

POEP EN WELBEVINDEN IN VERPLEGING EN VERZORGING

Sjaak van der Geest

Medische Antropologie

Universiteit van Amsterdam

Met ademen en eten behoort poepen tot de meest basale, bewust uitgevoerde biologische activiteiten van mensen. Een goede en geregelde stoelgang is een teken van gezondheid, wist Hippocrates ons reeds te melden. Ontlasting wordt in laboratoria onderzocht voor het stellen van een diagnose en verpleegkundigen houden zorgvuldig het poepgedrag van bepaalde patiënten bij omdat dat indicatief is voor het verloop van de ziekte.

Poepen is echter meer dan een biologische verrichting. Het heeft een sociale en een culturele dimensie. Elke cultuur heeft zijn regels over waar en hoe men zijn behoefte dient te doen. Antropologen en sociologen zijn de experts op sociaal en cultureel gedrag, maar wie hun wetenschappelijke geschriften doorpluist, vindt nauwelijks iets over het onderwerp 'poep'. Hoe komt dat?

In een wetenschappelijk betoog past het woord 'poep' niet. Het doet wenkbrauwen fronsen en werkt op de lachspieren. Het woord deelt het lot van de substantie waar het naar verwijst; het hoort niet 'in gezelschap'. Ondanks zijn alledaagsheid is poepen ongeveer het meest verborgene van alle menselijke activiteiten. Je doet het alleen, achter een gesloten deur en je praat er niet over. Het is geheimzinniger dan seks waaraan men - meestal - met zijn tweeën deelneemt en waar bovendien talloze foto's en filmbeelden van bestaan.

De Britse antropologe Mary Douglas heeft ooit gezegd dat vuil 'matter out of place' is. Dingen worden vuil als ze van hun plaats af komen. Als het glas omvalt verandert de kostbare wijn ogenblikkelijk in 'vuil': een gemene rode vlek op het witte tafellaken, terwijl de substantie niet veranderd is. Blijkbaar is wijn niet altijd wijn. Is poep wel altijd poep?

Haar redenering gaat ook op voor poep. Zolang mensen hun eigen ontlasting kunnen regelen in de intimiteit van hun toilet en met de middelen waarmee ze vertrouwd zijn, is er nauwelijks sprake van een confrontatie met vuil. Op die wijze is poepen voor de meeste mensen zelfs een prettige ervaring, zoals Lea Rachel (1999) beschrijft, een aangenaam gevoel van controle en ontspanning. Maar zodra die orde verstoord wordt, als er geen papier is, als de privacy ontbreekt, of als men bij het betreden van het toilet de drol van een voorganger aantreft, wordt het bezoek aan het toilet en de confrontatie met poep een uiterst onaangename gebeurtenis.

Mensen die voor hun toiletgang afhankelijk zijn van anderen hebben een soortgelijke ervaring. Uit onderzoek van Van der Bruggen (1991) is gebleken dat bijna de helft van alle patiënten in ziekenhuizen zich zorgen maken over hun toiletgang. Zij voelen zich ongemakkelijk omdat ze uit hun gewone doen zijn en/of de aanwezigheid van een verpleegkundige moeten dulden terwijl ze hun behoefte doen. De stress die dit oplevert leidt soms tot nieuwe klachten en is in algemene zin niet bevorderlijk voor een vlot herstel van de gezondheid. Een meer comfortabele stoelgang, echter, zou het welbevinden en het genezingsproces wel ten goede komen. Toch krijgt dit probleem nauwelijks aandacht in de opleiding van verzorgers en verpleegkundigen. Van der Bruggen benadrukt dat vooral de privacy van de patiënten beter gerespecteerd zou moeten worden.

Niet alleen voor de patiënten, ook voor de verzorgers en verpleegkundigen is de stoelgang vaak een onprettige ervaring. Velen beschouwen assistentie bij de toiletgang van

zieken als het minst aantrekkelijke deel van hun werk. Meer aandacht voor deze taak zou daarom niet alleen de stress van de zieken verminderen maar ook die van de verpleegkundigen.

Poep neemt een nog veel grotere plaats in in het dagritme van verzorgings- en verpleeghuizen. Van der Plaats (1984), die over toiletgang in Nederlandse verpleeghuizen heeft geschreven, laat zien hoe problemen rond toiletgang bij ouderen angst en onrust te weeg brengen en bij de verzorgers irritatie en agressie. Het verlies van zelfstandigheid en de emotionele verwarring die dit veroorzaakt, wordt het meest intens ervaren in de afhankelijkheid van anderen bij de gang naar het toilet. Zowel verzorgers als verzorgden kunnen de stress en het decorumverlies van deze ontwikkeling ondervinden (cf. Van Dongen 1999; Van der Geest 1999).

De geregeldheid van de stoelgang representeert de geregeldheid van iemands leven in algemene zin. "Goed poepen" symboliseert controle. Kinderen wordt geleerd zo snel mogelijk zindelijk te worden; zindelijk-zijn is mens-zijn. In veel culturen, waaronder ook de Nederlandse, kan men spreken van een preoccupatie met zindelijkheidsstraining bij ouders met kleine kinderen. Niet zindelijk-zijn is een van de ernstigste bedreigingen van iemands sociale en psychische positie. Wie niet zindelijk is, is òf nog geen volwaardig mens, òf is dat niet meer. Het geen controle meer hebben over de ontlasting is een aanslag op iemands algehele gevoel van welbevinden. Het impliceert de pijnlijkste vorm van onzelfstandigheid. Zelfcontrole en privacy moeten prijsgegeven worden; men wordt afhankelijk in het meest intieme en meest noodzakelijke van het dagelijks functioneren. Die afhankelijkheid, meldde een dwarslaesiepatiënt in een televisie-interview, is veel erger dan bijvoorbeeld het niet meer kunnen lopen.

Voor verzorgers in de thuissituatie kan het incontinent- worden van de zieke of afhankelijke persoon het 'breekpunt' worden, het moment waarop zij denken hun taak van verzorger niet meer aan te kunnen. Òf het een breekpunt is, hangt niet alleen af van de fysieke krachten van de verzorger maar ook van de relatie tussen verzorger en verzorgde. Naarmate er meer afstand tussen beiden bestaat, stijgt de viesheidsgraad van de ontlasting en wordt de belasting zwaarder.

Het tijdschrift *Medische Antropologie* heeft een lijvig themanummer uitgebracht waarin de relatie tussen poepen en welbevinden wordt onderzocht vanuit een sociaal en cultureel perspectief. De bijdragen handelen onder meer over de al dan niet 'natuurlijke' afkeer van poep, het begrip 'vuil', poep en publieke gezondheid, poep en de zorg voor ouderen, en poep in taal en politiek. De auteurs schrijven over hun eigen maatschappij en over andere culturen, in Europa, Afrika en Azië. Op 15 oktober a.s. wordt in Amsterdam een studiedag aan dit thema gewijd (zie onder berichten).

Literatuur

Bruggen, H. van der (1999) *Patiënt, privaat en privacy: De stoelgang als gezondheidswetenschappelijk probleem*. Lochem: De Tijdstroom.

Dongen, E. van (1999) It isn't something to yodel about, but it exists! Faeces, nurses, social relations and status within a mental hospital. *Medische Antropologie* 11 (1): 68-83.

Geest, S. van der (1999) Het toilet van de oudere: Over respect, intimiteit en vuil in Ghana. *Medische Antropologie* 11 (1): 98-110.

Plaats, J.J. van der (1984) Beleid bij omgang met probleemgedrag, vooral in het verpleeghuis. In: Munnichs, J.M.A. (red) *Toiletgang bij ouderen: Naar aanleiding van een onderzoek in verpleeghuizen*. Lochem: De Tijdstroom, pp. 55-73.

Lea, R. (1999) 'The shitful body': Excretion and control. *Medische Antropologie* 11 (1): 7-18.