

Klein instrument, groot effect op de gezondheid

Sociaal Psychiatrisch verpleegkundige Herman van der Knaap werkt op de poli voor ouderen in het Maasstad Ziekenhuis in Rotterdam. In zijn dagelijks werk heeft hij veel te maken met mensen met ernstige longaandoeningen. Als enthousiast (amateur)musicus bedacht hij voor mensen met longaandoeningen een nieuwe therapie: hij leerde hen met behulp van de mondharmonica een nieuwe ademtechniek aan, waardoor de longcapaciteit vergroot wordt en ademhalingsproblemen verminderd worden. Zijn idee bleek een schot in de roos en zorgde ervoor dat Van der Knaap nog een stapje verder durfde te gaan: zou de mondharmonica ook kunnen helpen bij mensen met angst- en paniekstoornissen?

Herman van der Knaap won in 2008 de Innovatieprijs van Delta Psychiatrisch Centrum. Het gewonnen geldbedrag investeerde hij in nieuwe instrumenten en de benodigde software. In juli 2009 begon hij op de afdeling Dorpsblik van Delta, een afdeling voor mensen met schizofrenie, met zijn succesvol beproefde mondharmonicatherapie. In december 2009 startte hij nog een groep op Multifunctioneel Centrum Rotterdam Zuid, voor ambulante cliënten met paniek- en angststoornissen en schizofrenie.

De mondharmonicatherapie is onlangs geëvalueerd. Hieruit kwam duidelijk naar voren dat de meeste deelnemers profijt hebben van de therapie. Opmerkingen als: "Tijdens de les ben ik in ieder geval een uurtje verlost van de stemmen in mijn hoofd" en "Ik kan me door het bespelen van de mondharmonica veel beter ontspannen", geven aan dat de mondharmonica een probaat middel lijkt te zijn, niet alleen bij angst- en paniekstoornissen, maar ook bij wanen en hallucinaties (die optreden bij mensen met schizofrenie).

"Het mooie van de mondharmonica is, dat je nauwelijks tot geen ervaring hoeft te hebben met muziek maken om toch al snel redelijk te kunnen spelen. Ook een eventuele tremor bijvoorbeeld hoeft geen belemmering te zijn. Juist die trilling kan een heel speciaal effect hebben. De meeste deelnemers ervaren niet alleen een afname van hun klachten, maar voelen zich ook trots omdat ze een muziekinstrument kunnen bespelen. Als bonus wordt dus ook nog eens het zelfvertrouwen vergroot", zegt Van der Knaap.

- einde bericht-

Delta Psychiatrisch Centrum is een professionele, innovatieve organisatie die gespecialiseerd is in de behandeling en begeleiding van mensen met een ernstig psychisch of psychiatrisch probleem. Delta telt meer dan 1500 medewerkers die werkzaam zijn op een van de twintig vestigingen in het werkgebied Groot-Rijnmond/Zuid-Hollandse eilanden.

Noot voor de redactie:

Wilt u meer weten over deze bijzondere therapievorm of een interview met Herman van der Knaap?

Voor vragen naar aanleiding van dit persbericht kunt u terecht bij Joke van Gelder van de afdeling communicatie, telefoon 010-503 1756/06-5117 9677, joke.van.gelder@deltapsy.nl

Delta Psychiatrisch Centrum
Albrandswaardsedijk 74
3172 AA Poortugaal
www.deltapsy.nl