

Is groen in de praktijk heilzaam voor patiënten?



Floor Klungers, Shannon Plaxton

Van oudsher horen groen en genezing bij elkaar. Wetenschappelijke onderzoeken laten zien dat natuur positieve effecten heeft op de pijnbeleving en het mentale welzijn van patiënten. Zijn planten in de huisartsenpraktijk aan te bevelen omdat ze de gezondheid en tevredenheid van onze patiënten verbeteren? Er is beperkt bewijs dat planten of groene decoraties in de ruimte het welzijn en tevredenheid van patiënten vergroten.

Van middeleeuwse kloostertuinen tot door bos omringde sanatoria – natuur was eeuwenlang een integraal onderdeel van patiëntenzorg.¹ Met de opkomst van de moderne gezondheidszorg en door de meer technische benadering van geneeskunde is deze koppeling vervaagd.² In veel ziekenhuizen zijn planten en bloemen zelfs verboden. De laatste decennia is echter veel onderzoek verricht naar het effect van natuur op gezondheid en dat laat positieve uitkomsten zien.³ Nu het aantal patiënten met psychische klachten in de huisartsenpraktijk toeneemt, vroegen wij ons af of het mentale en fysieke welzijn en de tevredenheid van patiënten in een huisartsenpraktijk met planten groter zijn dan in een huisartsenpraktijk zonder planten.⁴

ZOEKSTRATEGIE

In de NHG-Standaarden en LHV-adviezen over praktijkinrichting vonden wij geen uitspraken over planten in de huisartsenpraktijk.⁵ Op 3 maart 2023 doorzochten wij PubMed met de zoektermen: 'Plants' or 'indoor plant' or 'home plant' or 'indoor green' or 'green home' or 'green office' or 'green exposure' or 'indoor nature' and ('Anxiety' or 'Depression' or 'Stress, Psychological' or 'Patient Satisfaction' or 'Relaxation'). Dit resulteerde in 66 hits. We vonden geen onderzoeken die in een huisartsenpraktijk uitgevoerd zijn. Op basis van de titels en abstracts selecteerden we 3 artikelen (1 veldonderzoek en 2 RCT's) die het meest bij onze vraagstelling pasten.⁶⁻⁸ Aanvullend vonden we via een referentiecheck nog een RCT.⁹

RESULTATEN

Mentaal welzijn (stress, stemming en angst)

Beukeboom et al. vergeleken de mate van stress en tevredenheid van patiënten op een afdeling radiologie in een wachtkamer met planten, 1 met posters van planten en 1 zonder planten. De overige kenmerken van de wachtkamers waren gelijk.⁶ Van de 748 uitgedeelde vragenlijsten vulden patiënten er 457 volledig in. De onderzoekers concludeerden dat zowel patiënten in de wachtkamer met planten als patiënten in de wachtkamer met posters van planten minder stress hadden dan patiënten in de wachtkamer zonder planten (5-puntsstressscore: 2,3 in de eerste 2 groepen versus 2,5 in de controlegroep, $p = 0,04$; het artikel vermeldt geen betrouwbaarheidsinterval).



Planten in de wacht- en spreekkamer lijken het welzijn en de tevredenheid van patiënten te vergroten.

Foto: Shutterstock

Park et al. vergeleken in 2 onderzoeken de duur van de opname, de mate van spanning en pijn, het gebruik van pijnstilling en de patiënttevredenheid bij 90 patiënten na hemorroïdectomie en bij 80 vrouwen na thyroïdectomie in een Koreaans ziekenhuis.^{7,8} Ze verdeelden de patiënten na operatie willekeurig over kamers met en zonder planten. Uit beide onderzoeken bleek dat patiënten in kamers met planten gedurende de opnameperiode minder spanning ervoeren dan patiënten in kamers zonder planten (angstscore op dag 1 na hemorroïdectomie: 15,8 versus 19,8 en angstscore op dag 1 na thyroïdectomie: 51,8 versus 54,9; $p < 0,05$; schaal van 0 tot 100; hogere score = meer angst).

Koh et al. vergeleken de mate van depressie- en angstklachten bij 122 opgenomen patiënten met een acuut coronair syndroom.⁹ Eén groep patiënten had kunstkamerplanten op de ziekenhuiskamer, de andere had dat niet. Vanwege een crossover (10 patiënten in de controlegroep kregen bloemen van bezoek en 2 patiënten konden geen kunstkamerplanten krijgen

omdat er onvoldoende beschikbaar waren) deden de onderzoekers een 'intention-to-treat'-analyse en een per-protocol-analyse. Patiënten die in een kamer lagen met kunstplanten hadden minder depressieve klachten. Dit effect was alleen significant in de per-protocolanalyse (HADS-score van 3,5 versus 4,9 (schaal 0-21); $p = 0,04$). Er was geen significante invloed op angst.

Pijn

In de 2 onderzoeken van Park et al. bleken patiënten die na operatie op een ziekenhuiskamer met planten lagen significant minder zelfgerapporteerde pijn te hebben (pijnscore (schaal 0-100) op dag 5 post-thyreoïdectomie: 42,5 versus 49,4; pijnscore op dag 2 post-hemorroidectomie: 45,2 versus 51,4, $p < 0,05$) dan patiënten die gedurende opname geen planten op de kamer hadden. Ze scoorden bovendien lager op *pain distress* (score op dag 5 post-thyreoïdectomie: 34,3 versus 41,4 (schaal 0-100); score op dag 2 post-hemorroidectomie: 46,1 versus 46,8, $p < 0,05$).^{7,8} De onderzoekers zagen tussen beide groepen geen verschil in vitale parameters (zoals bloeddruk en pols, gebruikt als indicator voor pijn). De patiënten die een thyreoïdectomie hadden ondergaan bleken op dag 4 en 5 postoperatief in aanwezigheid van planten 35% minder pijnstilling (NSAID's) nodig te hebben dan op de eerste dag na de operatie, versus 25% in de controlegroep ($p = 0,04$). In de patiëntengroep na hemorroidectomie was het gebruik van postoperatieve pijnstilling in beide groepen gelijk.

Patiënttevredenheid

Beukeboom et al. zagen dat de wachtkamers gemiddeld beter werden gewaardeerd als er planten of posters van planten aanwezig waren (beide tevredenheidsscore 3/5, standaarddeviatie 0,6), vergeleken met de controlegroep (score 2,7/5, standaarddeviatie 0,6; $p = 0,003$).⁶

Park et al. vonden in hun postoperatieve onderzoeken ook dat de tevredenheid over de kamers op specifieke punten (8 uit 13 in totaal, waaronder geur, comfort en kalmerend effect) hoger was.^{7,8} In beide onderzoeken scoorden patiënten de aanwezigheid van planten als het positiefste onderdeel van de kamer (terwijl de patiënten in de 'kale' kamers de televisie en temperatuur het hoogste waardeerden). Van de patiënten die in de kamers met planten hadden gelegen gaf 93-95% aan dat ze zo nodig opnieuw in het betreffende ziekenhuis opgenomen zouden willen worden, versus 70-73% in de controlegroep.

BESCHOUWING

In de besproken RCT's waren de onderzoeksgroepen gerandomiseerd en gelijk verdeeld wat betreft baselinekenmerken. De onderzoekspopulatie en setting verschilden per onderzoek wel sterk, waardoor ze moeilijk te vergelijken waren. Blindering was niet mogelijk. De onderzoekspopulaties waren klein qua

aantallen en hadden een korte follow-upduur. De veelal kwalitatieve uitkomstmaten werden gemeten door zelfrapportage, waardoor er een risico is op een responsbias. Ook mogen we ons afvragen of de verbeteringen van de zelfgerapporteerde scores klinisch relevant zijn.

CONCLUSIE

Het gebruik van planten en groene decoratie in de zorg in de wachtkamer en in een ziekenhuiskamer lijkt op basis van deze 4 artikelen (van suboptimale kwaliteit) pijn in geringe mate te verminderen en de patiënttevredenheid en het mentaal welzijn te verbeteren.

Hoewel meer (eerstelijns)onderzoek nodig is, adviseren wij planten in de wacht- en spreekkamer neer te zetten, omdat er dus aanwijzingen zijn dat dit het welzijn en tevredenheid van patiënten vergroot en de ervaring van pijn kan verminderen. Ook kunstplanten en posters van planten hebben een positief effect en zouden vanuit kostenooptpunt of gemak gebruikt kunnen worden. ■

LITERATUUR

1. Gerlach-Spriggs N, Kaufmann RE, Warner SB. Restorative gardens: the healing landscape. New Haven: Yale University Press, 1998.
2. Grinde B, Patil GG. Biophilia: does visual contact with nature impact on health and well-being? *Int J Environ Res Public Health* 2009;6:2332-43.
3. Chaudhury P, Banerjee D. 'Recovering with nature': a review of ecotherapy and implications for the COVID-19 pandemic. *Front Public Health* 2020;8:604440.
4. Magnée T, Beurs D, Schellevis F, Verhaak P. Steeds belangrijkere rol huisartsenpraktijk bij psychische problemen. *Huisarts Wet* 2018;11:14-7.
5. Landelijke Huisartsen Vereniging. Handboek Een eigen praktijk. Utrecht: LHV, 2022.
6. Beukeboom C, Langeveld D, Dijkstra KT. Stress-reducing effects of real and artificial nature in a hospital waiting room. *J Altern Complement Med* 2012;4:329-33.
7. Park S, Mattson RH. Ornamental indoor plants in hospital rooms enhanced health outcomes of patients recovering from surgery. *J Altern Complement Med* 2009;9:975-80.
8. Park S, Mattson RH. Therapeutic influences of plants in hospital rooms on surgical recovery. *HortScience* 2009;44:102-5.
9. Koh Y, Rashid H, Khaw S, Nasis A. Artificial FLOWering plants in Reducing Anxiety and depressive symptoms following Acute Coronary Syndromes (A-FLORA-ACS): a randomised controlled trial. *Heart Vessels* 2019;34:888-97.

Klungers F, Plaxton S. Is groen in de praktijk helizaam voor patiënten? *Huisarts Wet* 2023;66:DOI:10.1007/s12445-023-2264-1. Universiteit van Amsterdam, vakgroep Huisartsgeneeskunde, Amsterdam; F. Klungers, huisarts in opleiding, f.klungers@amsterdamumc.nl; S. Plaxton, huisarts in opleiding. Mogelijke belangenverstrengeling: niets aangegeven.

Dit artikel is gebaseerd op een critically appraised topic (CAT), waarbij de auteur een evidencebased antwoord wil krijgen op een auteursvraag.