



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Burn-out

Therapievormen	Aanbeveling
Counselling	B
Energetische therapie	B
Hypnotherapie	B
Integratieve psychotherapie*	B
Lichaamsgerichte psychotherapie	B
Orthomoleculaire therapie	B
Shiatsu	B
Tekentherapie	B
YIN therapie	B

*Mensen kunnen worden doorverwezen naar integratieve psychotherapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: Gestalt therapie, Lichaamsgerichte psychotherapie of hypnotherapie.

**Mensen kunnen ook worden doorverwezen naar YIN therapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: shiatsu, orthomoleculair of craniosacraal therapie.

Shiatsu	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van Shiatsu bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referentie	design
Kloibhofer M. zu Shiatsu, E. P. S. (2017). BURN ON mit HARA SHIATSU.	pilot studie

YIN therapie	
Mensen kunnen ook worden doorverwezen naar yintherapie op basis van bewijs van minimaal één van de volgende therapieën: shiatsu, orthomoleculaire therapie of craniosacraal therapie.	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van YIN therapie bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 1
Referentie	design
Hilcove K, Marceau C, Thekdi P, Larkey L, Brewer MA, Jones K. Holistic Nursing in Practice: Mindfulness-Based Yoga as an Intervention to Manage Stress and Burnout. J Holist Nurs. 2021 Mar;39(1):29-42. doi: 10.1177/0898010120921587. Epub 2020 May 27. Erratum in: J Holist Nurs. 2022 Sep;40(3):NP1-NP5. PMID: 32460584.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referenties	design
Cocchiara RA, Peruzzo M, Mannocci A, Ottolenghi L, Villari P, Polimeni A, Guerra F, La Torre G. The Use of Yoga to Manage Stress and Burnout in Healthcare Workers: A Systematic Review. J Clin Med. 2019 Feb 26;8(3):284. doi: 10.3390/jcm8030284. PMID: 30813641; PMCID: PMC6462946.	systematische review



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Burn-out

Kirubarajan A, Got T, Park B, Li X, Sobel M. Interventions to Prevent and Treat Burnout in Obstetrics/Gynaecology: A Scoping Review. J Obstet Gynaecol Can. 2021 Apr;43(4):490-496. doi: 10.1016/j.jogc.2020.12.011. Epub 2020 Dec 26. PMID: 33373695.	review
Si S Çeli K A, Kılınc T. The effect of laughter yoga on perceived stress, burnout, and life satisfaction in nurses during the pandemic: A randomized controlled trial. Complement Ther Clin Pract. 2022 Nov;49:101637. doi: 10.1016/j.ctcp.2022.101637. Epub 2022 Jul 5. PMID: 35810525; PMCID: PMC9254653.	rct
Taylor J, McLean L, Richards B, Glozier N. Personalised yoga for burnout and traumatic stress in junior doctors. Postgrad Med J. 2020 Jun;96(1136):349-357. doi: 10.1136/postgradmedj-2019-137413. Epub 2020 Apr 16. PMID: 32300055.	rct
Alexander GK, Rollins K, Walker D, Wong L, Pennings J. Yoga for Self-Care and Burnout Prevention Among Nurses. Workplace Health Saf. 2015 Oct;63(10):462-70; quiz 471. doi: 10.1177/2165079915596102. PMID: 26419795.	rct

Orthomoleculaire therapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van orthomoleculaire therapie bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 1
Referentie	design
Olsson EM, von Schéele B, Panossian AG. A randomised, double-blind, placebo-controlled, parallel-group study of the standardised extract shr-5 of the roots of Rhodiola rosea in the treatment of subjects with stress-related fatigue. Planta Med. 2009 Feb;75(2):105-12. doi: 10.1055/s-0028-1088346. Epub 2008 Nov 18. PMID: 19016404.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referenties	design
Shin YK, Lee SY, Lee JM, Kang P, Seol GH. Effects of Short-Term Inhalation of Patchouli Oil on Professional Quality of Life and Stress Levels in Emergency Nurses: A Randomized Controlled Trial. J Altern Complement Med. 2020 Nov;26(11):1032-1038. doi: 10.1089/acm.2020.0206. Epub 2020 Sep 10. PMID: 32907352.	rct
Jacquet A, Grolleau A, Jove J, Lassalle R, Moore N. Burnout: evaluation of the efficacy and tolerability of TARGET 1® for professional fatigue syndrome (burnout). J Int Med Res. 2015 Feb;43(1):54-66. doi: 10.1177/0300060514558324. Epub 2014 Dec 23. PMID: 25537278.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Ander bewijs	Level 3
referentie	design
Kakiashvili T, Leszek J, Rutkowski K. The medical perspective on burnout. Int J Occup Med Environ Health. 2013 Jun;26(3):401-12. doi: 10.2478/s13382-013-0093-3. Epub 2013 Sep 10. PMID: 24018996.	review

Energetische therapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van energetische therapie bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Goede kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 1
Referentie	design



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Burn-out

Carneiro ÉM, Avezum Oliveira LF, Alves da Silva DA, da Silva Catarino J, Timóteo RP, Desidério CS, Rodrigues Junior V, de Fátima Borges M. Effects of complementary spiritual therapy on stress, anxiety, burnout syndrome and hematological parameters of professionals in a public hospital: a randomized controlled trial. J Complement Integr Med. 2022 May 26;20(2):471-480. doi: 10.1515/jcim-2020-0305. PMID: 35611849.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referenties	design
Rosada RM, Rubik B, Mainguy B, Plummer J, Mehl-Madrone L. Reiki Reduces Burnout Among Community Mental Health Clinicians. J Altern Complement Med. 2015 Aug;21(8):489-95. doi: 10.1089/acm.2014.0403. Epub 2015 Jul 13. PMID: 26167739.	rct
McElligott D, Holz MB, Carollo L, Somerville S, Baggett M, Kuzniewski S, Shi Q. A pilot feasibility study of the effects of touch therapy on nurses. J N Y State Nurses Assoc. 2003 Spring-Summer;34(1):16-24. PMID: 14639777.	rct
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Ander bewijs	Level 3
referentie	design
Díaz-Rodríguez L, Arroyo-Morales M, Fernández-de-las-Peñas C, García-Lafuente F, García-Royo C, Tomás-Rojas I. Immediate effects of reiki on heart rate variability, cortisol levels, and body temperature in health care professionals with burnout. Biol Res Nurs. 2011 Oct;13(4):376-82. doi: 10.1177/1099800410389166. Epub 2011 Aug 5. PMID: 21821642.	rct

Counselling	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van counselling bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referentie	design
Wang H, Zhang T, Lu M, Zeng Y, Xiao Y, Ren X, Zhang P. Effects of Physical Activity and Counselling Interventions on Health Outcomes among Working Women in Shanghai. J Sports Sci Med. 2021 Mar 1;20(1):77-85. doi: 10.52082/jssm.2021.77. PMID: 33707990; PMCID: PMC7919363.	rct

Lichaamsgerichte psychotherapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van lichaamsgerichte psychotherapie bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referentie	design
Rosendahl S, Sattel H, Lahmann C. Effectiveness of Body Psychotherapy. A Systematic Review and Meta-Analysis. Front Psychiatry. 2021 Sep 9;12:709798. doi: 10.3389/fpsy.2021.709798. PMID: 34566712; PMCID: PMC8458738.	meta-analyse



een vrije
zorgkeuze

Indicaties / Pijnklachten Burn-out

Tekentherapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van tekentherapie bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referenties	design
Kline JA, VanRyzin K, Davis JC, Parra JA, Todd ML, Shaw LL, Haggard BR, Fisher MA, Pettit KL, Beck AM. Randomized Trial of Therapy Dogs Versus Deliberative Coloring (Art Therapy) to Reduce Stress in Emergency Medicine Providers. Acad Emerg Med. 2020 Apr;27(4):266-275. doi: 10.1111/acem.13939. Epub 2020 Apr 7. PMID: 32266765.	rct
S Potash J, Hy Ho A, Chan F, Lu Wang X, Cheng C. Can art therapy reduce death anxiety and burnout in end-of-life care workers? a quasi-experimental study. Int J Palliat Nurs. 2014 May;20(5):233-40. doi: 10.12968/ijpn.2014.20.5.233. PMID: 24852030.	rct

Hypnotherapie	
Conclusie aanbeveling op basis van totaal aan literatuur	B
Op basis van de literatuur die naar voren kwam in de literatuurzoektocht van het Louis Bolk Instituut is de mate van aanbeveling van hypnotherapie bij burn-out op basis van inconsistent of beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs.	
Conclusie van studie in een aanbeveling naar niveau van bewijs Beperkte kwaliteit patiënt gericht bewijs	level 2
Referenties	design
Pelit-Aksu S, Özkan-Şat S, Yaman-Sözbi R Ş, Şentürk-Erenel A. Effect of progressive muscle relaxation exercise on clinical stress and burnout in student nurse interns. Perspect Psychiatr Care. 2021 Jul;57(3):1095-1102. doi: 10.1111/ppc.12662. Epub 2020 Oct 26. PMID: 33103776.	rct
Cardeña E, Svensson C, Hejdström F. Hypnotic tape intervention ameliorates stress: a randomized, control study. Int J Clin Exp Hypn. 2013;61(2):125-45. doi: 10.1080/00207144.2013.753820. PMID: 23427838.	rct