

Geef de pen door – Annemarie Bol



Met dank aan Patricia Killesteijn neem ik de pen over van haar.... ik ben Annemarie Bol, woon in Voorschoten, en ben opgegroeid in Breda, in dezelfde straat als Patricia, we zaten op dezelfde lagere en middelbare school, hoe bijzonder. We gingen niet met elkaar om, zij was immers een jaar ouder.....dan doe je dat niet. Elkaar op een nascholing van het IPT toevallig weer tegengekomen! Ik heb 3 uitwonende kinderen tussen de 20 en 24 jaar die studeren en ben een enthousiaste hardloper, doe aan yoga en wandel graag met mijn hond op het strand waar ik vlakbij woon.

Mijn fascinatie voor psychosomatiek is begonnen omdat ik eindeloos veel patiënten behandelde met bekkeninstabiliteit pre- en

postpartum.....daar was toen weinig over bekend. Mijn afstudeerscriptie heb ik hierover geschreven op de Academie voor Fysiotherapie te Rotterdam. In het Spine & Joint Centre waar ik gewerkt heb in Rotterdam gingen mijn ogen open m.b.t. coping van de patiënt en ben ik me meer gaan verdiepen in de PSF. Ik deed al veel vanuit mijn hart en levenservaring, maar wilde wel kaders hebben, waar vanuit ik meer stevigheid en kennis kon gebruiken. Heb het IPT gevolgd in Amsterdam en dat was een fijne opleiding met goede docenten en gezellige collega's. Hieruit is een intervisiegroepje ontstaan waarin we casussen en nieuwe cursussen en kennis delen, wat nog steeds bestaat en me erg dierbaar is.

Het vak betekent veel voor me, ik vind het geen uitdaging meer een algemene fysiotherapie-klacht-patiënt te behandelen. Soms als het druk is in de praktijk krijg ik nog weleens een knie-patiënt. Het lukt mij dan niet alleen maar over de knie en het weer of pijn te praten.....coping en beleving en de mens achter die knie daagt mij meer uit dan de knie op zich.

'Kwartjes laten vallen' zeg ik altijd...soms zie je ze vallen bij de patiënt, psycho-educatie, veranderingen teweeg brengen, omdenken, vragen stellen, ontspanning laten voelen, allemaal leuke aspecten van mijn vak!

Ik heb vele cursussen gedaan op ons gebied: ACT, bewegings-expressie, mindfulnessstraining, biofeedback, CEG van Marten Klaver, TRE, Somatic-Experience (niet de opleiding). Ben altijd naar de NFP-congressen gegaan, vooral voor de gezelligheid!

SOLK en traumatherapie vind ik fascinerend; ik ga binnenkort de training Re-attach volgen, ben ik erg benieuwd naar!

Al 16 jaar werk ik bij Fysiotherapie Stevenshof in Leiden als psychosomatisch fysiotherapeut. Eerst in loondienst onder de Stichting Gezondheidscentrum; sinds 3 jaar als praktijkhouder met 2 maten, omdat de stichting is opgeheven en we zelfstandig verder konden gaan. We hebben totaal 9 fysiotherapeuten en werken met allerlei specialisaties en wat zo fijn is, dat we veel patiënten in duo-

behandeling hebben. Zo werk ik veel samen met de Kinderfysiotherapeut en de Manueel Therapeut in ons team.

Ook heb ik een goede multidisciplinaire samenwerking met huisartsen, praktijkondersteuners GGZ, psychologen, waarin o.a. de lichaamsgerichte aanpak van de PSF gewaardeerd wordt. Ik participeer in Zorgprogramma's incontinentie en GGZ. Ik werk ook als locatiemanager van het Wijksamenwerkingsverband Stevenshof 8 uur per week, waarin ik de verantwoordelijkheid heb t.a.v. de Zorgprogramma's, deskundigheid, pilots, financiën, ICT en andere innovaties. We vallen onder de Rijncoepel die 6 Wijksamenwerkingsverbanden heeft.

Daarnaast ben ik leefstijlcoach en was enthousiast met een diëtiste gestart met een groep, maar na 2 lessen konden we niet meer live verder door corona, hopelijk kunnen we in juni weer verder hiermee.

Heb ook een cursus Positieve Gezondheid gedaan waar ik erg enthousiast over ben, vooral het spinnenweb. Dat probeer ik zoveel mogelijk uit te dragen naar andere disciplines, door o.a. een bijeenkomst te organiseren en dit te presenteren. De helft van het spinnenweb is ons vakgebied, dus erg relevant dit uit te dragen en te verspreiden. Ik blijf de missie voelen om huisartsen alert te houden om verder te kijken dan het lichaam, ondanks hun beperkte tijd; daarom is de tool spinnenweb van Positieve Gezondheid een gemak om inzicht te krijgen. Ik merk ook bij mijn collega's fysiotherapie dat er meer oog is voor psychosomatiek en daardoor doorverwijzing volgt. Daar heb ik wel mijn best voor moeten doen al die jaren, maar mede door allerlei KNGF -artikelen en profileren vanuit de NFP loopt dit nu goed.

Een casus die mij erg is bijgebleven was een patiënt die via de huisarts kwam voor bekkenbodemplachten, ze was ineens incontinent geworden van urine, liet alles lopen. Ik heb ook daar veel patiënten in behandeld, veel scholing gedaan voorheen. Ik was net de opleiding PSF gestart en kon het niet laten om meer te vragen....haar zoon was plotseling overleden, ik ging daar helemaal op in, toen zei ze letterlijk: 'het is alsof de bodem is weggeslagen onder me.' Ik heb haar toen de link met haar lijf uitgelegd en voorgesteld terug te gaan naar de huisarts voor meer hulp.

NFP is belangrijk voor onze beroepsgroep, maar heeft wel een metamorfose ondergaan afgelopen 10 jaar, waarin in een sneltreinvaart alles opgedoekt moest worden wat bestond qua commissies, expertise en vertrouwde, het papieren vakblad moest weg (ik was hoofdredacteur); alles moest digitaal. Was wel even slikken eerlijk gezegd, vond ik best moeilijk, er zijn toen aardig wat mensen afgehaakt, maar ik wilde wel meegaan in de innovaties. Er kwam een samensmelting van de IPT-mensen en de Flow/HU-mensen, dat is goed gegaan, met respect voor elkaars expertise.

Ik vind dat het NFP al bergen verzet heeft, o.a. goed onderhandelt met zorgverzekeraars, petje af!

Ik geef de pen door aan Caroline Blessing.