van de 'International Federation of Medical Students' Association' (IFMSA) in Bangkok, Thailand, in maart 2010. Het thema van de bijeenkomst was Integrative Medicine en dit was een uitstekende kans om een driedaagse workshop te organiseren voor de internationale medische studenten. Deze workshop werd voorbereid en gegeven door Inès von Rosenstiel verbonden als kinderarts aan het Amsterdamse Slotervaartziekenhuis, David Kopsky arts, en acupuncturist en secretaris van stichting IOCOB en Mischa Nagel directeur van Supplement.

### IFMSA

De IFMSA is een internationale niet-politieke medische studentenorganisatie. Medische studenten van 89 landen van zes continenten zijn aangesloten bij IFMSA in 2009; meer dan 1,2 miljoen studenten worden vertegenwoordigd. IFMSA houdt zich



bezig met Global Health en alles omtrent dit thema en heeft werkgroepen voor onder andere Human Rights, Sexual Education en Medical Education. IFMSA organiseert diverse projecten op lokaal en internationaal niveau en organiseert uitwisselingsstages.

De organisatie wordt officieel erkend als Non-Governmental Organization (NGO) door de Verenigde Naties en wordt erkend door de World Health Organization als het internationale forum voor medisch studenten.

### preGA

Twee keer per jaar wordt een General Assembly (GA) georganiseerd door IFMSA. Tijdens deze bijeenkomst, komen delegatieleden van verschillende aangesloten landen bij elkaar, waarbij onder meer het beleid wordt bepaald voor het volgende half jaar, bestuursleden worden gekozen, trainingen worden gevolgd en wordt gediscussieerd over bestaande en nieuwe internationale projecten. Voor de GA wordt de pre General Assembly (preGA) gegeven. Gedurende drie dagen worden verschillende workshops georganiseerd. Dit biedt de mogelijkheid voor de delegatieleden om workshops te volgen over diverse onderwerpen.

### De sprekers

De volgende drie sprekers zijn veelgevraagde presentatoren op internationale medische congressen:

- David Kopsky heeft naast de medische opleiding ook de opleidingen gevolgd tot acupuncturist en hypnotherapeut. Daarnaast is hij werkzaam als secretaris bij stichting IOCOB, stichting voor innovatief onderzoek en onderwijs van complementaire geneeswijzen. Binnen IOCOB doet Kopsky onderzoek naar diverse complementaire therapieën en publiceert hij uitkomsten van deze therapieën op de website van IOCOB en in diverse tijdschriften. Ook heeft hij klinisch onderzoek gedaan op het gebied van complementaire behandelwijzen. Binnen Nederland houdt hij zich ook bezig met educatie aan medische studenten over complementaire geneeswijzen en Integrative Medicine. Hij heeft ook zijn hulp verleend bij de organisatie van verschillende cursussen voor medische studenten.
- Inès von Rosenstiel is kinderarts en afdelingshoofd op het Slotervaartziekenhuis en is voorzitter van het NIKIM, het nationaal informatie en kenniscentrum Integrative Medicine.

Zij integreert verschillende relaxatievormen als muziektherapie en geurtherapie binnen de kinderafdeling en werkt daarbij samen met diverse complementaire artsen en behandelaars.

In 2009 sprak zij ook voor medisch studenten in Nederland op het congres over Integrative Medicine.

- Mischa Nagel is directeur van Supplement. Deze organisatie richt zich op het verspreiden van kennis en informatie over reguliere en complementaire gezondheidszorg. Naast zijn dagelijkse werk besteedt Mischa Nagel veel tijd aan onderzoek en ontwikkeling van natuurlijke gezondheidsproducten die zowel een aanknopingspunt vinden in de complementaire zorg als in de reguliere geneeskunde. Hij heeft zichzelf gespecialiseerd in een aantal kennisgebieden zoals het zuurbase evenwicht in relatie tot de lichamelijke afweer, het glutathion-systeem, en de natuurlijke aanpak bij schimmelinfecties.



Inès von Rosenstiel

Dit laatste onderwerp is erg actueel en zijn benadering krijgt steeds meer wetenschappelijke ondersteuning.

### De deelnemers

Er waren deelnemers uit verschillende landen. Europese studenten kwamen uit Nederland, IJsland, Denemarken en Duitsland. Aziatische studenten kwamen uit Thailand en Taiwan.

Doordat de medische studenten van verschillende landen en continenten afkomstig waren, zorgde dit voor een grote diversiteit in culturen en achtergronden. Hierdoor waren er zeer diverse reacties betreffende de onderwerpen van de workshops en kon een goede evaluatie worden gemaakt over de stand van zaken betreffende andere geneeswijzen, Integrative Medicine en de educatie hierover in de verschillende landen van de deelnemers.

### De workshop

Tijdens de workshops werden diverse onderwerpen behandeld. De presentaties werden afgewisseld met energizers en teambuildingactiviteiten. Er was genoeg interactie en tijd voor discussie. Ook de oefeningen die de studenten onderling moesten doen werden heel positief ervaren. De algemene tevredenheid onder de studenten was duidelijk te zien.

### De behoefte aan menselijke zorg

Op de eerste dag vertelde Mischa Nagel dat complementaire zorgvormen in economisch opzicht reeds een markt op zich zijn. Aan de hand van cijfers toonde hij aan dat het gaat om een miljardenmarkt, alleen al in de VS. Het is fenomenaal om te zien hoe de gezondheidsmarkt in de oudheid altijd één markt geweest is en dat pas sinds de industriële revolutie een tweedeling is ontstaan. Meer onderzoek wordt mogelijk en men gaat zich voornamelijk richten op wat daaruit voortkomt.

De gezondheidszorg heeft een enorme hoeveelheid kennis opgebouwd, maar gaat voorbij aan de menselijke zorg die nodig blijft. Bovendien is daarmee een vorm van zorg ontstaan, die lang niet voor iedereen toegankelijk is. We moeten opnieuw een balans zoeken om zorg daadwerkelijk een zorg te laten zijn in plaats van een technische handeling. Dat zijn eisen die de zorgconsumenten neerleggen. Ze nemen geen genoegen meer met de vijf minuten die de dokter aan tijd heeft in zijn productietijd.

### Definitie van IM

Inès von Rosenstiel ging verder in op de definitie van Integrative Medicine.

### Kennis en acceptatie

Er werden trainingen gegeven over cultuurverschillen en multidisciplinaire samenwerking. Kennis over deze onderwerpen is noodzakelijk voor een implementatie van Integrative Medicine en een acceptatie van andere geneeswijzen, waarvan patiënten gebruik maken.

### Evaluatie

Ten slotte vond een evaluatie plaats en ontstond een discussie over de situatie van andere geneeswijzen en IM in de verschillende landen aan de hand van de volgende acht vragen:

1. Are complementary therapies accepted as a form of care by the population in your country?
2. Are complementary therapies included in primary or secondary care in your country?
3. Could you give a brief description, which complementary therapies are widely practiced in your country?
4. Are there complementary therapies within your country, which are less wellknown in other countries?
5. Does your government promote the inclusion of complementary the-

rapies within the total healthcare system of your country actively?

6. Is there any legislation on complementary therapies within your country?

If yes, what does this legislation imply? If not, are there any complementary therapies which are illegal in your country? What are the requirements for health practitioners to practice complementary therapies?

7. What is your opinion about complementary therapies?

Do you notice any possibilities within your country; do you experience advantages or disadvantages of complementary therapies within your country?

8. Do you know how many people use complementary therapies within your country each year and how many money is spend to it approximately?

### Presentatie van antwoorden

Tijdens de tweede dag kregen de deelnemers de opdracht om de acht vragen op een creatieve manier te tekenen en te presenteren. Dit gaf een compleet beeld over toepassing van CAM in verschillende landen.

### Onderzoek

Vervolgens besprak David Kopsky wetenschappelijk onderzoek rond complementaire geneeswijzen en besprak systemen, waardoor een arts kennis heeft over de effectiviteit en veiligheid van verscheidene therapieën. Deze systemen betreffen onder andere het stoplicht-systeem, waarbij door een groen, oranje of rood licht, de zinvolheid van een therapie wordt aangegeven met daarin vooral de aandacht op veiligheid en werkzaamheid.

### Praktijk

Daarna ging Inès von Rosenstiel in op het aspect hoe andere geneeswijzen een plaats kunnen hebben binnen het

ziekenhuis. Zij gaf praktische tips om dit mogelijk te maken, ondanks de weerstanden die veelvuldig heersen. Zij vertelde hoe IM zich richt op lifestyle. Voor kinderen met obesitas is er een Integrative Medicine programma ingesteld.

Naast multidisciplinaire benaderingen worden ook sessies in vorm van individuele therapie en familietherapie gegeven.

### Hypnose

In de ochtend van de derde hield Kopsky presentatie over hypnose. Bij de studenten was dit een van de favoriete onderdelen van de workshop.

### Toekomst

In de middag werd de follow-up besproken. De studenten kregen tijd om te bedenken wat ze in het vervolg wilden doen. Een van de doelstellingen van de workshop was immers om de studenten te stimuleren projecten in hun eigen land te organiseren rond IM.

### Hoogtepunten uit de workshops

De hoogtepunten worden weergegeven aan de hand van een aantal vragen, onder meer de eerder genoemde acht opdrachtvragen.

### Wat is de stand van zaken wat betreft integrative medicine en CAM in de wereld?

Over de toepassing van complementaire therapieën in de wereld zijn er grote verschillen. In de VS zijn er 280 miljoen gebruikers. Tijdens 354 miljoen bezoeken aan CAM therapeuten wordt \$ 35 miljard uitgegeven aan complementaire geneeskunde. Vooral aan supplementen en kruiden wordt heel veel geld uitgegeven. In Europa zijn geen vergelijkbare statistieken beschikbaar. In de EU wonen tweemaal zo veel mensen als in de VS; aangenomen mag worden dat de markt-grootte substantieel zal zijn.

### Hoe denk je over complementaire therapieën?

Aan de studenten was opdracht gegeven de vragen voor te bereiden aan de hand van de stand van zaken rond IM in hun eigen land.

De algemene opinie was dat educatie in IM essentieel is. Veel artsen weten weinig over dit onderwerp en hier zou verandering in moeten komen.

Een student uit Denemarken vond dat zowel reguliere geneeskunde als complementaire therapie aan verbetering toe zijn. Die verbetering is de integratie van beide geneeswijzen. Een student uit IJsland vond dat patiënten gebruik moeten kunnen maken van aanvullende therapieën indien dit hun wens is. Artsen moeten getraind worden om de patiënten te kunnen doorverwijzen, wanneer de patiënt dit vraagt bij ontevredenheid over een reguliere therapie.

### Hoe zijn per land de complementaire therapieën geaccepteerd als een vorm van zorg?

- In Taiwan is Traditional Chinese Medicine (TCM) algemeen geaccepteerd. Als patiënten ziek zijn en beter willen worden, gaan ze eerder naar een reguliere dokter. Van de bevolking maakt echter 80-90% gebruik van de TCM; hierin gaat \$ 530 miljoen dollar om. De gedachte is dat de mens zijn gezondheid in stand houdt door de traditionele geneeswijze, waardoor het merendeel van de gezonde mensen gebruik maakt van deze therapie.
- Hetzelfde geldt voor Thailand. Bewoners gebruiken kruiden om zichzelf gezond te houden in plaats om een ziekte te genezen. Dit is over het algemeen geaccepteerd. Bovendien maken bewoners vaak gebruik van kruiden en traditionele therapieën, waarover zij in hun omgeving positieve verhalen hebben gehoord. In Thailand maakt 90% van de populatie gebruik van tradi-

tionele geneeswijzen. Voorbeelden van gebruikte therapieën zijn: meditatie (50%), acupunctuur en TCM.

- In Duitsland worden de therapieën door een deel van de bevolking geaccepteerd. Meestal gaan patiënten voor hun hulpvraag naar een reguliere dokter. De meest gebruikte complementaire geneeswijzen zijn: kruidentherapie (pillen/capsules), homeopathie, antroposofisch geneeskunde en acupunctuur.
- In Nederland maken veel patiënten gebruik van aanvullende therapieën of middelen. Een aanzienlijk grote groep Nederlanders maakt gebruik van complementaire therapieën zoals: homeopathie, acupunctuur, hypnotherapie, en natuurgeneeskunde.
- In Denemarken is het weer een ander verhaal. Complementaire therapieën zijn niet geïntegreerd in de richtlijnen van reguliere geneeskunde, maar de regering biedt wel vergoeding voor bepaalde CAM therapieën zoals acupunctuur en cursussen als yoga. 50% van de huisartsen zet deze techniek in en dit wordt door de ziektekostenverzekering vergoed. Hierdoor volgen veel studenten een cursus over yoga. 50% van de populatie maakt gebruik van acupunctuur voor pijnmanagement. Daarnaast wordt veel gebruik gemaakt van reflexologie.
- In IJsland is CAM niet geaccepteerd door zorgverleners, hoewel het wel heel populair is. Veel bewoners bezoeken privéklinieken buiten de steden. Daar leren zij twee weken om te gaan met goede voeding en

eetgewoontes. Dit verblijf betalen de patiënten zelf.

### **Welke complementaire therapieën zijn wereldwijd minder bekend?**

Dit zijn de therapieën die in de volgende landen worden toegepast:

- Taiwan: Schraaptherapie of guasha, Qi Qong
- Thailand: Yoga, meditatie
- Duitsland: Homeopathie
- Nederland: Antroposofisch therapie, natuurgeneeskunde
- Denemarken: Reflexologie

### **Wat zijn de zorgsystemen in verschillende landen, wat is de rol van de regering en de wetgeving over CAM?**

- In Nederland is sprake van eerste- en tweedelijnszorg. Complementaire therapieën zijn niet geïntegreerd in beide zorgsystemen. Alleen in het Slotervaartziekenhuis wordt Integrative Medicine toegepast en vergoed door de verzekering. Daarnaast heeft de regering een onderzoeksproject naar een CAM therapie gefinancierd. Aan dat onderzoek hebben 15 CAM-artsen deelgenomen. In Nederland bestaat geen wetgeving over CAM.
- In Taiwan zijn traditionele en complementaire geneeswijzen geïntegreerd in het zorgsysteem. Er is geen sprake van eerste- en tweedelijnszorg. Patiënten kunnen zelf bepalen of ze naar een ziekenhuis of een kliniek willen. Afhankelijk van de therapie biedt de regering een gedeeltelijke vergoeding voor alternatieve therapieën. Er bestaat wetgeving over TCM.
- In Thailand is de traditionele geneeskunde niet geïntegreerd in het zorgsysteem. De regering heeft wel een afdeling voor CAM, maar deze wordt weinig onder de aandacht gebracht.
- In Duitsland worden complementaire therapieën actief gepromoot

in het zorgsysteem. Dit komt omdat de regering gelooft dat hiermee bespaard kan worden op financiële middelen. Met name Manuëltherapie en acupunctuur worden door het zorgsysteem aangeboden. De verzekering vergoedt homeopathie als het door de arts noodzakelijk wordt geacht. In Duitsland bieden circa vijf klinieken legaal verschillende alternatieve complementaire behandelingen aan.

- In Denemarken kunnen 50% van de huisartsen complementaire geneeskunde, zoals acupunctuur, toepassen. De regering zorgt voor de cursussen. De kosten voor spreekuur en therapie worden niet vergoed. De regering draagt wel bij in de kosten voor yogalessen. Verder is de wetgeving stipt over gebruik van kruiden. In Denemarken is het verboden om supplementen te promoten.

### **Educatie CAM in het medische curriculum**

In Nederland is er geen sprake van dat in het medisch curriculum bepaalde traditionele geneeswijzen of complementaire therapieën onderwezen worden. In andere delen van de wereld is dit anders geregeld. Bijvoorbeeld in Taiwan, waar een medische student de mogelijkheid heeft om naast de reguliere medische opleiding tegelijkertijd ook TCM te studeren. Wel is de studie een jaar langer en moet de student veel meer colleges volgen.

De opbouw van de studie is als volgt: De eerste twee jaren van de studie wordt gescheiden gevolgd. Studenten die TCM studeren krijgen eerste jaren alleen onderwijs in dat onderwerp. Daarna volgen zij twee jaar les samen met geneeskundestudenten. Daarna lopen beide groepen coschappen; de studenten van TCM moeten een jaar extra coschappen lopen. Aan het einde van de opleiding kan men kie-

*“Limitations live only in our minds. But if we use our imaginations, our possibilities become limitless.”*

Paolinetti, Jamie

zen voor een specialisatie in TCM of voor het worden van conventioneel arts. De geneeskundestudenten hebben deze keuze niet.

Vervolgens ontdekten wij dat kennis over bepaalde CAM-therapieën voor westerse studenten vaak vanzelfsprekend is en dat dit niet geldt voor Aziatische studenten. Een van de deelnemers uit Thailand wist namelijk niet wat homeopathie inhoudt. Dit verschil in kennis en toepassing van CAM heeft indruk op de groep gemaakt.

### Enthousiasme

Het enthousiasme van de studenten, van de sprekers en het organiserend comité was al vanaf dag één van onze gezichten af te lezen. Studenten waren speciaal voor deze workshop naar Thailand gekomen. De goede stemming in de groep zorgde voor een hechte band en creëerde een sfeer waar de meest geweldige ideeën uit kwamen. De workshop was een en al succes, die al zijn vruchten begon af te werpen tijdens de preGA.

### Mogelijke follow-ups

Tijdens de derde dag van de workshop werd met de deelnemers de follow-up besproken.

Een student uit Denemarken kwam met het idee om een studentengroep op te richten.

De sprekers stelden voor om een digitaal communicatieplatform op te starten, zoals yahoo groups. Daarmee zou in eigen land verder kunnen worden gecommuniceerd over activiteiten rond Integrative Medicine.

Ook zouden de studenten een blog kunnen schrijven, dat gepubliceerd kan worden op de website van IOCOB.

### Oprichting ISNIM

Tijdens de general assembly kwamen groot deel van de studenten bij elkaar om plannen af te stemmen. Het gezelschap werd verrijkt met een nieuwe student uit Filippijnen.

Samen zijn de International Students' Network on Integrative Medicine (ISNIM) opgericht.

- De visie is om bewustzijn te verschaffen en algemene acceptatie te verkrijgen over Integrative Medicine.
- De missie is om een communicatieplatform te creëren tussen externen en studenten.
- De doelen zijn onder meer onderwijzen en lobbyen naar (inter)nationale regering.

De studenten hopen dat de groep zal opbloeien tot een actieve en grotere studenten netwerk over de hele wereld!

### Theme Events

De thema van de hele General Assembly was complementaire alternatieve medicine (CAM). Hierdoor waren er tussen de vergaderingen en trainingen door zogenoemde Theme Events. Hierbij werden vijf workshops gegeven rondom de thema's: yoga, traditioneel Thai massagetherapie, de filosofie van CAM, meditatie en hypnotherapie. De laatste workshop werd door ons gecoördineerd en gegeven door David Kopsky. Er konden maximaal 50 studenten aan de workshop deelnemen.

### Interactie

Maandag 8 maart was het eindelijk zover. David Kopsky startte met een presentatie van 15 minuten over IM en hypnotherapie. Daarna volgde het interactieve gedeelte waarbij studenten de basics van de hypnotherapie werd geleerd.

De eerste oefening bestond uit het imiteren van elkaar. Dit leverde voor de studenten veel plezier en gelach op. Aan het einde van de oefening werden de bevindingen besproken.

Daarna gaf de spreker nog meer geheimen van hypnotherapie prijs. Al snel begonnen de studenten in te zien wat een onderdeel van hypno-



Mischa P.M. Nagel

therapie, rapport, kan betekenen voor de relatie met de patiënt.

Toen was de tijd aangebroken voor een demonstratie. Er heerste een grote stilte binnen de groep. De hypnose lukte perfect en de deelnemers waren klaar om een hypnosessie op elkaar uit te testen. Meer dan 50 studenten waren in anderhalf uur omgetoverd tot hypnotherapeuten. Het was inmiddels al etenstijd, maar de deelnemers bleven doorgaan.

We sloten de workshop af met een bespreking van de opgedane ervaringen. In de ogen van de studenten zag je een voldane en stralende blik.

Het Thaise organiserend comité bedankte David Kopsky voor de geweldige workshop. <

De preGA over Integrative Medicine werd mogelijk gemaakt door de hoofdsponsors VSM geneesmiddelen, CAM-verenigingen, Weleda, Springfield Nutra en Supplement BV.