

factsheet

Thuis als het Kan

geriatrische revalidatie vanuit huis

Waarom dit project?

Geriatrische revalidatie is bedoeld voor thuiswonende ouderen die tijdelijk revalidatie nodig hebben. Bijvoorbeeld na een ziekenhuisopname vanwege een heupoperatie, beroerte of een zware val. In de geriatrische revalidatie is steeds meer aandacht voor revalidatie vanuit huis en het versterken van de zelfredzaamheid. Op deze manier kunnen ouderen in hun eigen huis werken aan hun herstel.

Ze kunnen samen met de behandelaar vaardigheden oefenen die ze nodig hebben om hun leven weer op te kunnen pakken, zoals bijvoorbeeld traplopen en een maaltijd bereiden. Daarom is het 'Thuis als het Kan' programma ontwikkeld, waarbij revalidanten na een korter verblijf in een geriatrisch revalidatiecentrum, thuis verder revalideren. Dit wordt ook wel klinisch-ambulante geriatrische revalidatie genoemd.



Hoe is het project uitgevoerd?

Aan het project deden acht geriatrische revalidatiecentra mee. Aan 110 revalidanten is het 'Thuis als het Kan' programma aangeboden. Deze zijn vergeleken met een controlegroep van 240 revalidanten die vóór invoering van het programma, klinisch hebben gerevalideerd in dezelfde acht centra.

Het programma bestaat uit vijf onderdelen:

- 1 kortere opname in het revalidatiecentrum, gevolgd door revalidatie thuis;
- 2 al vanaf opname werken met doelen gericht op het actief meedoen in de samenleving, zoals weer op bezoek gaan bij familie of vrienden;
- 3 gebruik maken van technologie ter ondersteuning van de revalidatie, zoals videobellen of revalidatieapps;
- 4 extra aandacht voor bevorderen van de zelfredzaamheid;
- 5 goede samenwerking en afstemming tussen revalidant, naasten en zorgverleners.

Wat zijn de belangrijkste resultaten?

Bij afronding van de revalidatie waren de 'Thuis als het Kan' groep en de controlegroep vergelijkbaar wat betreft zelfredzaamheid in basale dagelijkse activiteiten zoals toiletbezoek en persoonlijke verzorging. De kosten van het 'Thuis als het Kan' programma waren lager dan de kosten van het uitsluitend klinische revalidatieprogramma. Revalidanten, naasten en zorgverleners waren positief over het programma. Gemiddeld was de opnameduur in het revalidatiecentrum vijf dagen korter in de 'Thuis als het Kan' groep (33 dagen tegenover 38 dagen) en de behandeling thuis duurde

gemiddeld 36 dagen. Er is meestal gewerkt met doelen gericht op actief meedoen in de samenleving, maar de zorgverleners hadden daarbij nog wat beter aan kunnen sluiten bij de taal van de revalidanten. Bij ongeveer de helft van de revalidanten is gebruik gemaakt van technologie zoals videobellen en revalidatieapps. Het betrekken van de naasten en andere mensen uit het netwerk van de revalidanten verdiende meer aandacht. Het aanstellen van een coördinator leek meerwaarde te hebben voor de samenwerking tussen revalidant, naasten en zorgverleners.

Wat kunnen we hieruit concluderen?

De resultaten laten zien dat revalidatie vanuit huis, na een kortere opname in het revalidatiecentrum, goed uitvoerbaar is bij alle revalidanten ongeacht hun aandoening. Het programma laat vergelijkbare resultaten zien op zelfredzaamheid in basale dagelijkse activiteiten en lijkt wat lagere kosten met zich mee te brengen. Het programma 'Thuis als het Kan' is een volwaardig alternatief voor revalidatie in een geriatrisch revalidatiecentrum.

Het kan daarom toegevoegd worden aan de bestaande behandelmogelijkheden. We verwachten dat meer ervaring met het uitvoeren van het programma de resultaten verder kunnen verbeteren. Hierbij is het belangrijk na te gaan of het programma ook een positieve invloed heeft op meer complexe dagelijkse activiteiten (zoals boodschappen doen en hond uitlaten) en het actief meedoen in de samenleving.

Samenwerkingspartners

Projectleiding en uitvoering Universiteit Maastricht / AWO-L • Leiden Universitair Medisch Centrum / UNC-ZH • Amsterdam Universitair Medisch Centrum / UNO Amsterdam **Zorgorganisaties** Laurens MeanderGroep Zuid-Limburg • Omring • Pieter van Foreest • Sevagram • Vitala+ • Vivium De Zorgcirkel **Zorgverzekeraars** CZ • VGZ • Zilveren Kruis **Overige partners** ActiZ Burgerkracht Limburg • Ouderenpanel Amsterdam UMC • Ouderenberaad Zorg en Welzijn Regio Zuid-Holland Noord • Verenso **Subsidie** ZonMw

