

## 2.6 In contact door Haptonomie en Shantala

### Palliatieve zorg ; Haptonomie en Shantala Speciale Zorg,

Aanraken en lichamelijk contact is erg belangrijk, zowel in de dementerende zorg als in de laatste levensfase.

Als door dementie de zorgbehoefte groter is, bestaat aanraking vooral uit functionele aanraking, bijvoorbeeld in de vorm van verzorging, ondersteuning bij houdingswisseling of hulp bij wassen/aankleden of eten/drinken.

In deze fase van het leven is het van groot belang om kwalitatieve aanraking te kunnen ervaren in de vorm van “dit ben jij en jij bent goed zoals je bent”.

### Wat kan Haptonomie en Shantala Speciale Zorg betekenen voor mensen in dementerende zorg en laatste levensfase?

Contact maken vanuit voelend bezig zijn, samen met de ander, is een voorwaarde om beide methoden op een goede manier toe te kunnen passen.

In contact komen met de dementerende mens verloopt vooral via huidcontact. Door het geven van respectvolle aanraking op de Shantala-wijze en het bieden van veiligheid en vertrouwen geef je de dementerende mens de mogelijkheid om zich open te stellen.

In de huid zijn per vierkante centimeter een groot aantal tastzintuigen aanwezig. Waar contact op de huid (nog) mogelijk is, kan met behulp van Haptonomie en Shantala Speciale Zorg (SSZ) de prikkelverwerking en het lichaamsbeeld positief worden beïnvloed. SSZ gaat uit van de ander en is een duidelijk gestructureerde benaderings- en aanrakingsmethode met een herkenbaar patroon. SSZ kan over de kleding heen gegeven worden.

Er kan gekozen worden voor een volledige lichaamsbehandeling, maar er kunnen ook delen van het lichaam behandeld worden, zoals handen, voeten, hoofd en rug.

De verlichting die SSZ kan geven, kan resulteren in:

- Vermindering van pijn, angst en spanning.
- Hulp bij verwerken van emoties.
- Hulp bij accepteren van de realiteit.
- Bieden van veiligheid en geborgenheid.
- Gezien, geraakt en gehoord te voelen.
- Ervaren van het eigen fysieke lichaam.
- Verhoging van het energie niveau.
- Verhoging van concentratievermogen en interesse in de wereld om zich heen.
- Verbetering van communicatieve vaardigheden, waardoor beter contact ontstaat met familie en vrienden.

### Contactpersonen:

Marca van de Broek, bewegingsagoog en trainer Shantalamassage, en  
Karin Valkenburg, fysiotherapeut en trainer buro Urlings