

Hoe kies ik het
juiste hulpmiddel ?

KEUZE HULP



ZelfredzaamheidsRadar

Tekst: Elly Waaijer en Nico Knibbe

Mensen vallen vaak in een zwart gat als ze na hun revalidatie weer thuiskomen. Leren omgaan met een beperking blijkt duidelijk iets anders te zijn dan het leren leven met een beperking. Eenmaal thuis gaat het erom alle, voorheen normale, dagelijkse activiteiten weer invulling te geven: gezin, werk, huishouden, hobby's en sociale contacten binnen de eigen omgeving. Dit vraagt om keuzes en, soms zelfs pijnlijke, afwegingen over nieuwe (on)mogelijkheden.

Scouters ontwikkelt op dit moment een digitaal instrument: de ZelfredzaamheidsRadar (ZRR), met daarin de mogelijkheid om direct door te schakelen naar de oplossingen in 'Ik wil beter', 'Keuzehulpen' en onderliggende hulpmiddelen. Hiermee denken we een bijdrage te leveren om deze 'revalidatiekloof' te dichten. Of in ieder geval kleiner te maken. De Scouters community, bestaande uit ervaringsdeskundigen, mantelzorgers en professionals, werkt hard om het instrument eind 2022 af te ronden. De eerste uitgewerkte domeinen staan online op www.scouters.nl.

Revalidatiekloof

Niet alleen Scouters signaleert deze revalidatiekloof. Uit recent wetenschappelijk onderzoek (Nanninga, 2021)

komt naar voren dat veel mensen die door een beroerte (CVA) zijn getroffen, in een zwart gat vallen zodra ze thuis zijn. Het 'naar huis gaan' is een belangrijke mijlpaal en doel

in het revalidatieproces. Toch blijkt 'thuis zijn' vaak gepaard te gaan met een neerwaartse spiraal van vitaliteitsverlies, sociaal isolement en gevoelens van verlies (Nanninga, 2021). Deze revalidatiekloof is echter niet specifiek voor mensen die getroffen zijn door een CVA.

Dwarslaesie Organisatie Nederland deed onderzoek onder haar leden naar de begeleiding vanuit het revalidatiecentrum in de fase 'naar huis' en de behoeften van ex-revalidanten. "Na de klinische revalidatieperiode vindt de overgang naar huis plaats, de fase van de allereerste integratie in persoonlijk en maatschappelijk verband. Een spannend moment voor mensen met een laesie en hun naasten, waarbij ze in de praktijk te vaak aanlopen tegen soms onoverkomelijke knelpunten in hulpmiddelen en woningaanpassingen." (Zuurmond, Tichelaar 2022) De revalidatiekloof is niet alleen problematisch voor de persoon in kwestie, het kan ook serieus impact hebben op de directe sociale omgeving, waaronder de eventuele partner, kinderen, mantelzorger en het netwerk van naasten.

Om de kans op het ontstaan van de revalidatiekloof te verminderen, wordt op dit moment vooral gekeken naar het verlengen van de revalidatieperiode. In de vorm van een revalidatiedagprogramma of een ergo- of fysiotherapeutische nabehandeling vanuit de eerste lijn. Nanninga beveelt aan face-to-face coaching aan huis te combineren met online begeleiding.

Scouters wil met een geïntegreerd instrument van 'ZRR' naar 'Ik wil beter' naar 'Keuzehulp' bijdragen aan het overbruggen van de revalidatiekloof. Met behulp van beschrijvingen van en onze ervaringen met hulpmiddelen. Dit zelf-assessmentinstrument ontwikkelen we primair voor de eindgebruiker, maar kan natuurlijk ook ingezet worden door professionals.

Nieuwe versie ZelfredzaamheidsRadar



We ontwikkelen een nieuwe versie van de ZelfredzaamheidsRadar, om de verloren eigen regie in de revalidatiekloof terug te pakken. De ZelfredzaamheidsRadar is oorspronkelijk ontwikkeld voor gebruik door zorgprofessionals. De professional loopt in een persoonlijk gesprek met de cliënt door 15 domeinen en geeft per domein een score van één tot en met vijf om de zelfredzaamheid

aan te geven. Vervolgens kijken de behandelaar en de cliënt samen aan de hand van de 'spinnenwebgrafiek' wat er nodig is om de 'deuken in het web' te verkleinen. Het invullen van de ZelfredzaamheidsRadar kan digitaal (www.zelfredzaamheidsradar.nl) of met een papieren versie.

De basis van de ZelfredzaamheidsRadar is een instrument dat eerder door Ate Dijkstra (2005) ontwikkeld is: de Care Dependency Scale. Dit gevalideerde instrument wordt wereldwijd gebruikt om de zorgvraag van cliënten helder in beeld te krijgen. In dit project ontwikkelt Scouters de ZelfredzaamheidsRadar, waarmee de (ex-)revalidant zelf aan de slag kan om zelfstandig te bepalen wat iemand beter wil kunnen. Gewoon zelf doen wat je zelf kan. Zodat mensen niet meer afhankelijk zijn van een zorgprofessional. De ontwikkeling doen we samen met mensen met een beperking.

Ik wil beter – uitgewerkte domeinen



De nieuwe ZelfredzaamheidsRadar krijgt online de mogelijkheid om direct door te klikken naar de bijbehorende rubriek 'Ik wil beter'. In de 15 domeinen van 'Ik wil beter' staan straks op de Scouters website direct toepasbare praktische tips en suggesties om het zelfredzaamheidstekort op te lossen. Om het juiste hulpmiddel per domein makkelijk te kunnen vinden, verschijnen de Keuzehulpen. Deze Keuzehulpen geven richting aan het uitzoeken van het meest adequate hulpmiddel. Onder elk domein en Keuzehulp zijn alle hulpmiddelen aan te klikken. Per hulpmiddel vind je een korte omschrijving, richtprijs en link naar producent of leverancier. Op dit moment zijn 3 van de 15 domeinen afgerond: eten en drinken, huishoudelijke activiteiten en aan- en uitkleden.

Keuzehulpen

Onder de deelcategorieën per domein kun je direct doorklikken naar de bestaande Keuzehulpen en onderliggende hulpmiddelen. Voor de afgeronde domeinen zijn dat:

bekers, boodschappentrolley, robotarm en steunkousen aan- en uittrekken.



We hebben op dit moment 20 Keuzehulpen, maar het is onze ambitie om dat aantal drastisch uit te breiden (www.scouters.nl/keuzehulpen).

Domeinen 'ZRR'/'Ik wil beter'

Leervermogen	Zwemmen
Eten en drinken	Hygiëne
Continentie	Veiligheid
Lichaamshouding	Communicatie
Mobiliteit	Contact met anderen
Dag- en nachtritme	Normbesef
Aan- en uittrekken	Huishoudelijke activiteiten
Temperatuurswisselingen	Ontspanning

Empowerment


Scouters draagt met dit project bij aan de empowerment van de revalidant, de eventuele partner en het netwerk, in de periode voor én na het ontslag. Met als doel uiteindelijk de revalidatiekloof te verkleinen. In dit project richten we ons primair op mensen die vanuit een revalidatiesetting naar huis gaan en kans lopen om in de revalidatiekloof terecht te komen.

Er zijn mensen die niet intramuraal revalideren, maar wel behoefte hebben aan eigen regie omdat hun beperkingen (langzaam) erger worden. Deze mensen kunnen uiteraard ook gebruik maken van deze geïntegreerde aanpak. Dit self-assessment instrument kan ook de mensen rondom de revalidant helpen. Zo ontlasten we ook de mantelzorgers.

Tot slot zien we dat steeds meer intramurale revalidatie-professionals en eerstelijns professionals (fysiotherapeuten, ergotherapeuten, zorgverleners in de wijk, huisartsen) de informatie op Scouters weten te vinden. Ook voor hen kan dit instrument gebruikt worden bij het coachen van revalidanten bij het 'home making'.

Eigen regie centraal

Het gebruik van dit instrument zet de eigen regie van de gebruiker centraal: via de ZelfredzaamheidsRadar beoordeelt de gebruiker zijn eigen zelfredzaamheid en de domeinen

waar verbetering gewenst is. De gebruiker zoekt zelf, aan de hand van suggesties die de tool geeft, naar mogelijkheden om uiteindelijk te werken aan het 'home making' - het huis én het lichaam weer tot een thuis te maken. De rol van de professional kan hiermee omgevormd worden van zorgverlener naar coach. Tijdens het revalidatieproces werken revalidant en coach samen om de door de revalidant zelf gestelde doelen, dromen en wensen te verwezenlijken. 

Heb je tips voor een van de domeinen van de Zelfredzaamheidsradar, de uitgewerkte domeinen en Keuzehulpen? Of wil je meeschrijven aan dit omvangrijke project? Stuur jouw reactie aan redactie@scouters.nl. Voor het schrijven van een nieuwe Keuzehulp en bijbehorend artikel voor het Ergotherapie Magazine ontvang je accreditatiepunten voor het kwaliteitsregister.

Dit project wordt mogelijk gemaakt door ZonMw in het 'Voor elkaar!' programma



Elly Waaijer is ergotherapeut en heeft een master in veranderingmanagement, is adviseur bij Waaijerconsult en is voorzitter, redacteur en vrijwilliger bij Stichting Scouters.

Nico Knibbe is bewegingswetenschapper en voorlichtingsdeskundige bij onderzoeks- en adviesbureau LOCOmotion, secretaris / penningmeester, redacteur en vrijwilliger bij Stichting Scouters.

Referenties:

- Nanninga, C. (2021). Home & place making after stroke: Exploring the gap between rehabilitation and living environment. University of Groningen. <https://doi.org/10.33612/diss.149057551>
- Zuurmond, J. Tichelaar, A. (2022) De verbroken wereld, revalideren met een dwarslaesie. Visie DON op revalideren. Dwarslaesie Organisatie Nederland. <https://www.dwarslaesie.nl>
- Dijkstra, A. Tiesinga L.J. Plantinga, L. Dassen T.W.N. Veltman G. (2005) Diagnostic accuracy of the care dependency scale, University of Groningen, Journal of advanced nursing, 410-416