

A photograph of two women in a clinical or office setting. The woman on the left, with blonde hair, is wearing a light blue long-sleeved shirt and is pointing towards a chart on the wall. The woman on the right, with brown hair, is wearing a grey blazer over a black and white patterned top and is smiling. The background shows a red wall with a framed anatomical chart and some medical equipment.

# Samen zorgen voor participatie

Ciran Amsterdam, onderdeel van Top Care Health Services BV, is een medisch specialistische zorginstelling voor poliklinische revalidatie. Het Ciran concept bestaat vijftien jaar en richt zich op patiënten tussen de 18 en 67 jaar met hardnekkige, vastgelopen gezondheidsproblematiek. "Denk aan chronische pijn, vermoeidheid en onzekerheid," legt Stephanie Witting, consultant bij Ciran, uit. "Patiënten die bij ons komen, hebben langer dan drie maanden klachten en ondervinden geen verbetering ondanks de goede zorg van hun arts, fysiotherapeut of psycholoog," vult Laura van Ruler, eveneens consultant, aan. Gezond zijn en blijven, is een hele kunst.



### LICHTE RUIMTE MET ORANJETINTEN

De dames geven een rondleiding door het pand van Ciran Amsterdam. Sinds mei 2014 is de vestiging in Buitenveldert geopend.

Jarenlang heeft de 2e etage in dit pand leeggestaan, maar door de ruimte open te breken, heeft het een nieuwe allure gekregen. De lichte ruimte met oranje tinten straalt warmte en rust uit. In het midden van de ruimte staan de geavanceerde sportapparaten en aan de zijkanten zijn de zitgedeeltes geplaatst. Ciran Amsterdam gebruikt videoconsulting en heeft aparte kamers voor intakes en behandelsessies.

“De opening van dit pand ging gepaard met feestelijke bubbels. In totaal heeft Ciran 20 vestigingen en ongeveer 360 zorgprofessionals. In 2013 hebben wij 4000 patiënten kunnen behandelen en dat geeft ons energie. Het behandelteam van Ciran Amsterdam bestaat uit fysiotherapeuten, psychologen en revalidatieartsen die gezamenlijk op maat behandelen, met het individuele en maatschappelijke belang steeds in het vizier.

Eén van mijn collega's zegt het als geen ander. Zijn motto is dat hij hier werkt om mensen weer gelukkig te maken. Tevreden individuen dragen weer bij aan het grotere geheel,” zegt Witting.

### DEKKING BASISVERZEKERING

De multidisciplinaire aanpak van Ciran wordt vanuit de basiszorg vergoed. Na een grondige intake en diagnostiek wordt het behandelplan opgezet. De modules liggen vast, net als het resultaat: weer volwaardig en duurzaam participeren binnen 8 weken, maar de inhoud wordt per patiënt bepaald om dat doel te bereiken. Zaken zoals fysieke en mentale weerbaarheid, persoonlijkheid, coping – omgaan met de sociale omgeving, zingeving en perspectief zijn daarbij cruciaal, zeker in relatie tot het werk.

### GOEDE RESULTATEN

Omdat het een multidisciplinaire aanpak betreft, dringt het behandelteam van Ciran snel tot de kern van de problematiek door. Tegelijkertijd zijn patiënten altijd actief lid van het behandelteam, met toegang tot hun eigen EPD. (elektronisch patiëntendossier). “Het behandelteam overlegt met elkaar en er wordt bepaald welke oefeningen en opdrachten het meest effectief zijn, om patiënten die vastzitten, weer regie te geven over hun leven. De resultaten zijn goed. 80% van de patiënten ervaart een afname van de klachten en een aanzienlijke verbetering van hun gezondheid na afloop van de behandeling. Het gemiddelde rapportcijfer voor de zorgverleners van Ciran ligt op de 8,3,” vertelt Van Ruler.

### MEER DOEN MET MINDER

Opmerkelijk is dat 67% van de patiënten vrouw is, in de leeftijdscategorie 35 tot 50 jaar. Dit toont misschien wel aan dat vrouwen anno 2014 gigantisch veel op hun bordje krijgen. Ook de meeste mannelijke patiënten vallen in deze leeftijdscategorie. De leeftijdscategorie waarin je in de bloei van je leven moet zijn en op een prettige manier wil participeren

in de maatschappij. Met verantwoordelijkheden voor gezin, baan en vaak nog heel veel andere verplichtingen. Het is een kunst om rust in jezelf te vinden en niet blindelings mee te gaan in de race van het leven. Waar zijn we met z'n allen mee bezig en wat is goed voor het individu?” Bewuste vragen van Van Ruler.

### NIET MASSEREN MAAR ACTIVEREN

De patiënten die in het traject komen ervaren zowel lichamelijke – als psychische klachten. Psychische klachten zijn minder taboe tegenwoordig, ook ondernemers onderkennen dit. De verwachting is dat één derde van het totale verzuim in Nederland in 2020 daardoor veroorzaakt zal worden.

“Ondertussen zien wij dat de zorg verkokert en de patiënt verdwaalt. “Ciran leert de patiënt nieuwe manieren van denken, ontspannen, concentreren en grenzen aangeven. We masseren niet, maar activeren juist. Uiteindelijk krijgt de patiënt weer het vertrouwen om op een andere en betere manier verder te gaan,” legt Witting uit. “80% van onze patiënten heeft een betaalde of onbetaalde baan, en worden binnen de 1e 8 weken weer terug geleid naar werk.

“Gezond zijn en blijven, is een hele kunst”

### WETENSCHAPPELIJKE TOETSING

Ciran wil een stabiel vangnet zijn voor werkgevers, werknemers en artsen. Het doel is om samen voor participatie te zorgen. Ciran wil werkgevers ontzorgen en de zorgconsumptie af laten nemen. Steeds weer wordt er gekeken naar verbetering en wetenschappelijke onderbouwing.

Alles wat bij Ciran gebeurt, wordt wetenschappelijk getoetst. De organisatie is geassocieerd met het Radboud Umc en werkt samen met verschillende universiteiten in een wetenschappelijke raad.

“Blijven innoveren en meegaan met de tijd, is belangrijk. We zien in de huidige tijd dat verzuim te lang duurt en eerder op gestuurd kan worden. Ook aan de gezonde werknemer wordt gedacht: “We zijn bezig met een gezondheidsportal waarbij de eigen gezondheid ‘gemanaged’ kan worden”, zegt Stephanie Witting.

Wanneer we individueel steeds opnieuw persoonlijk, lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk evenwicht kunnen bereiken, kunnen we afgewogen reageren en anticiperen op gebeurtenissen en wisselwerkingen in onze omgeving. Gezamenlijk houden we onze samenleving gezond. <<

## QUICK SCAN

### HÉT PROBLEEM VAN DE MARKT

» Verzuim duurt te lang, de kosten voor werkgevers lopen op, terwijl zij al snel grip verliezen op hun werknemers. Soms is de problematiek van de werknemer nog niet helder genoeg vastgesteld en hoe langer hij of zij erin blijft zitten, des te complexer het wordt.

### ONZE VISIE

» Om bij te dragen aan sneller en duurzaam herstel, is Ciran voorstander van triage aan de voorkant en matched care in plaats van stepped care. Dit betekent dat er eerder in het proces kan worden ingegrepen en vastgesteld wat er aan de hand is, in plaats van de gangbare lineaire stappen te zetten. Dit door een geïntegreerde behandelaanpak van zorg en arbeid. Participeren, en dus werk, is in onze visie essentieel om gezond te zijn en gezond te blijven.

### UW OPLOSSING

» Voorspelbare zorg leidt tot snellere participatie. Het Ciran-traject bestaat uit twee fases van ieder acht weken, waarbij zaken zoals zingeving, perspectief en kennisoverdracht centraal staan. In de eerste fase zijn patiënten drie tot vier dagdelen bezig met hun herstel doelen. Tevens worden zij in deze fase terug geleid naar werk. In de tweede fase krijgen zij 1 tot 2 dagdelen begeleiding, en zijn daarnaast steeds meer zelfstandig bezig. Met als uitkomst op een geleidelijke manier weer grip en regie op het leven te krijgen.

### CIRAN AMSTERDAM

A.J. Ernststraat 3  
1083 GP Amsterdam  
Telefoon 020 - 763 09 34  
E-mail info@ciran.nl  
[www.ciran.nl](http://www.ciran.nl)