

Groene Gezonde Zorg

Het belang van groen in en rondom zorginstellingen

Dr. Jolanda Maas

Senior Onderzoeker/ Universitair docent
Sectie Klinische Psychologie

@Jolanda_Maas

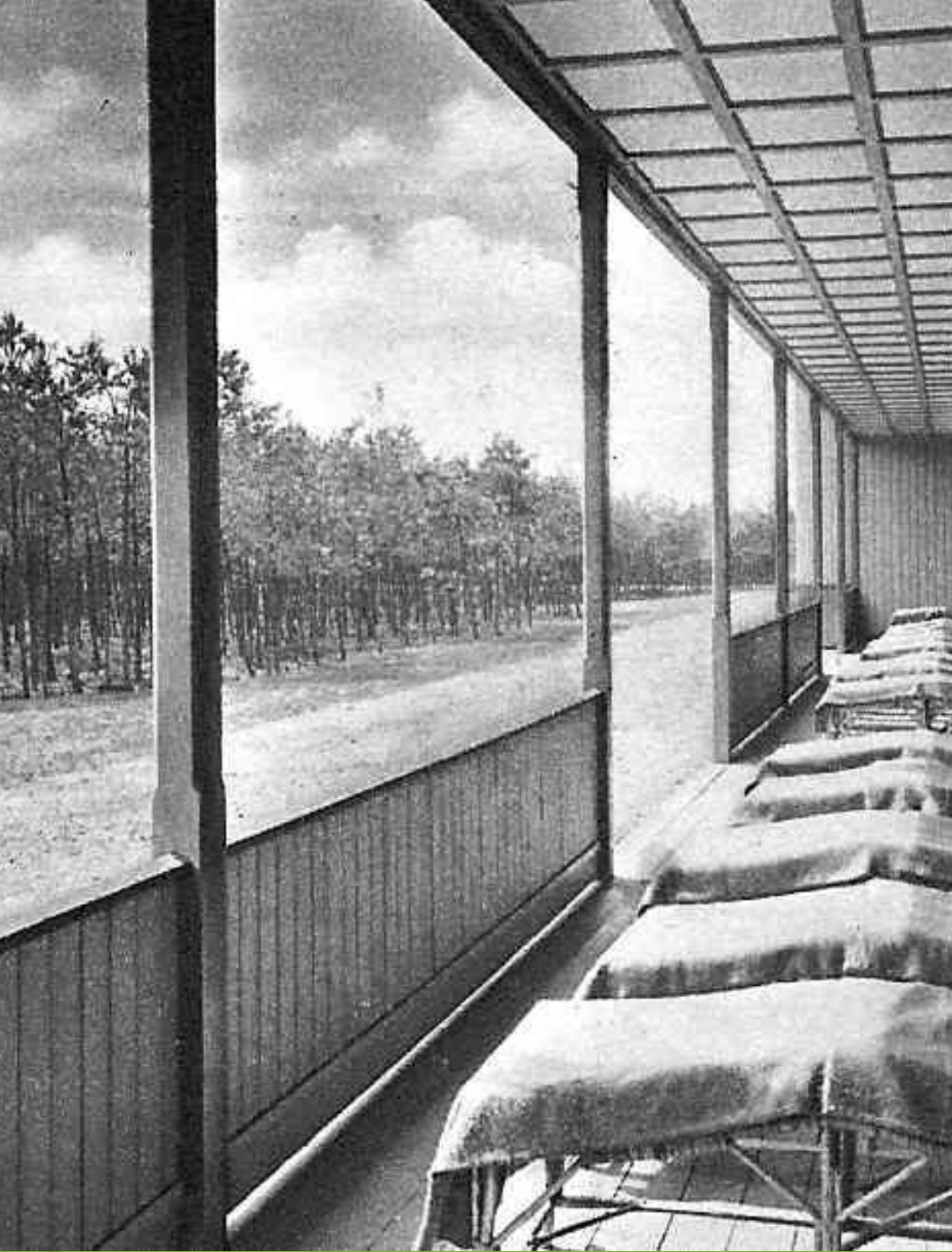




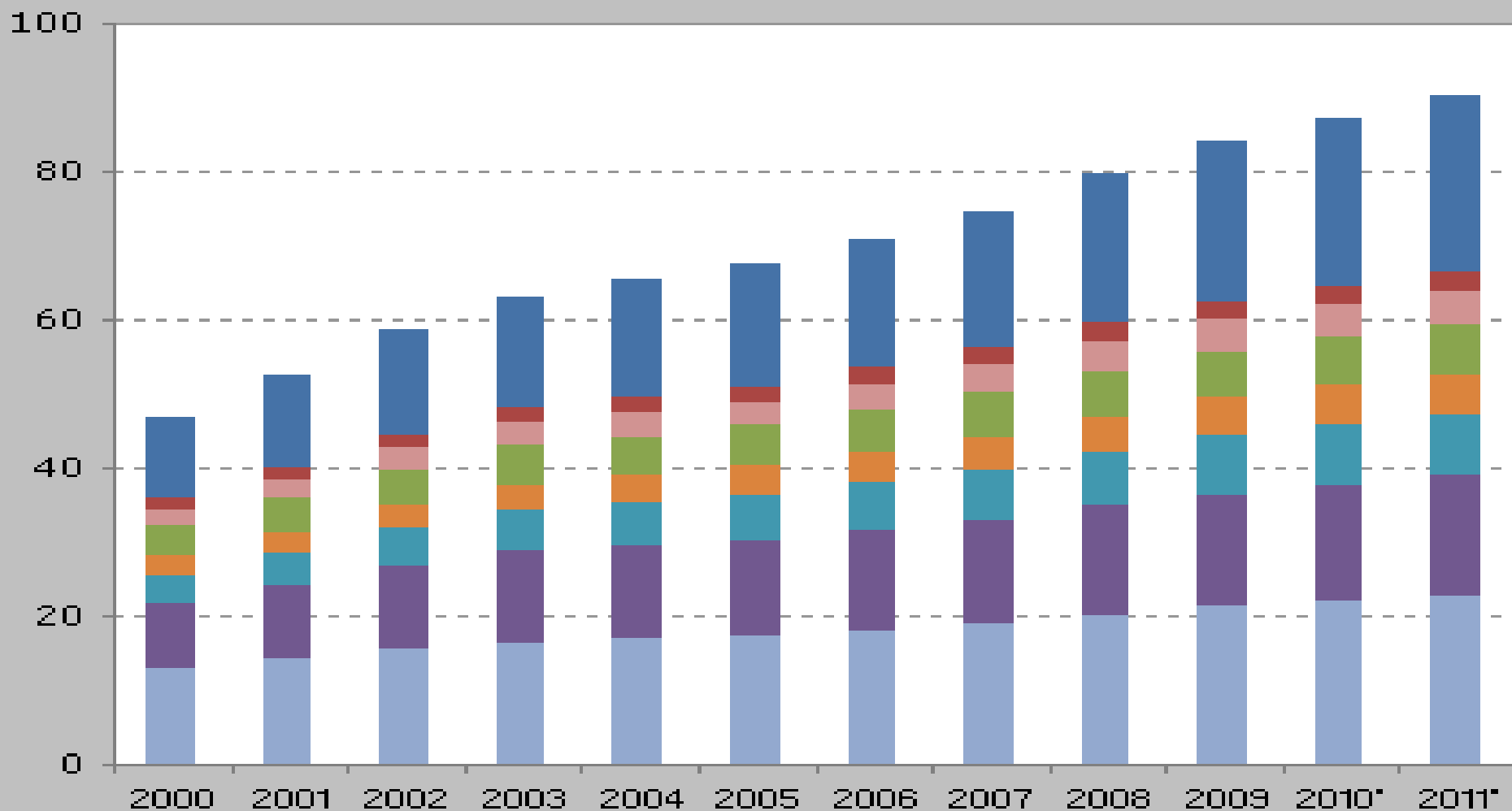












Overig

Gehandicaptenzorg

Geneesmiddelen

Huisartsen

Ouderenzorg

Geestelijke gezondheidszorg

Paramedici en tandartsen

Ziekenhuizen



Groen als Decor

*Groene daken en gevels
Kamerplanten, natuurkunst
Rolstoeltoegankelijke route*



**Omgevings
Interventie**

*Biowalking
Beweegkuur
Groene behandelkamer*



**Gedrags
Interventie**



*Healing garden
Stilte retraite
Ambient experience*



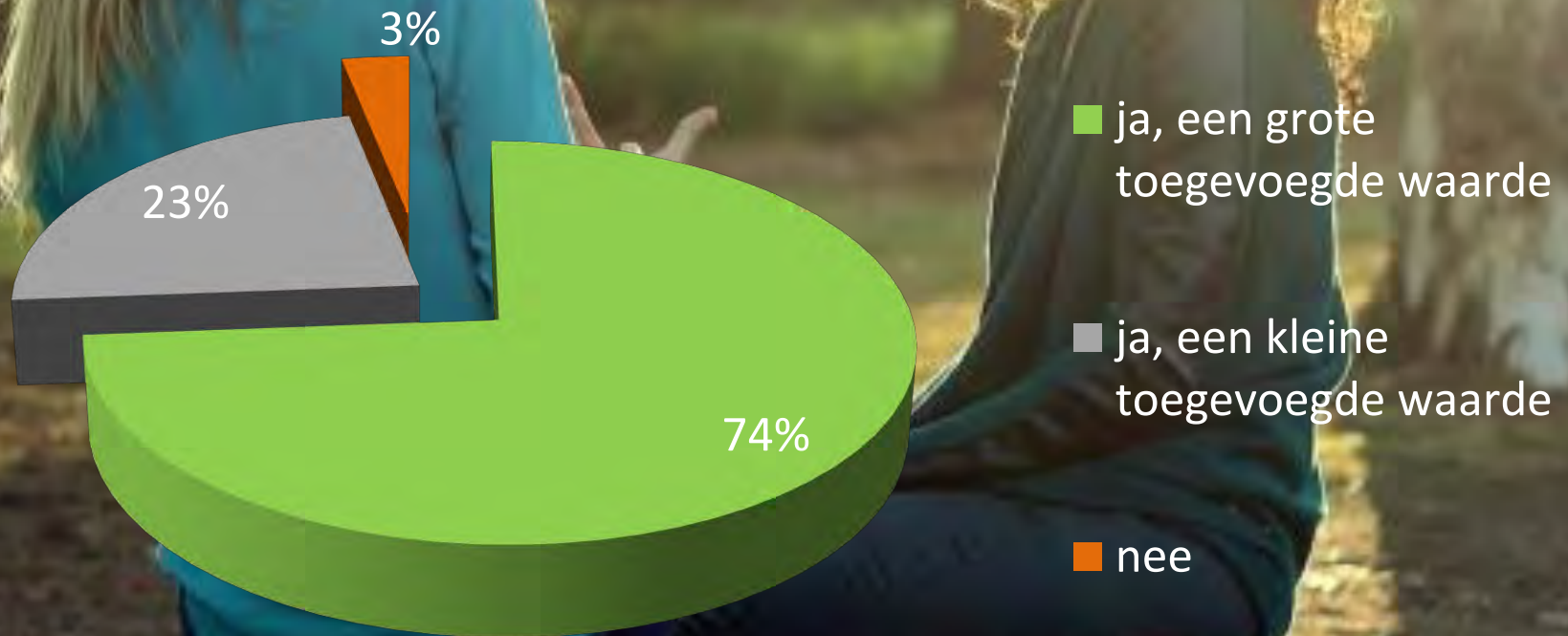
*Tuintherapie
Natuurbelevingspad
Groen op recept*

Groen als Medicijn

De natuur als behandelkamer

ENQUÊTE DE FRIESLAND ZORGVERZEKERAAR (2012)

Heeft de natuurlijke omgeving volgens u een toegevoegde waarde voor de behandeling?



Download [hier](#) het rapport

Welke meerwaarde?



Natuur bevordert herstel stress

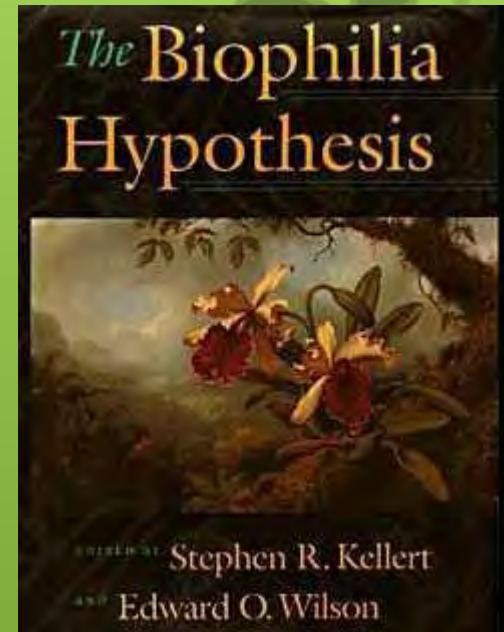
Natuur heeft positieve invloed op o.a.

- Angst
- Energie
- Woede
- Vermoeidheid
- Kortdurende blootstelling is al voldoende!



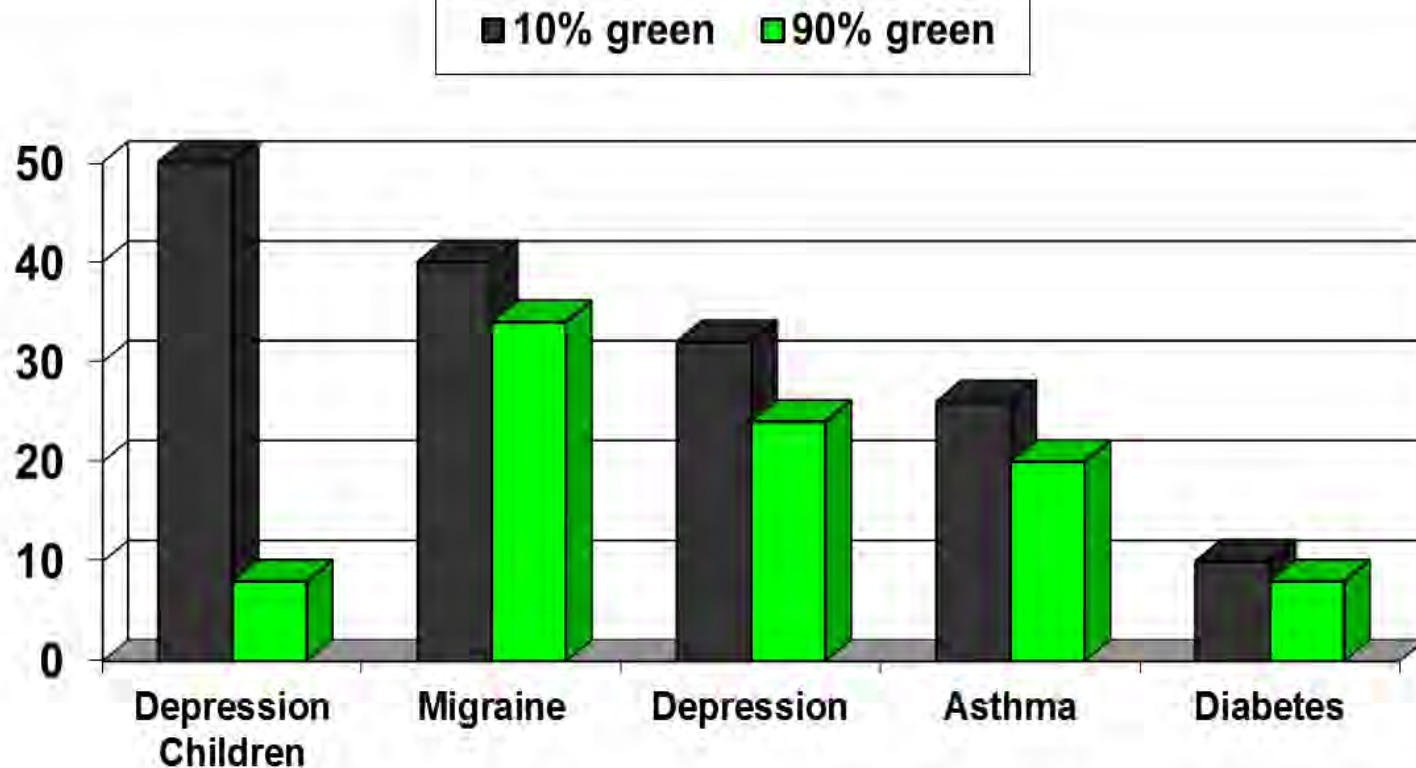
Biophilia Hypothese

- Biofilia = liefde (philos) voor de natuur (bio)
- E.O. Wilson (1984)
- Mensen voelen een aangeboren verbondenheid met levende wezens en natuurlijke processen
- Als ze de band met natuur bevestigen en versterken dan worden ze daar gelukkig en gezond van...



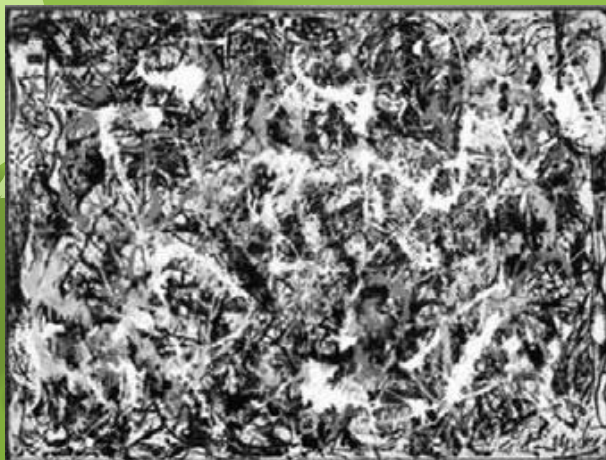
Minder vaak naar de huisarts

Bezoek aan huisarts (per 1000 patiënten)

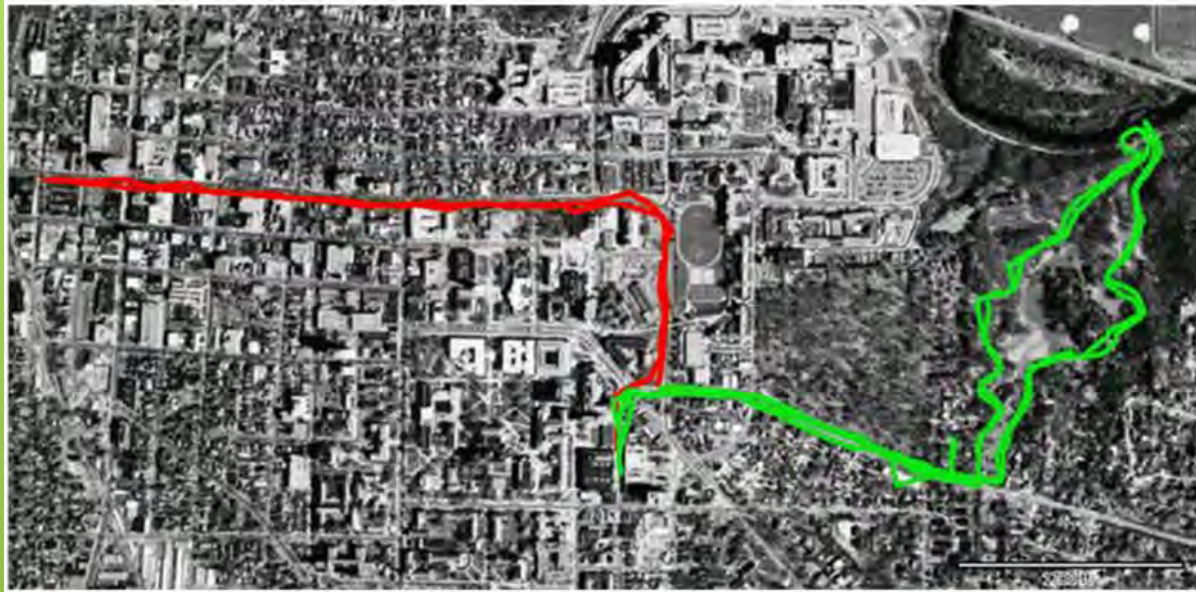
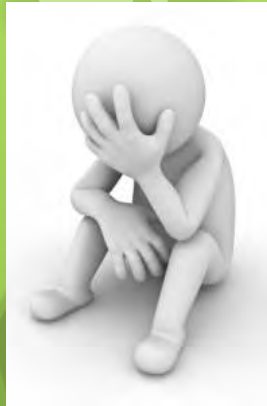


Kunst & PRN in psychiatrie (nanda e.a., 2011)

- 4 condities (controle, abstract, representatief, natuurlijk)
- Hoeveelheid 'Pro re nata' medicijnen dat is gegeven
- Significant minder medicijnen bij natuur t.o.v abstract en controle



Depressie en wandelen in de natuur



Berman et al. (2012). Interacting with nature improves cognition and affect for individuals with depression. *Journal of Affective Disorders*, 140, 300-305.

Horticultural therapy



Bewegen in de natuur vs binnen

- Minder spanningen, boosheid, depressie,
 - een hoger gevoel van revitalisatie,
 - een toename van energie,
 - meer plezier
- een hogere intentie om de activiteiten in de toekomst nog een keer te ondernemen

Environmental Science & Technology

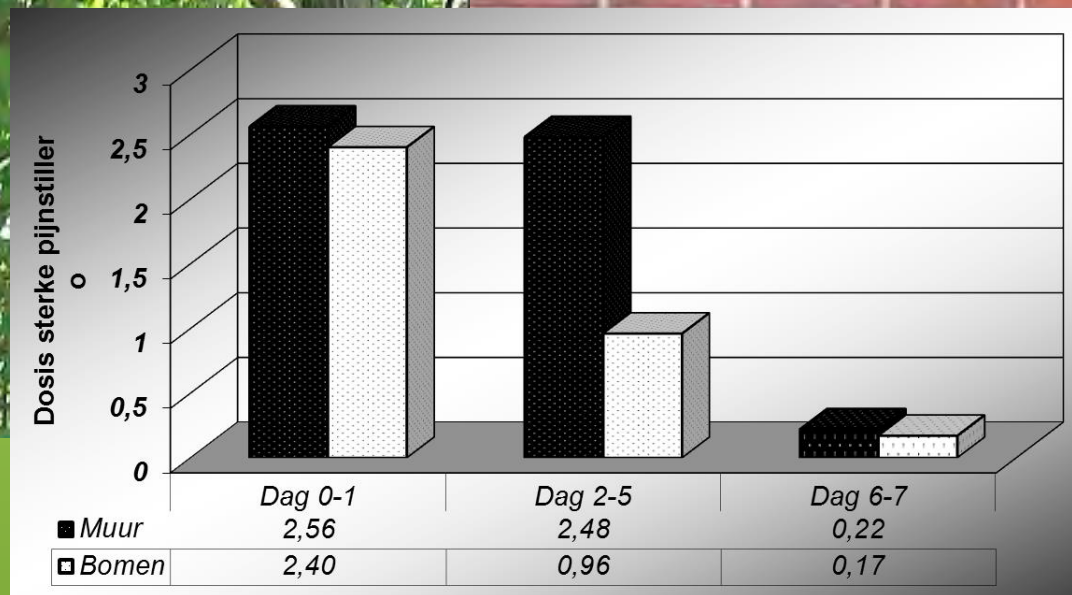
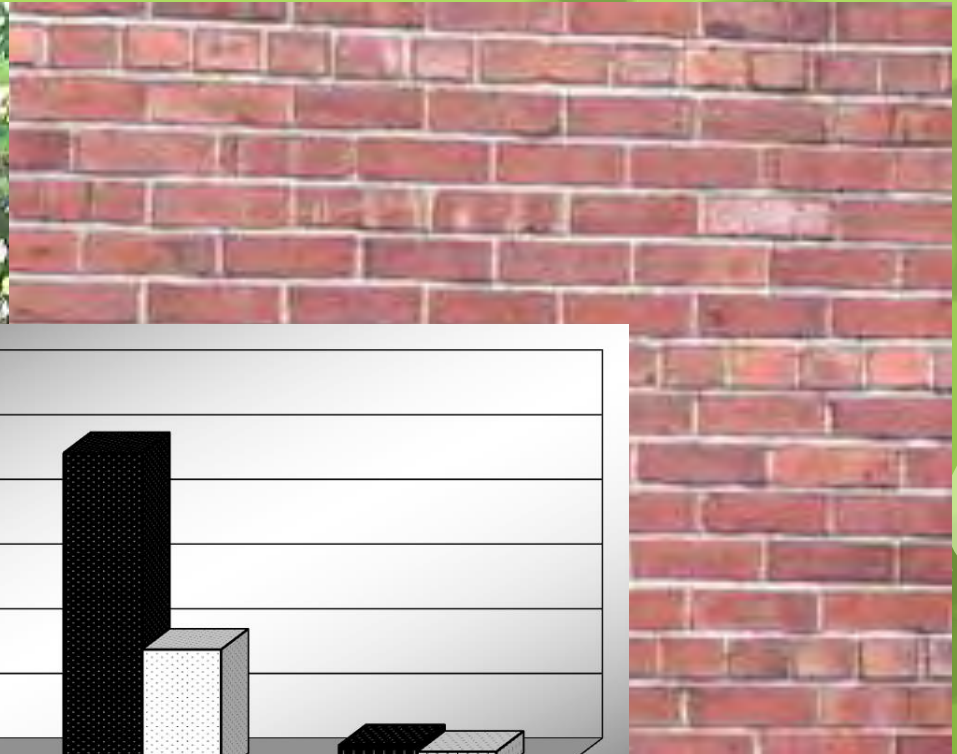
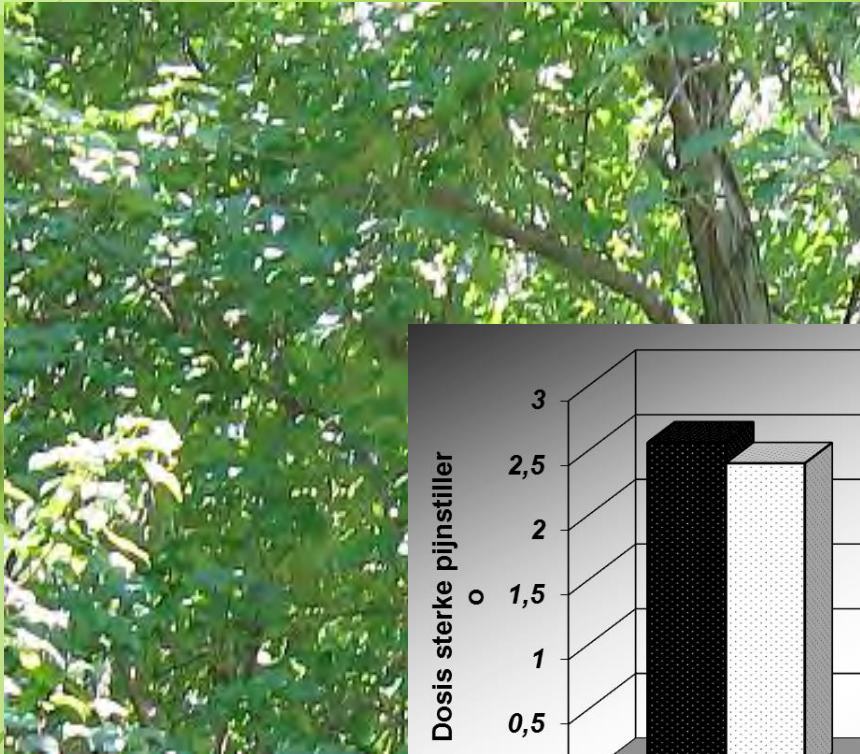
Table 5. Summarized Results of Included Studies^d

	short-term studies - walking						
	Focht, 2009 ³⁰	Ryan, 2009 ³⁴	Plante, 2007 ²⁹	Teas, 2007 ³³	Peacock, 2007 ¹⁶	Plante, 2006 ²⁸	Plante, 2003 ²⁶
effects on positive emotions	↑+	-	-	↑+	↑+	-	-
effects on negative emotions	-	-	-	↑+	↑+	-	-
effects on feelings of tension	→	-	→	-	↑+	↓+	→
effects on feelings of energy and revitalization	↑+	↑+	→	-	→	↑+	↑+
enjoyment of activity	↑+	-	↑+	-	-	↑+	-
intention to repeat activity	↑+	-	-	-	-	-	-

Effecten van natuur in en rondom ziekenhuizen

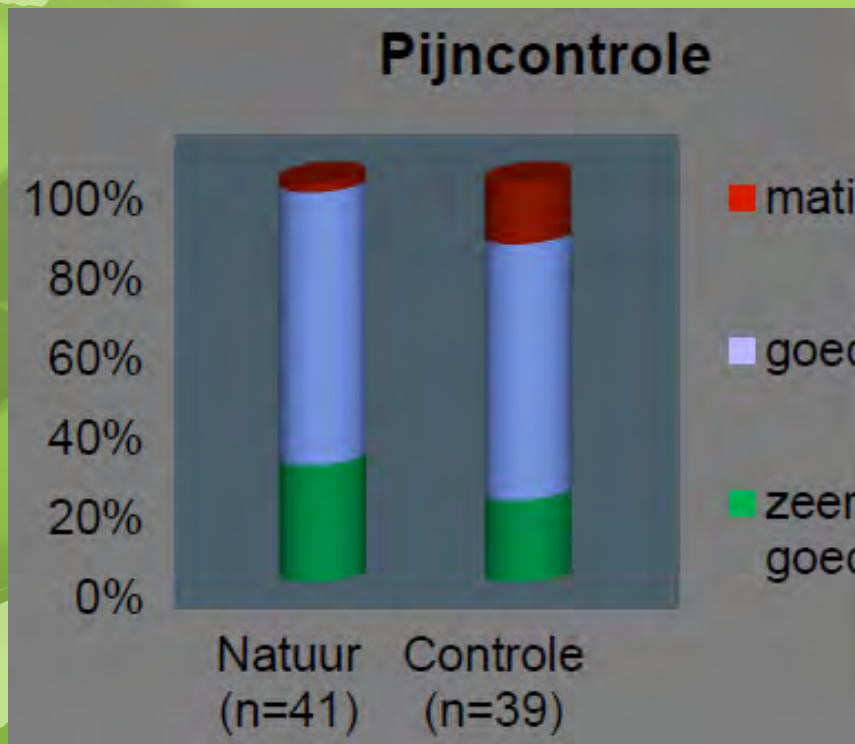


Uitzicht op natuur



Ulrich, R.S. (1984). View through a window may influence recovery from surgery. *Science, New Series*, 224, (4647), 420-421.

Afbeeldingen van natuur



Diette, G.B. et al. (2003). Distraction therapy with nature sights and sounds reduces pain during flexible bronchoscopy: A complementary approach to routine analgesia. *Chest*, 123(3), 941-948.

Planten in het ziekenhuis

Verblijf na operatie in kamer met planten leidt tot:

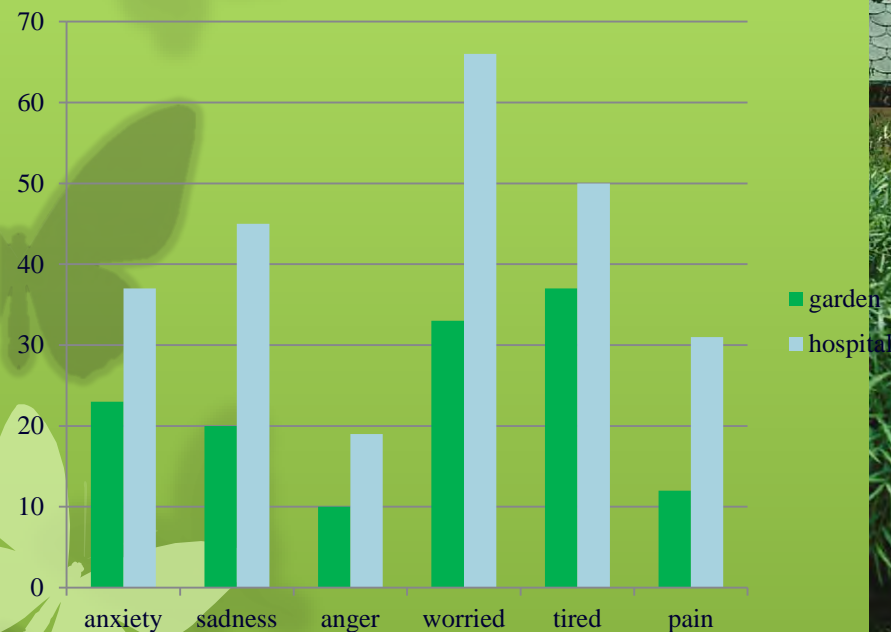
- Minder sterke pijnstillers
- Minder stress (zelfgerapporteerd & fysiologisch)
- Kortere opname duur (6,1 vs 6,4 dagen)
- Rapporteren minder vermoeidheid, pijn en angst



Park, S. H., & Mattson, R. H. (2009). Therapeutic influences of plants in hospital rooms on surgical recovery. *HortScience*, 44(1), 102-105.

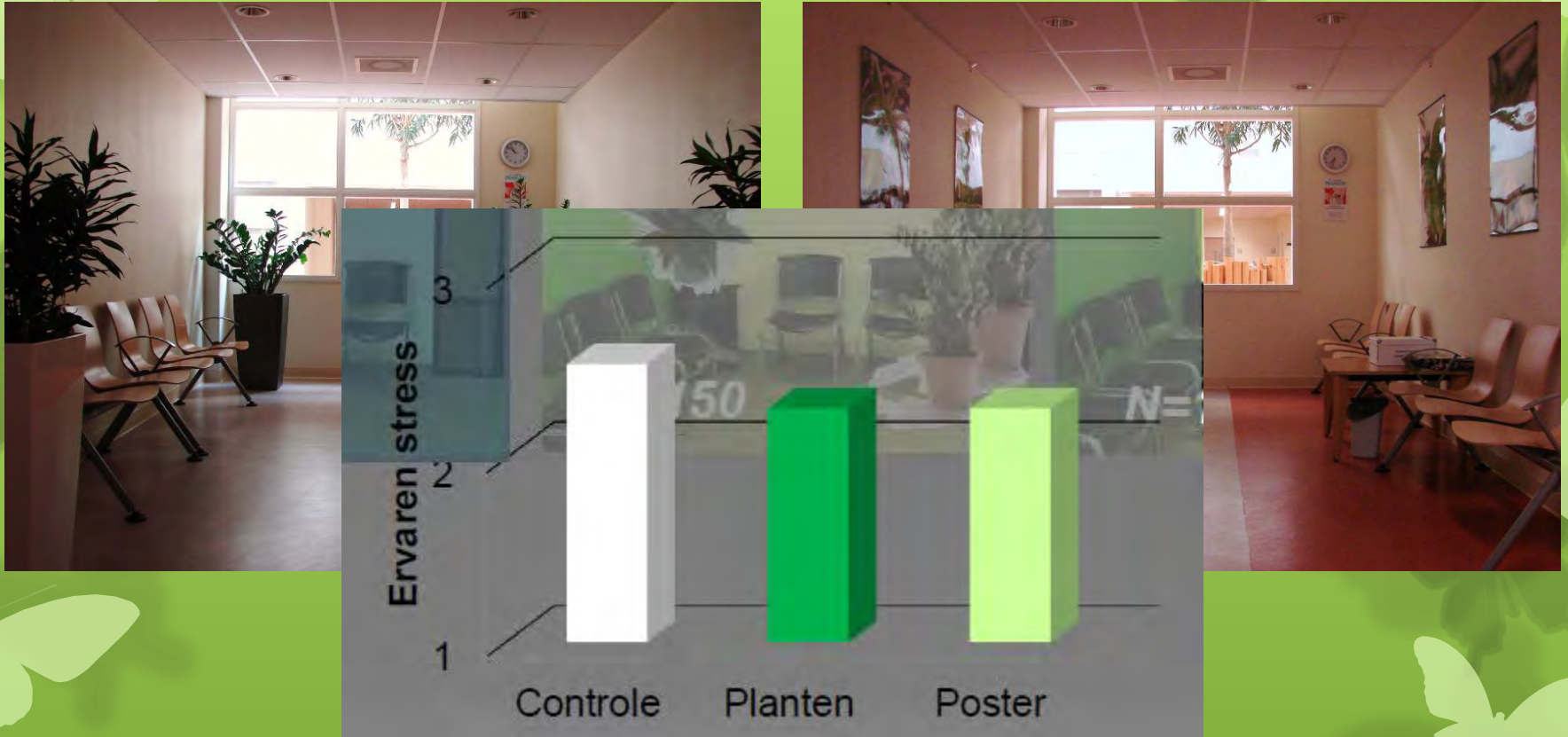
Tuinen bij kinderziekenhuis

Gevoelens (Schaal 1-100)



Sherman, S.A., Varni, J.W., Ulrich, R.S., & Malcarne, V.L. (2005). Post-occupancy evaluation of healing gardens in a pediatric cancer center. *Landscape and Urban Planning*, 73, 167- 183.

Groen in de wachtkamer



Beukeboom, C. J., Langeveld, D., & Tanja-Dijkstra, K. (2012). Stress-reducing effects of real and artificial nature in a hospital waiting room. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 18(4), 329-333.

It's Time for Doctors to Prescribe Outdoor Therapy

Studies have shown that being outside has positive psychological and physiological benefits. Can the nature cure compete with Xanax?

By: Frederick Reimers Oct 24, 2016







Agitatie



Gebruik tuin en dementie



R. Whear et al. / JAMDA 15 (2014) 697e705



Groen is meer dan decoratie





**Bedankt voor uw
aandacht!**

Dr. Jolanda Maas

Jolanda.maas@vu.nl
@Jolanda_Maas