

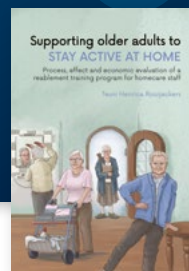


factsheet

Blijf Actief Thuis

een reablement trainingsprogramma
voor thuiszorgmedewerkers om
de zelfredzaamheid van ouderen te bevorderen

De inhoud van deze factsheet is gebaseerd op het proefschrift:
"Process, effect and economic evaluation of a reablement training
program for homecare staff" van Teuni Rooijackers.
Het proefschrift van Teuni Rooijackers vindt u
op onze website of kunt u bij ons opvragen.



Aanleiding

Voor thuiswonende ouderen die zorg en ondersteuning ontvangen, kunnen thuiszorgmedewerkers een belangrijke rol spelen in het bevorderen van zelfredzaamheid. Traditioneel zijn medewerkers geneigd uit te gaan van wat ouderen niet meer kunnen en wat moet worden overgenomen. Hierdoor worden ouderen (vaak onbewust en onbedoeld) minder actief en lopen zij het risico minder zelfredzaam te worden. Uitgaan van zelfredzaamheid vraagt dat medewerkers zich meer richten op wat ouderen nog wél willen en kunnen en hoe dit het beste ondersteund kan worden. Hoewel er steeds meer aandacht is voor zelfredzaamheid, is het niet altijd eenvoudig om dit in de praktijk te realiseren. Het is een complexe verandering in cultuur en gedrag binnen de ouderenzorg.

Een innovatieve benadering gericht op deze verandering is "reablement". De essentie van reablement is 'mensen helpen zichzelf (weer) te helpen'. Reablement is een persoonsgerichte en holistische benadering met als doel iemands (fysiek) functioneren te verbeteren, zijn of haar onafhankelijkheid in het uitvoeren van betekenisvolle activiteiten te vergroten en daarmee de zorg- en/of ondersteunings-

vraag te verminderen of voorkomen. Volgens reablement worden mensen door een interdisciplinair team (tijdelijk) ondersteund bij het bereiken van hun persoonlijke doelen. De zorg en ondersteuning worden afgestemd op de capaciteiten en mogelijkheden die mensen hebben om activiteiten zélf of samen met hun sociaal netwerk uit te voeren op een manier die past bij wat ze willen en kunnen.

Reablement wordt in het buitenland al zo'n 20 jaar toegepast en ook in Nederland is er toenemende belangstelling. Om reablement in de Nederlandse thuiszorg te integreren is 'Blijf Actief Thuis' ontwikkeld. Dit is een reablement trainingsprogramma voor verpleegkundigen, verzorgenden en thuishulpen. Het richt zich op het vergroten of aanpassen van kennis, attitude (houding) en vaardigheden, en biedt sociale en organisatorische ondersteuning om medewerkers te helpen reablement in de praktijk toe te passen. Voor ouderen kan dit de deelname aan dagelijkse en betekenisvolle activiteiten vergroten en hun sedentair (zittend) gedrag verminderen. Ook kan het gunstige effecten hebben met betrekking tot vallen, de kwaliteit van leven, het zorggebruik en de zorgkosten.

'Blijf Actief Thuis'

'Blijf Actief Thuis' bestaat uit een startbijeenkomst en een aantal trainingsbijeenkomsten over een periode van zes maanden. In de gezamenlijke startbijeenkomst leren verpleegkundigen, verzorgenden en thuishulpen over het belang van zelfredzaamheid en de gevolgen van het overnemen van activiteiten. Tijdens de trainingsbijeenkomsten staat het aanleren van nieuwe vaardigheden en het toepassen daarvan in de praktijk centraal. Zo leren medewerkers het niveau van functioneren van ouderen in kaart te brengen, en oefenen zij met motivatietechnieken, het stellen van doelen en actieplannen, het stimuleren van activiteiten en het betrekken van het sociaal netwerk. Daarbij wordt gebruik gemaakt van interactieve leermethoden en praktische handvatten zoals een beweegboekje. Wekelijkse nieuwsbrieven en praktijkopdrachten houden de nieuwe werkwijze onder de aandacht. Het programma sluit af met een herhalingsbijeenkomst drie maanden na afloop, waarin via rollenspellen wordt geoefend met moeilijke situaties die medewerkers tegenkomen bij het toepassen van reablement in de praktijk.

Doelstellingen van het onderzoek

Met dit onderzoek wilden we inzicht krijgen in:

- de praktische uitvoerbaarheid van 'Blijf Actief Thuis' (procesevaluatie)
- de effecten van 'Blijf Actief Thuis' voor ouderen (effectevaluatie)
- de effecten van 'Blijf Actief Thuis' voor medewerkers (effectevaluatie)
- de kosteneffectiviteit van 'Blijf Actief Thuis' (economische evaluatie)



Resultaten

Procesevaluatie

Gemiddeld woonden thuiszorgmedewerkers 73% van de trainingsbijeenkomsten bij, maakten zij 57% van de praktijkopdrachten en lazen zij 57% van de wekelijkse nieuwsbrieven. Medewerkers waardeerden 'Blijf Actief Thuis', en in het bijzonder de interactieve leermethoden (o.a. rollenspellen), praktische handvatten (o.a. het beweegboekje) en de teambenadering. Door verpleegkundigen, verzorgenden en thuishulpen samen te trainen, konden zij ervaringen uitwisselen over wat cliënten nog zelf willen en kunnen, en hoe zij dit het beste kunnen ondersteunen. Medewerkers rapporteerden een toename in kennis en een positievere houding ten aanzien van zelfredzaamheid. Ze ontwikkelden ook nieuwe vaardigheden en ondervonden steun van collega's en teammanagers bij het toepassen van reablement.

De mate waarin medewerkers reablement in de praktijk toepasten varieerde. Weerstand van cliënten of hun sociaal netwerk, complexe zorgsituaties en tijdsdruk speelden hierin volgens de medewerkers een rol. Medewerkers vonden het gemakkelijker om reablement toe te passen bij cliënten die nieuw in zorg waren. Ook het digitale zorgdossier, waarin zowel medewerkers, cliënten en hun netwerk de zorg en ondersteuning konden volgen, vonden zij ondersteunend. Daarnaast zorgde het werken met een vast bedrag per cliënt per maand (in tegenstelling tot een 'uurtje-factuurkje' financiering) ervoor dat medewerkers minder tijdsdruk voelden bij het toepassen van reablement.

Suggesties voor het verbeteren van 'Blijf Actief Thuis' waren onder andere het gebruik van meer interactieve leermethoden, het toevoegen van 'coaching on the job' en het verstrekken van informatie over reablement aan cliënten, hun netwerk en andere relevante stakeholders.



Meer weten over de verschillende groepen binnen het onderzoek? Zie "Hoe is het onderzoek uitgevoerd?" - pagina 10.

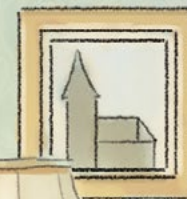
Effectevaluatie

Ondanks de overwegend positieve ervaringen uit de procesevaluatie, zijn er geen overtuigende verschillen in effecten gevonden tussen de interventiegroep en de controlegroep. Dat gold voor zowel cliënten als thuiszorgmedewerkers.

Cliënten van medewerkers die 'Blijf Actief Thuis' hadden gevolgd, brachten evenveel tijd per dag zittend door als cliënten van medewerkers die gebruikelijke zorg hadden verleend. Ook verschilden zij niet in hun dagelijks of psychisch functioneren, vallen en kwaliteit van leven. Wel hadden cliënten in de interventiegroep een verminderd fysiek functioneren dan cliënten in de controlegroep.

In totaal deden er tien thuiszorgteams uit vijf werkgebieden mee aan het onderzoek (elk werkgebied omvatte één team dat 'Blijf Actief Thuis' volgde en één team dat gebruikelijke zorg verleende). Wanneer de vijf werkgebieden afzonderlijk werden bekeken, vonden we voor één werkgebied een verbeterd dagelijks functioneren in de interventiegroep ten opzichte van de controlegroep. Dit betrof het werkgebied waarvan de medewerkers het meest trouw waren aan het bijwonen van de trainingsbijeenkomsten en het lezen van de wekelijkse nieuwsbrieven.

Thuiszorgmedewerkers in de interventiegroep en de controlegroep voelden zich even vaardig om cliënten te activeren tot zelfredzaamheid. Beide groepen dachten ook hetzelfde over de voordelen die het activeren van cliënten zou opleveren. Medewerkers in de interventiegroep die tenminste de helft van de trainingsbijeenkomsten hadden bijgewoond, voelden zich wel vaardiger in het activeren van cliënten dan medewerkers in de controlegroep.



Economische evaluatie

'Blijf Actief Thuis' bleek niet kosteneffectief. In dit onderzoek werd gekeken naar de kosten voor gezondheidszorg (primaire zorg, ziekenhuiszorg en langdurige zorg), de kosten voor informele zorg en de programmakosten. Voor bijna alle kostenposten werden geen verschillen gevonden tussen de interventiegroep en de controlegroep. Dat wil zeggen dat cliënten van medewerkers die 'Blijf Actief Thuis' volgden niet minder zorg gebruikten dan cliënten van medewerkers die gebruikelijke zorg verleenden. Wel hadden cliënten in de interventiegroep lagere kosten voor hulp in het huishouden dan cliënten in de controlegroep.



De belangrijkste aanbevelingen op een rijtje

Reablement, oftewel 'mensen helpen zichzelf (weer) te helpen', vergt een andere kijk op ouder worden en op zorg en ondersteuning. Op basis van dit onderzoek kunnen aanbevelingen worden gedaan over hoe een succesvolle implementatie van reablement kan worden bevorderd:

- Train thuiszorgmedewerkers met de nadruk op interactieve leermethoden, praktische hulpmiddelen en 'coaching on the job';
- Betrek, informeer en motiveer cliënten en hun sociaal netwerk om hen mee te nemen in de nieuwe manier van denken en werken;
- Nodig cliënten uit om zelf na te denken over doelen & acties en stem de zorg en ondersteuning daarop af;
- Versterk de interdisciplinaire samenwerking verder door fysiotherapeuten en ergotherapeuten te betrekken;
- Creëer een stimulerende werkomgeving waarin zorgorganisaties tijd en middelen uittrekken om medewerkers toe te rusten deze nieuwe manier van denken en werken eigen te maken.

reablement
mensen helpen
zichzelf (weer) te helpen



Hoe is het onderzoek uitgevoerd?

Om de praktische uitvoerbaarheid, effectiviteit en kosteneffectiviteit van 'Blijf Actief Thuis' te evalueren, voerden we een 1-jarig cluster gerandomiseerd onderzoek uit onder tien thuiszorgteams uit vijf werkgebieden. Vijf van deze teams (één uit elk werkgebied) en hun cliënten werden willekeurig toegewezen aan de interventiegroep. In totaal omvatte de interventiegroep 154 medewerkers en 133 cliënten. Alle medewerkers in de interventiegroep volgden 'Blijf Actief Thuis'. De overige vijf teams vormden de controlegroep. Deze bestond uit 159 medewerkers en 133 cliënten. Medewerkers in de controlegroep volgden geen training en verleenden zorg zoals gebruikelijk.



Gegevens voor de effect- en economische evaluatie verzamelden we bij aanvang van het onderzoek en na 6 en/of 12 maanden. Bij ouderen werd gekeken naar sedentair gedrag, functioneren (dagelijks, fysiek en psychisch), vallen, kwaliteit van leven, zorggebruik en zorgkosten. Daarvoor gebruikten we beweegmeters, vragenlijsten, fysieke testen en gegevens uit cliëntdossiers. Bij medewerkers werd gekeken naar ervaren vaardigheid ten aanzien van het activeren van cliënten en ervaren overtuiging over de voordelen van het activeren van cliënten. Voor de procesevaluatie werden gegevens verzameld van thuiszorgmedewerkers en 'Blijf Actief Thuis' trainers gedurende de gehele onderzoeksperiode. Daarvoor gebruikten we logboeken, registratielijsten, checklists en focusgroep-interviews.



Samengevat (take-home messages)

- Het bevorderen van zelfredzaamheid vraagt om een verandering in cultuur en gedrag binnen de ouderenzorg. In plaats van uit te gaan van wat ouderen niet meer kunnen en activiteiten goedbedoeld over te nemen, dienen medewerkers zich meer te richten op wat ouderen nog wél willen en kunnen en hoe dit het beste ondersteund kan worden.
- Reablement – ofwel 'mensen helpen zichzelf (weer) te helpen' – is een innovatieve aanpak gericht op deze verandering. Er is een toenemende belangstelling voor de mogelijkheden die reablement kan bieden voor de kijk op ouder worden en op zorg en ondersteuning voor ouderen. 'Blijf Actief Thuis' is een van de eerste reablement initiatieven in Nederland en een van de weinige reablement trainingsprogramma's wereldwijd die uitgebreid is geëvalueerd.
- 'Blijf Actief Thuis' lijkt goed uitvoerbaar. In dit onderzoek werden geen effecten gevonden voor 'Blijf Actief Thuis' bij ouderen (sedentair gedrag, functioneren, vallen en kwaliteit van leven) en medewerkers (ervaren vaardigheid ten aanzien van het activeren van cliënten en ervaren overtuiging over de voordelen van het activeren van cliënten). Het programma leek ook niet effectief in het terugdringen van zorgkosten.
- De lessen uit dit onderzoek dragen bij aan de verdere ontwikkeling van programma's gericht op reablement en het bevorderen van zelfredzaamheid van ouderen. Mogelijke verbeteringen van 'Blijf Actief Thuis' ter ondersteuning van medewerkers zijn: meer interactieve leermethoden, meer aandacht voor het stellen van doelen, 'coaching on the job', en een grotere betrokkenheid van ouderen en het sociaal netwerk.



Academische Werkplaats Ouderenzorg Limburg

p/a Maastricht University Vakgroep Health Services Research
DUB 30 • Postbus 616 • 6200 MD Maastricht

Contact

0031 (0)43 - 388 16 98

ouderenzorg@maastrichtuniversity.nl

awolimburg.nl



volg ons @AWOlimburg
[twitter.com](https://twitter.com/AWOlimburg) > AWOlimburg



[facebook.com](https://facebook.com/AWOlimburg) > AWOlimburg



[linkedin.com](https://linkedin.com/company/AWOlimburg) > company > AWOlimburg