

Anneke Zwart

Van schoonheidsspecialist tot huid- en oedeemtherapeut

Interesse in de huid was in eerste instantie de reden van Anneke Zwart om de opleiding tot schoonheidsspecialist te volgen. Een advertentie in vakblad Esthéticienne motiveerde haar 30 jaar geleden tot een verdiepingsslag. Inmiddels leidt ze een praktijk voor huid- en oedeemtherapie in een gezondheidscentrum in Almere. **Als een van de eerste huidtherapeuten in het land stond Anneke aan de wieg van een enorme ontwikkeling op het gebied van oedeemtherapie. Een interview met deze vakvrouw.**



Zo'n veertig jaar geleden startte Anneke Zwart met de opleiding tot schoonheidsspecialist bij Gerda Siemer, toen nog op de Keizersgracht in Amsterdam. "Het leek me wel een leuke studie, want huidverzorging had mijn interesse. Ik heb er ontzettend veel van geleerd. Wat mij aansprak is dat je naast de praktijk ook inhoudelijk een mooi stukje kennis meekreeg. En kennelijk sloeg het goed aan: ik haalde goede cijfers en als klasgenoten het even niet wisten, kregen ze vaak het advies naast mij te gaan zitten."

ADVERTENTIE IN ESTHÉTICIENNE

"Ik ben gestart als schoonheidsspecialist in een grote schoonheidssalon. Dat was een hele leuke tijd, maar na verloop van tijd merkte ik dat ik het vooral interessant vond om met de mensen in gesprek te gaan over hun huidverzorging. De adviserende rol sprak mij veel meer aan. En net op dat moment las ik de (toen nog) Esthéticienne. Daarin stond een advertentie voor de deeltijdopleiding tot huidtherapeut, die toentertijd nog gegeven werd in Eindhoven. Direct wist ik: dit ga ik doen! Niet per se om er huidtherapeut mee te worden, maar meer om me te ontwikkelen in de adviserende rol, in de theoretische en medische kant van de huid. Daarmee dacht ik mijn cliënten vanuit een ander perspectief te kunnen benaderen."

DE SCHOOLBANKEN IN

"De opleiding huidtherapie was toen een deeltijdopleiding en nog compleet nieuw in Nederland. Een dag per week moest ik hiervoor naar school. Daar nam je alle informatie tot je waar je de rest van de week zoet mee was. Het was een periode van keihard werken, zeker in combinatie met een gezin, maar vooral de laatste jaren van de opleiding gaven me veel voldoening. Ik kwam toen in aanraking met het paramedische vak van huidtherapie, waarbij je werkt met een aangedane of zieke huid."

OVERSTAP NAAR HUID- EN OEDEEMTHERAPIE

De overstap van schoonheidsspecialist naar huid- en oedeemtherapeut verliep heel geleidelijk, mede dankzij de aanpakmentaliteit van Anneke. "Van alle vakken die ik op de opleiding huidtherapie leerde was elektrische epilatie voor mij al snel makkelijk toe te passen. Ik had die specialisatie al bij Gerda Siemer afgerond, en bij

Toen ik was afgestudeerd behoorde ik tot een van de weinige therapeuten in Nederland die oedeemtherapie kon toepassen.

de opleiding was het een kwestie van herhalen. Ik besloot een blendapparaat aan te schaffen, een kamer in te richten, sloot een contract af met een zorgverzekeraar en ben begonnen met het elektrisch epilieren van transseksuelen. Naarmate de tijd vorderde kwamen er ook acnepatiënten in mijn praktijk, net als mensen met andere huidaandoeningen. Toen ik was afgestudeerd behoorde ik tot een van de weinige therapeuten in Nederland die oedeemtherapie kon toepassen. En wat bleek: die specialisatie was zo ontzettend nodig..."

EXTREME NOOD

Al snel na haar start als huid- en oedeemtherapeut, werd Anneke geconfronteerd met extreme gevallen van oedeem. "Ik wist dat de nood hoog was, maar de impact ervan was

een ander verhaal. Er waren zo veel gevallen van vrouwen na mastectomie (een borstamputatie) die kampten met extreme oedemen omdat alle lymfeknopen in de oksel of omgeving waren verwijderd. Je moet het zo zien dat oedeem tot die tijd in Nederland nog niet behandeld kon worden, dus er lag heel veel werk en de oedemen waren ook nog eens verhard. Dan moet je echt denken aan gefibroseerde oedemen, waarbij je intensief met de handen werkt om de verhardingen - de fibrose en de eiwitten - weg te draineren. Sommige mensen overleden zelfs aan hun oedeem, en niet zozeer aan de aandoening waaraan ze waren geholpen. Lange tijd was mijn praktijk er vijf volle dagen mee gevuld. Hoe ik daarmee omging? Weet je, bij dergelijke onderwerpen vraag je je niet eens af of je het gaat doen. Je doet het. Ik heb het wel heel zwaar gevonden. Daarom koos ik ervoor om wekelijks zowel in de praktijk te werken als te doceren op de opleiding huidtherapie aan de Hogeschool Utrecht. Zo kon ik wat afstand nemen van de zware materie. Gelukkig heb ik gaandeweg ook gezien dat mensen weer beter kunnen worden, dat ik ervoor kan zorgen dat ze hun arm of been weer kunnen gebruiken en dat ik hen technieken kan leren en zelfvertrouwen kan meegeven. Dat geeft veel voldoening. De behandeltechnieken bij kanker zijn ook verbeterd. Zo wordt nu vaak eerst goed onderzoek verricht om - waar mogelijk - de lymfeknopen in de oksel te behouden. Dat is mooi, want hierdoor vermindert het oedeem in de arm aanzienlijk en treedt het soms zelfs niet eens op.”

DISCIPLINES

De praktijk van Anneke is gevestigd in gezondheidscentrum De Notenkraker in Almere. Tandartsen, verloskundigen, fysiotherapeuten, doktoren: alles is hier verzameld onder één dak. “Toen ik hier startte heb ik alle medici voorzien van informatie over mijn disciplines, de aandoeningen die ik behandel en de methodes die ik toepas. Uiteraard heb ik ook veel uitleg moeten geven, want mijn beroep is nog relatief jong en onbekend. Maar ik zat in een mum van



In gezondheidscentrum De Notenkraker in Almere vind je verschillende (para)medische disciplines onder één dak. Secretaresse Joke Idenburg is hier het stralende middelpunt en de vraagbaak voor alle patiënten en medici.



tijd vol, onder andere door de verwijzingen, ook via zorgverzekeraars en ziekenhuizen. Toen ik startte was ik de enige huidtherapeut in Almere Stad, dus ik kon de vraag eigenlijk niet aan.”

OORSPRONG

“Oedeemtherapie is vanuit Duitsland overgekomen naar Nederland. Om me die techniek goed eigen te maken heb ik stage gelopen in de Feldberg-kliniek in Duitsland. De technieken die ik voor oedeemtherapie toepas, zijn voornamelijk zwachtelen, manuele lymfedrainage, oedeemtherapie in de vorm van oedeemgrepen en uiteindelijk het aanmeten van een therapeutische elastische kous. Ook leer ik mijn patiënten oefeningen toe te passen wanneer ze last hebben van oedeem. Zo kunnen ze veel klachten zelf ook verminderen, want vocht geeft druk en pijnklachten: op de bloedvaten, de zenuwuiteinden, de spieren. De pijn vermindert en de beweeglijkheid neemt toe wanneer het vocht wordt afgevoerd, en het bevordert het herstel en een snellere genezing.”

VEREISTEN ALS OEDEEMTHERAPEUT

“Als oedeemtherapeut moet je de theorie goed kennen en weten wat je doet. Wat ook heel belangrijk is, is dat je literatuur kunt lezen en

kunt onderscheiden. Regelmatig vergader ik met een groep huidtherapeuten (een kwaliteitskring) uit de regio. Nu bestuderen we bijvoorbeeld de richtlijn Oedeemtherapie om daar vervolgens de nodige aanvullingen op te bieden. Zo houden we elkaar scherp. Ja, het kost veel tijd, maar het levert ook iets op voor het vak. Daarnaast moet je empatisch zijn om dit vak uit te kunnen oefenen. Want je kunt theoretisch briljant zijn, maar als je een cliënt niet kunt aanraken en de emotie niet wil of aankan, dan wordt het in de praktijk wel moeilijk. Ook je communicatie is belangrijk. Goed overleg voeren met je patiënt, doorvragen naar de oorzaak van de aandoening, uitleggen wat je doet, geen dingen beloven die je niet waar kunt maken, stap-voor-stap een behandelplan maken met je patiënt, je behandelplan tussentijds bijstellen... Daar gaat heel veel tijd in zitten, maar dat levert je uiteindelijk wel een tevreden patiënt op, en die wil je weer goed in het leven zetten.”

TIPS

“Wanneer je als schoonheidsspecialist lymfedrainage toepast, weet dan wel wat je doet, waarom je het doet en wat de effecten zijn”, waarschuwt Anneke. “Een lymfedrainage lijkt bij gezonde mensen namelijk onschuldig, maar het werkt ook sterk bloeddrukverlagend, vooral wanneer je het in het halsgebied toepast. Lymfedrainage vraagt ook veel energie, want je zet het lichaam aan tot werken. Stel dus goede vragen tijdens de intake, en zorg ervoor dat je weet dat je cliënt gezond is.”

Oedeem kon tot voor kort in Nederland nog niet behandeld worden. Dus er lag heel veel werk. Lange tijd was mijn praktijk er vijf volle dagen mee gevuld.