

■ EXPERTBIJDRAGE van Diederik Gommers

Meer awareness voor het Post-Intensive Care Syndroom



Diederik Gommers

Patiënten die op de intensive care belanden, krijgen veelal te maken met nasleepklachten. Deze klachten worden samen het Post-Intensive Care Syndroom (PICS) genoemd. PICS is nog relatief onbekend, waardoor niet altijd direct de juiste diagnose wordt gesteld. Het creëren van awareness is van groot belang, vertelt Diederik Gommers, voorzitter van intensivistenvereniging NVIC en hoogleraar Intensive Care geneeskunde van het Erasmus MC.

Nasleep van opname

“Een opname op de intensive care (ic) is een aangrijpende gelegenheid. Je bent ernstig ziek en ligt aan de monitor en

beademingsapparaat. Dit heeft vaak grote gevolgen voor iemands functioneren daarna”, legt Gommers uit. Het kan gaan om fysieke (pijn, spierzwakte), mentale (angst- en depressieklachten) en neuro-cognitieve (gebrek aan concentratie, geheugenproblemen) klachten, welke mensen ernstig kunnen remmen in hun dagelijks functioneren. “Het duurt lang voordat ze weer aan het werk kunnen, als dit überhaupt nog kan. Daarnaast kunnen ze moeite hebben met dagelijkse dingen, zoals zichzelf wassen en boodschappen doen.”

Wie hier uiteindelijk last van krijgt en wie niet, dat is moeilijk te voorspellen,

aldus Gommers. “Wij zien het veelal bij mensen die problemen hebben met het immuunsysteem door bijvoorbeeld een infectieziekte. Hierbij kan sprake zijn van orgaanschade en de ontstekingen in het lichaam kunnen ook een schadelijk effect hebben op de hersenen (zoals delirium: acute verwardheid), zenuwen en spieren (zoals de ledematen maar ook de ademhalingspijpen).” Dit zorgt ervoor dat deze patiënten moeten revalideren om op kracht te komen. Gommers ziet ook veel mensen die te maken hebben met nachtmerries, depressies en mogelijk een posttraumatische stressstoornis (PTSS). “Er zijn geen exacte cijfers van het aantal patiënten dat te maken heeft met PICS. Per jaar worden 90.000 mensen op de ic behandeld in Nederland, bij ongeveer 50 procent gaat het goed.”

Onbekendheid

Bij lang niet iedereen is bekend dat er sprake is van het Post-Intensive Care Syndroom. Patiënten komen met niet begrepen klachten en de relatie met de ic wordt niet zo snel gelegd, weet Gommers. Hij vertelt dat de bekendheid omtrent PICS nog niet groot genoeg is bij zowel huisartsen, specialisten en patiënten, waardoor klachten verkeerd gediagnosticeerd kunnen worden. Er moet volgens hem dan ook geïnvesteerd worden in herkenning van PICS. “De oprichting van patiëntenorganisatie IC-Connect en de zojuist toegekende subsidie van het ministerie van VWS zullen een positieve invloed hebben op meer bekendheid

omtrent PICS.” Ook zal meer onderzoek gedaan moeten worden.

Genezen of voorkomen?

“PICS voorkomen is nog niet goed mogelijk. Wel kunnen we de stress die mensen ervaren tijdens hun verblijf op de ic zo veel mogelijk verminderen.” Dit begint bij simpele dingen, zoals minder alarmen en ‘gekke’ piepjes op de ic. Daarnaast is natuurlijk zonlicht van belang, evenals een dag- en nachtritme. Tot slot moeten mensen niet te diep in slaap worden gebracht tijdens hun verblijf op de ic, persoonlijke aandacht krijgen en vroeg gemobiliseerd worden, benadrukt hij. “We besteden veel aandacht aan de technische kant op de ic om mensen in leven te houden, maar net zo belangrijk is aandacht voor patiënt en diens familie. Bijvoorbeeld goed uitleggen wat er precies gaat gebeuren.” Hij vertelt dat veel mensen zich hun tijd op de ic niet meer kunnen herinneren, waardoor zij wel met de gevolgen van die periode te maken hebben zonder te weten waar het vandaan komt. Om die reden is ook nazorg erg belangrijk, benadrukt hij. “Voorkomen lukt nu nog niet. Ons doel is daarom mensen zo goed mogelijk te begeleiden om van PICS af te komen of om het een plekje te geven, zodat zij zo goed mogelijk hun leven weer op kunnen pakken.”

Meer informatie

www.nvic.nl of www.fcic.nl
secretariaat@nvic.nl

■ INTERVIEW met Michel van Genderen

Herbeleving intensive care met virtual reality

Het Post-Intensive Care Syndroom (PICS) heeft een grote impact op de kwaliteit van leven en kan tot op heden helaas niet worden voorkomen. Daarom is een goede behandeling essentieel. Een relatief nieuwe methode is behandeling met virtual reality (VR), waarmee de patiënt de tijd op de intensive care (ic) kan herbeleven en uitleg krijgt over de behandeling. Michel van Genderen, internist i.o. vertelt.

Hoe ontstaat het Post-Intensive Care Syndroom?

“Het gaat om een combinatie van factoren. Tot nu is nog niet geheel duidelijk welke factoren, en in welke combinatie, bijdragen aan het ontstaan van PICS. Verschillende studies laten echter wel zien dat mechanische beademing, slaapmedicatie en pijnstilling een rol spelen. Wel weten we dat ongeveer de helft van de mensen na een behandeling op IC last heeft van PICS, leidend tot een verminderde kwaliteit van leven alsook veel sociale, financiële en werkgerelateerde problemen.”

Er is nog sprake van onbekendheid wat betreft PICS, hoe komt dit?

“Doordat een behandeling op de intensive care steeds beter wordt kunnen steeds zekere patiënten hun ziekte toch overleven. Behoudens dat we blij zijn met deze positieve ontwikkeling, brengt dit succes ook uitdagingen met zich mee. Zo hebben mensen die een ic-behandeling overleven in toenemende



Michel van Genderen

mate problemen die bestaan uit een combinatie van psychische, cognitieve en fysieke klachten. Uit onderzoek in 2012 is gebleken dat deze specifieke combinatie van klachten veelal voorkomt bij patiënten na een behandeling op de ic. Sindsdien bestaat de term Post-Intensive Care Syndroom (PICS), die mondiaal is overgenomen. Doordat de intensive care multidisciplinair is, krijgt bijna elke specialist met post-ic-patiënten te maken.

Door betere overlevingskansen zal het aantal mensen die met PICS gerelateerde klachten te maken krijgen alleen maar toenemen. Doordat hier voorheen geen aandacht voor was, ontbreekt het aan goede data en is de kans aannemelijk dat meer mensen klachten hebben dan nu bekend is. Deze mensen worden dus niet als zodanig herkend of behandeld.”

Hoe wordt PICS behandeld?

“Na hun behandeling op de intensive care hebben patiënten vaak veel vragen, met name omdat het merendeel delen van hun verblijf op de intensive care vergeet. Door het aanbieden van een dagboek, dat ingevuld is door familieleden en/of verpleegkundigen ten tijde van de ic-behandeling, kunnen patiënten teruglezen wat er is gebeurd en hoe familieleden dit hebben ervaren. De laatste jaren zijn er ook speciale post-intensive careklinieken opgezet. Desondanks blijft PICS een groot probleem en blijken deze behandelingen onvoldoende te werken. Het is dan ook een complex probleem welke een *allround*-behandeling nodig heeft. Het is tenslotte een klachtenpatroon met meerdere aspecten.”

Julie gaan aan de slag met virtual reality. Waarom?

“De bestaande benaderingen werken onvoldoende om PICS te voorkomen of adequaat te behandelen. Uit een recente studie die wij hebben uitgevoerd blijkt

dat patiënten vooral behoefte hebben om de ic opnieuw te beleven. Zij willen de behandeling begrijpen maar ook de ic-ruimte opnieuw ‘zien’. Deze mensen fysiek terugbrengen naar de ic is vaak niet mogelijk. Met VR kunnen wij patiënten wel de *exposure* bieden waar zij behoefte aan hebben en tegelijkertijd de psychische component van PICS behandelen. Op een rustige, duidelijke en veilige manier laten wij patiënten ervaren wat er is gebeurd en hoe de ic-omgeving eruitziet, compleet met alle geluiden en uitleg. Momenteel zijn wij nog in de onderzoeksfase maar de eerste proef lijkt veelbelovend. Vanuit het Erasmus MC onderzoeken wij hoe nieuwe technieken, zoals VR, zo goed mogelijk kunnen worden geïmplementeerd voor het verbeteren van de zorg. Hierbij worden wij geholpen door Capitola VR. Ons doel is natuurlijk om uiteindelijk de kwaliteit van leven van mensen te verbeteren. Want dat verdienen ze na een intensieve behandeling op de ic.”

Meer informatie

dr. Michel E. van Genderen
Internist in opleiding
Onderzoeker innovatie & IoT Intensive Care
Erasmus MC
www.linkedin.com/in/michelvangenderen