



Katinka Rutjens:
docent, trainer en samensteller van
educatieve programma's in de gezond-
heidszorg bij School of Skills



Over balans en School of Skills¹



Therapeutische Elastische kousen (TEK)



Etalagebenen



Fotografie:
Het Lipoedeem
Project; Chessarina
Spaninks

Lipoedeem

Het afgelopen jaar heb ik je in het NTVW meegenomen in mijn wereld; de wereld van compressie en oedeem.

Ik denk dat je inmiddels wel begrepen hebt dat compressie en oedeem mijn passie is. Gekscherend noem ik mezelf dan ook 'compressiefiel'. Voor mij bestaat er niets mooiers dan mensen dat kan jij zijn, je collega, de arts of de patiënt met oedeem overtuigen van de kracht van een bundel zorgvuldig samengesteld en 'gefabriceerd elastiek'. Zwachtels en ook elastische kousen worden nu eenmaal gemaakt van elastische draden, elk met eigen specifieke eigenschappen.

Overtuigen gaat niet altijd makkelijk en vraagt ook wat overredingskracht. Met kennis en passie bereik je zeker een hoop, maar succesvol is het niet altijd en als het niet lukt dan noem »

Oedeem



Het rode been syndroom



» ik dat mijn 'Waterloo'. Ik heb me daar dan bij neer te leggen. Zoals mijn moeder altijd zei: 'je kunt niet de hele wereld veroveren Katinka' en daarnaast zei ze als iemand echt iets niet wilde: 'eigenwijs is ook wijs!'

Dit is zo'n mooie uitspraak. Eigenwijs is iets wat mij niet vreemd is, sterker nog, ik ben er trots op.

In dit tijdschrift heb je het afgelopen jaar de volgende artikelen van mijn hand kunnen lezen:



Januari nr. 1:

Meer grip op compressie (intro)

Februari nr. 2:

Etalagebenen

Maart nr. 3:

Lipoedeem een echt probleem?

April nr. 4:

Compressietherapie met Therapeutische Elastische kousen (TEK)

Juni-Juli nr. 6/7:

**Complexe zorguraag;
vanuit een ander perspectief**

Augustus nr. 8:

Het 'rode been syndroom'

September nr. 9:

DRUK zijn, het DRUK hebben, en DRUK creëren

Oktober nr. 10:

**Over therapie(on)trouw bij het dragen van
Therapeutische Elastische Kousen!**

De afgelopen week tevens de balans opgemaakt van School of Skills op het gebied van compressietherapie en oedeem:

- » aanmeten en leveren van therapeutisch elastische kousen en begeleiding van patiënten: 79 personen
- » lesgegeven in het zwachtelen, gemiddeld 2 x per maand: 275 personen
- » online lessen (live webinars) in lymfologie en flebologie, gemiddeld 2 x per maand: 331 personen
- » training Zelfmanagement bij compressietherapie, 3 x dit jaar: 20 personen
- » 5-daagse opleiding 'Advanced Management Chronisch Oedeem', 1 x dit jaar: 6 personen
- » externe trainingen op het gebied van TEK, gemiddeld 1 x per kwartaal: 39 personen
- » ingehuurd als gastdocent (en daarvoor een nieuwe presentatie gemaakt): 6 personen
- » compleet nieuwe scholingen geschreven: 5 stuks
- » evidencebased documenten gelezen en doorgespit: te veel om op te noemen
- » artikelen geschreven in het NTVW: 9 x
- » op congressen en symposia gestaan: 6 x

Zo terugkijkend is het wel druk geweest maar gelukkig is het allemaal ontzettend leuk en dankbaar om te doen (Ik heb ook nog een leuk privéleven hoor)

Ik hoop dat je met mijn 'grip op compressie'-artikelen heel veel informatie en verduidelijking hebt gekregen waar je in de dagelijkse praktijk iets mee kunt.

Heb je de smaak te pakken, heeft het 'compressievirus' jou ook bereikt en denk je wel eens: ik wil na het zwachtelen ook de therapeutisch elastische kousen aanmeten? Denk dan eens aan de opleiding 'Nova Mundo'. Nova Mundo is een beroepsopleiding die je opleidt tot compressietherapeut (vroeger werd dit bandagist of kousenaanmeter genoemd). De opleiding duurt gemiddeld 1 jaar. Het beroep compressietherapeut kun je prachtig combineren met je werk als verpleegkundige. ■

1. <https://www.school-of-skills.nl>

2. <https://www.novamundo.nl>

