

Hij is: emeritus hoogleraar Medische psychologie aan het LUMC in Leiden. Zijn onderwijs en onderzoek gaan over leven met chronisch ziek-zijn.

Hij vindt: dat ziek-zijn meer is dan ziekte alleen. Zieken, dokters en verzorgers blijken baat te hebben bij het lezen van romans en gedichten, luisteren naar muziek of kijken naar schilderijen en films: de 'passieve' vorm van met kunst omgaan. Schrijven over je ziek-zijn, muziek uitvoeren, schilderijen of een film maken, de 'actieve' vorm, heeft een vergelijkbaar effect.

beeld: Luda Smeel



'Medical humanities zijn goed voor zieke mensen'

'Soms genezen, vaak verlichten, altijd troosten' – ook in de oncologie is deze uitspraak van grote waarde. Het geven van ruimte aan het verhaal van de patiënt, in de spreekkamer of in het ziekenhuisbed, is troostend. En meer dan dat: het geeft betekenis aan het ziek-zijn, bevordert goede zelfzorg en kwaliteit van leven.

De afgelopen jaren is een nieuw veld binnen de geneeskunde ontstaan: *medical humanities*. Vragen die in dat veld aan de orde komen zijn bijvoorbeeld: wat weten we over de effecten van het lezen van romans en gedichten door mensen met kanker? Helpt het te doen aan *expressive writing*? En wat houdt dat helpen dan precies in? Wat weten we over de effecten van het lezen van romans en gedichten door geneeskundestudenten en jonge artsen? Wat is het effect van *expressive writing* bij schrijvende oncologisch specialisten?¹⁻²

Medical humanities als vak waait over vanuit Noord-Amerika naar Europa. Het vak omvat wetenschapsgebieden uit de geneeskunde, humaniora en sociale wetenschappen. Niet alleen lezen en schrijven, maar ook het bestuderen van, luisteren naar of uitvoeren van muziek, kijken naar of maken van een film of een schilderij zijn onderwerp van klinische studies. Onderzoeksresultaten dringen door in *Journal of Clinical Oncology* en *Lancet Oncology*. Patiënten verschillen in de mate waarin ze belangstelling hebben voor het gebruik van kunstvormen bij hun ziek-zijn, weten we klinisch. Verder onderzoek naar dit thema is klinisch en wetenschappelijk zeer relevant.

Een systematische review over de effecten van *expressive writing* bij mensen met kanker laat zien dat slaap, pijn, lichamelijk en geestelijk welzijn en zorggebruik gunstig worden beïnvloed door het emotioneel uiten van de patiënt door het schrijven over het ziek-zijn. De passieve vorm van *expressive writing* heeft het etiket 'bibliotherapie': lezen door patiënten over ziek-zijn van romans of gedichten waarin de auteurs over (hun) ziek-zijn schrijven. Huisartsen waren de eersten die patiënten deze vorm van behandelen suggereerden. Geneeskundestudenten reageren met meer empathie in studies naar de effecten van het lezen van dergelijke romans.

Kankerpaviljoen (Solzhenytsin), *Turks fruit* (Wolkers), *De dood van Ivan Iljitsj* (Tolstoj) en *Intoxicated by my illness* (Broyard) zijn voorbeelden van romans met grote literaire kwaliteiten met een veelal prominente plaats voor kanker. Iedere oncologisch

specialist zou in ieder geval *Kankerpaviljoen* gelezen moeten hebben. De roman schetst een complex beeld van hoe patiënten, hun naasten, artsen, verpleegkundigen en de samenleving kanker een plaats geven in hun bestaan. Patiënten worden verliefd op verpleegkundigen, een radioloog loopt zelf kanker op vanwege haar indrukwekkende en langdurige toewijding aan haar patiënten. Patiënten schrijven afscheidsbrieven aan geliefden die te arm zijn om de duizenden kilometers tussen huis en ziekenhuis af te leggen. Andere romans snijden thema's als kanker aan in relatie tot depressiviteit, seksualiteit, woede, schaamte, relaties tussen patiënt en partners, ontkenning en 'gekke'.

Ook over films, muziek en schilderijen zijn boeiende onderzoeksresultaten gepubliceerd in het kader van lijden aan kanker. Geneeskundestudenten van Harvard Medical School gaan betere diagnoses stellen nadat ze de huiden van naakten in het museum hebben leren te bestuderen. Een film als *The Doctor* toont arts-assistenten hoe artsen die kanker krijgen met de ziekte omgaan. Muziek reduceert angst bij invasieve diagnostiek en behandeling (chemotherapie). Musicerende artsen lijken sommige ingewikkelde procedures zorgvuldiger uit te voeren dan artsen die geen instrument bespelen.

Medical humanities zijn goed voor zieke mensen. Het veld schenkt niet alleen intellectuele en wetenschappelijke bevrediging, het stimuleert ook aandacht voor hoe mensen met kanker omgaan en suggereert methoden om lijden te verlichten. Medische zorgverleners kunnen beschikken over een arsenaal van methoden en technieken om zieken te helpen met betekenis geven aan lijden en ziek-zijn. De sociale omgeving van de patiënt krijgt instrumenten om de patiënt te helpen; patiëntorganisaties kunnen romans, film, schilderijen en muziek in hun voorlichtingsmateriaal inpassen. 'Soms genezen, vaak verlichten, altijd troosten' lijkt goed te passen bij *medical humanities*. ←

Wilt u van dit podium gebruikmaken om bijvoorbeeld uw standpunt, pleidooi of oproep onder de aandacht te brengen? Mail dan naar redactie@medischeoncologie.nl.

Referenties

¹ Health Psychol Open 2018;5(1):2055102918760042.

² Support Care Cancer 2018; 26(11):3681-9.