



Het bevorderen van zelfredzaamheid bij thuiswonende kwetsbare ouderen

Silke Metzelthin

**Tussen Weten en Doen
Netwerkbijeenkomst
19 juni 2015**

Health Services Research
Focusing on Chronic Care and Ageing



CAPHRI School for Public Health and Primary Care

Inhoud

- Basic Care Revisited
- Deelproject: Rust roest - 'Blijf Actief Thuis'
 - Aanleiding
 - Methode
 - Voorlopige resultaten
 - Discussievragen



Project: **BASIC CARE REVISITED – Building the evidence base in core nursing practice**

Doel

Het doel van dit project is het wetenschappelijk onderbouwen van de meest essentiële verpleegkundige zorgactiviteiten (basiszorg).

Werkwijze

In dit project worden 10 interventiestudies verricht naar de meest essentiële verpleegkundige zorgactiviteiten (basiszorg). Daarbij staan de volgende zorgactiviteiten centraal:

- communicatie
- voeding
- wassen en aankleden
- mobiliteit

Sectoren

De studies worden verricht in de:

- ziekenhuiszorg
- thuiszorg
- verpleeghuis setting

Projectgegevens

Onderdeel van programma:

Tussen Weten en Doen II

Projectnummer:

520002003

Projectinformatie:

Startdatum: 1 mei 2014

Status: Lopend

Looptijd: 2014 2019

Betrokkenen

Prof. dr. J.P.H. Hamers

Projectleider en penvoerder, Maastricht
Universitair Medisch Centrum+

Aan de slag met de resultaten van dit project?

[Maak zelf een implementatieplan](#)

'Basic Care Revisited' onderzoeksteam



‘Basic Care Revisited’ studies

Zorgactiviteiten, setting & onderzoeksinstituten

	Ziekenhuis	Thuiszorg	Verpleeghuis
Communicatie	RUNMC	-	UM
Eten & drinken	RUNMC	UMCU	-
Wassen & kleden	UMCU	UM	UM
Mobiliteit	UMCU	UM	-

CAPHRI School for Public Health and Primary Care



RUST ROEST – BLIJF ACTIEF THUIS

CAPHRI School for Public Health and Primary Care



Vraag 1

➤ Als een gezond persoon twee weken bedrust heeft, hoeveel procent van zijn of haar spierweefsel verdwijnt dan?

- A. 4%
- B. 6%
- C. 8%
- D. 10%



Vraag 2

- Als een cliënt het eigen spierweefsel op peil wil houden, dan moet hij of zij deze spieren minimaal drie keer per week maximaal aanspannen. Klopt deze stelling?
- A. *Juist*
 - B. *Niet juist*



Probleem

- Zorgverleners zijn (goed bedoelend) geneigd om...
 - ... voor cliënt beslissingen te nemen
 - ... oplossingen aan te dragen
 - ... (zorg-) taken over te nemen



→ Cliënten worden **minder actief**, lopen risico resterende **capaciteiten** te **verliezen** en (verder) **achteruit te gaan**

Tijd voor verandering

- Zorgverleners zouden cliënten moeten stimuleren om ...
 - ... zelf beslissingen te nemen
 - ... oplossingen te bedenken
 - ... zoveel als mogelijk (zorg-) taken uit te voeren



→Vraagt om een **attitude- / gedragsverandering** bij zowel **zorgverleners** als **cliënten** en hun **sociaal netwerk**

Leren omdenken...

Traditionele zorgverlening



Doing for...

'Nieuwe' zorgverlening



Doing with...

Function Focused Care (FFC)

- Volgens de FFC filosofie wordt getracht tijdens **elk zorgmoment** de zelfredzaamheid van cliënten te bevorderen, door rekening te houden met
 - wat cliënten zelf *willen* en *kunnen*
 - wat het sociaal netwerk hierin zou kunnen betekenen
 - factoren in de fysieke omgeving die een bevorderende of belemmerende rol kunnen spelen factoren



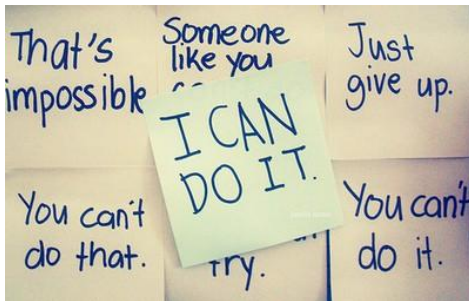
Prof. B. Resnick

Self-efficacy theorie (Bandura, 1977)

- Gedrag wordt in belangrijke mate bepaald door

1) Self-efficacy

2) Uitkomstverwachtingen



- Gedragsverandering op twee niveaus
 - Zorgverleners
 - Cliënten (en sociaal netwerk)

Self-efficacy technieken

1. Opdoen van succeservaringen
 - Bijv.: Stel samen doelen en evalueer deze regelmatig
2. Observatie van anderen
 - Bijv.: Toon het gewenst gedrag (modeling)
3. Overtuiging door anderen
 - Bijv.: Herinner aan voordelen die gewenst gedrag oplevert
4. Fysiologische informatie
 - Bijv.: Verwijder ongewenste sensaties (bijv. angst, pijn)

Function Focused Care...

- ...heeft duidelijke aanwijzingen voor effectiviteit laten zien
 - vooral in de Amerikaanse intramurale setting
(verpleeghuis, kleinschalige woonvormen, ziekenhuis)
 - recentelijk ook veelbelovende uitkomsten in thuisituatie
(vooral in Nieuw Zeeland en Australië)
- Vertaalslag nodig naar de Nederlandse thuiszorg

Toepassing van FFC filosofie

- Literatuur studie
- Gesprekken met Resnick en andere FFC experts (individueel/ groepsverband)
- Werkbezoek (VS, Nieuw Zeeland, Australië)
- Meelopen praktijk
- Regionale werkgroep van zorgverleners
 - 6 groepsbijeenkomsten
 - Individuele gesprekken met werkgroep leden

→ Conceptversie '*Blijf Actief Thuis*'

Conceptversie '*Blijf Actief Thuis*'

- Zorgproces
 - Anamnese
 - In kaart brengen wat cliënten *willen* en *kunnen* en wat sociaal netwerk hierin zou kunnen betekenen

Vragenlijst

- Groningen Activiteiten Restrictie Schaal (GARS) ¹
 - 18 items → ADL/ IADL

ADL: Kunt u zich, geheel zelfstandig, aan- en uitkleden?

IADL: Kunt u, geheel zelfstandig, ontbijt of lunch klaarmaken?

Antwoord categorieën:

- ja, zonder enige moeite*
- ja, met enige moeite*
- ja, met veel moeite*
- nee, alleen met hulp van anderen*

Activiteit	Niet belangrijk	Wel belangrijk	Cijfer

¹ Kempen et al Sco Sci Med 1996

ADL Observatielijst

- Houding & voortbeweging
- Wassen
- Aan & uitkleden
- Uiterlijke verzorging
- Toiletgang

	Niveau van zelfredzaamheid/ hulp					
Houding & voortbeweging	O	H	B	T	Z	Toelichting
In/ uit bed (lig-zit)						
In/ uit stoel (zit-staan)						
Staan						
Zich voort bewegen (met of zonder hulpmiddel)						
Wassen	O	H	B	T	Z	Uitgangssituatie (staand, zittend)
Benodigheden klaarleggen						
Gezicht						
Armen						
Buik/ borst						
Rug						
Onderlichaam						
Benen/voeten						
Opruimen						

→ O=volledige overname; H=hulp; B=begeleiding; T=toezicht; Z=zelfstandig

Conceptversie '*Blijf Actief Thuis*'

- Zorgproces
 - Anamnese
 - In kaart brengen wat cliënten *willen* en *kunnen* en wat sociaal netwerk hierin zou kunnen betekenen
 - Goalsetting
 - Samen met cliënten (en sociaal netwerk) doelen stellen

Doelenformulier

- Formuleer samen met de cliënt doelen!
 - Lange termijn doelen → motivatie op lange termijn
 - Korte termijn doelen → succeservaringen op korte termijn
- Bepaalt samen acties en verantwoordelijkheden!

Hoofddoel		<i>Dhr. B. kan zich binnen 1 maand zelfstandig aankleden</i>			
	1) Subdoel	<i>Dhr. B. kan binnen 1 week m.b.v. hulpmiddelen zelfstandig zijn bovenlichaam aankleden.</i>			
	2) Subdoel	<i>Dhr. B. kan binnen 2 weken in zit zijn broek aantrekken (met supervisie bij het opstaan).</i>			
	3) Subdoel	<i>Dhr. B. kan binnen 4 weken m.b.v. hulpmiddelen zijn kousen en schoenen aantrekken.</i>			
		OPLOSSINGSSTRATEGIE			
		Oudere	Mantelzorger	Collectief, nl	Individueel, nl
Acties subdoel 1					
	<i>Kleren klaarleggen</i>	X			
	<i>Instructies over het gebruik van aankleedhulpmiddelen</i>				<i>verzorgende</i>
	<i>Supervisie en verbale begeleiding tijdens het aankleden</i>		X		
Acties subdoel 2					

Conceptversie '*Blijf Actief Thuis*'

- Zorgproces
 - Anamnese
 - In kaart brengen wat cliënten *willen* en *kunnen* en wat sociaal netwerk hierin zou kunnen betekenen
 - Goalsetting
 - Samen met cliënten (en sociaal netwerk) doelen stellen
 - Uitvoering zorg
 - Tijdens elk zorgmoment zelfredzaamheid bevorderen

Zelfredzaamheid bevorderen

- (Zorg-) taken op een andere manier uitvoeren
 - Vereenvoudigen (bijv. taak zittend i.p.v. staand)
 - Activiteit opsplitsen in deelhandelingen
 - Verbale instructies
 - Visuele prompts (bijv. aanreiken van handdoek)
 - Inzet van hulpmiddelen
- Communicatie aanpassen
- Haptonomische principes toepassen
- Motiveren, motiveren, motiveren!

Conceptversie '*Blijf Actief Thuis*'

- Zorgproces
 - Anamnese
 - In kaart brengen wat cliënten *willen* en *kunnen* en wat sociaal netwerk hierin zou kunnen betekenen
 - Goalsetting
 - Samen met cliënten (en sociaal netwerk) doelen stellen
 - Uitvoering zorg
 - Tijdens elk zorgmoment zelfredzaamheid bevorderen
 - Evaluatie
 - Zorgleefplan regelmatig evalueren en evt. bijstellen

Scholingsprogramma V&V en HBH

- Continue educatie, mentoring & motivatie
 - Kick-off bijeenkomst
 - Intervisiegroepen (teamverband)
 - Supervisie contacten (individueel/ in koppels?)
 - Nieuwsletter met Tip v/d Week
- Onderwerpen
 - Consequenties van overnemen van (zorg-) taken
 - Belang van zelfredzaamheid
 - Tips rondom het bevorderen van zelfredzaamheid
 - Motiveren van ouderen (m.b.v. self-efficacy technieken)

Volgende stappen

- September - december 2015
 - Pilot MeanderZorggroep
 - 1 V&V en 1 HBH team
 - Aanscherpen conceptversie '*Blijf Actief Thuis*'
 - Voorbereidingen exploratory trial
- Vanaf januari 2016
 - Exploratory trial
 - Interventiegroep: 2 V&V en 2 HBH teams
 - Controlegroep: 2 V&V en 2 HBH teams

Zijn er nog vragen?!





CAPHRI School for Public Health and Primary Care

Bedankt voor jullie aandacht!

Health Services Research
Focusing on Chronic Care and Ageing

Discussievragen

- Hoe kunnen thuiszorgmedewerkers (V&V en HBH)
 1. zelfredzaamheid van cliënten in kaart brengen?
 2. samen met cliënten en hun sociaal netwerk doelen stellen?
 - Lange termijn doelen → korte termijn doelen
 - Korte termijn doelen → acties
 3. zelfredzaamheid in activiteiten van het dagelijkse leven bevorderen?