

Sprints zelfredzaamheid

Ellen Struijcken
Projectleider



Agenda



Toelichting aanpak sprints

Succesfactoren en uitdagingen

Stellingen

Het gesprek

Actief luisteren

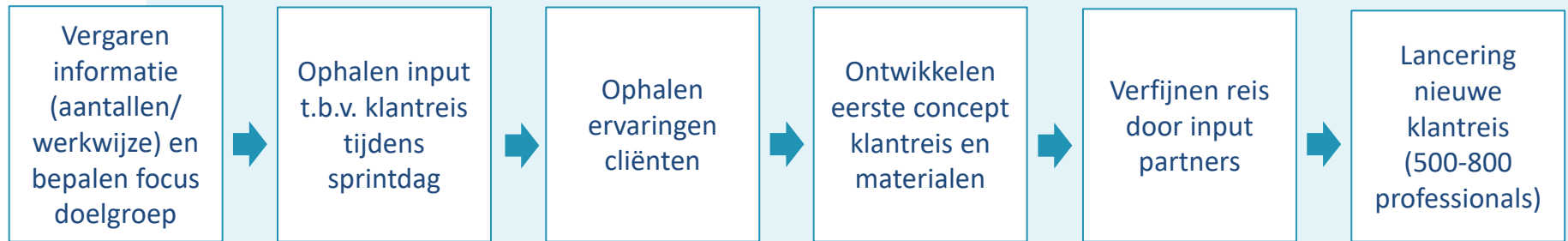
Stel dat je één element uit deze aanpak moest overnemen:

- Welk zou dat zijn
- Waarom dat element
- Waar zou je het gaan toepassen

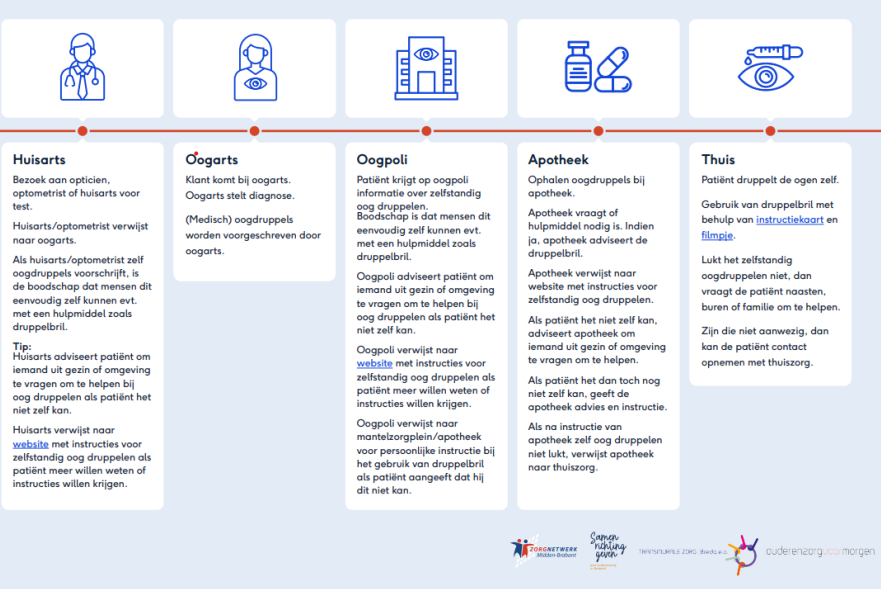
Aanleiding nieuwe klantreizen

- Uitdagingen in de zorg zijn groot.
- Een oplossingsrichtingen: is herinrichten processen in de keten, met het uitgangspunt 'wat iemand zelf kan, doet iemand zelf'
- Hieruit initiatief 'nieuwe klantreizen via sprints' gekomen met als doel:
 - Het stimuleren van zelfredzaamheid van inwoners
 - Het efficiënter werken in de keten
 - Het voorkomen en het stoppen van onnodige zorg
- Scope 20 VVT-organisaties, twee ziekenhuizen, vijf huisartsenzorggroepen en andere relevante partners in twee regio's Midden en West-Brabant Oost

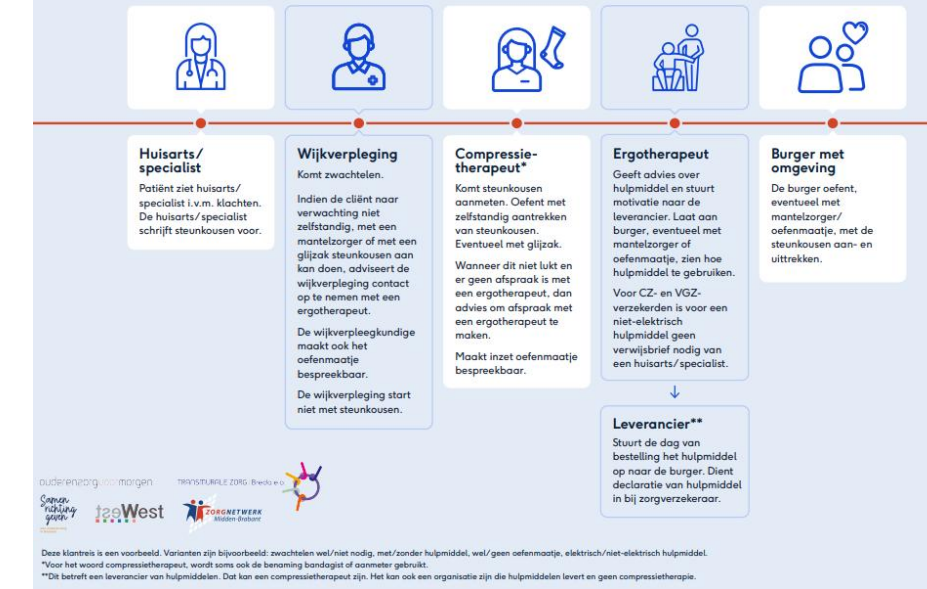
Aanpak: in 3-4 maanden, met focus, samen met professionals komen tot nieuwe werkwijze



1 april 2023 Structureel oogdruppelen

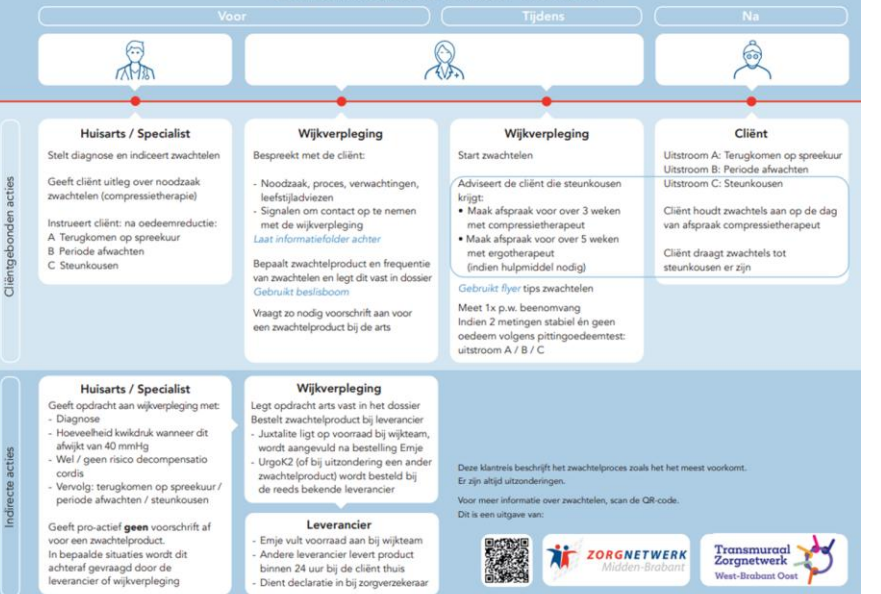


1 december 2023 Klantreis steunkousen

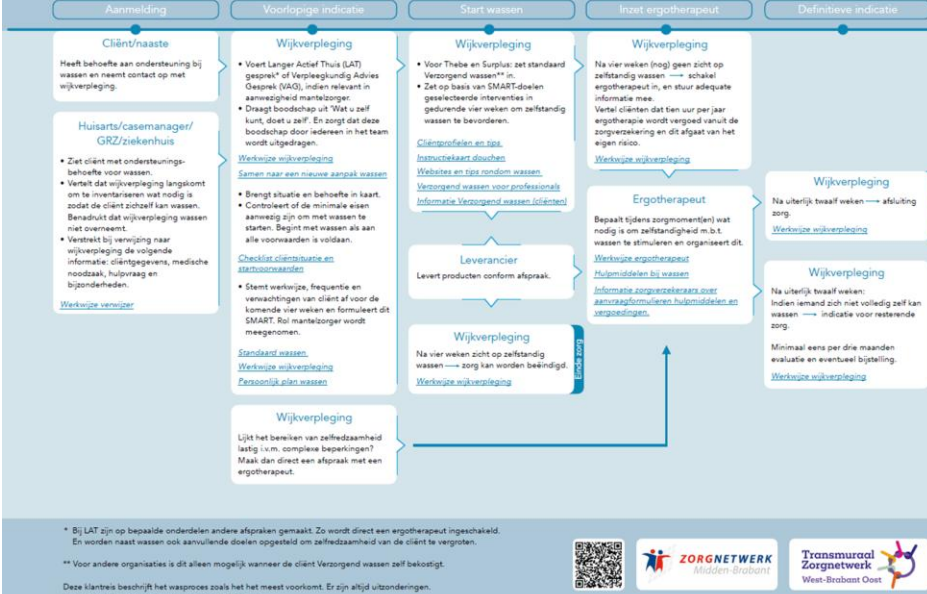


Voorbeelden klantreizen

1 juli 2024 Klantreis zwachtelen Oedeemreductie zonder wonden



1 maart 2025 Klantreis wassen



Clíentprofielen en tips

SPRINT WASSEN

Dit document introduceert de type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de uitvoering van de eerste fase (het wassen) kan helpen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie.

- Mensen kunnen een verscheidenheid aan beperkingen hebben bij het wassen.
- Verzorgend wassen is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vindt u in de flyer [Verzorgend wassen: een uitdaging](#).
- Verzorgend wassen is een taak. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

1. Welke van kracht, verstand, pijn of evenwicht

Clíentprofiel

- Bewegingsbeperkingen door gewrichtsartrose en pijn.
- Moeder met opstap, buigen, bewegen en bereiken van onderbenen/voeten.
- Oorverwaaid.
- Veel afhaken van hulpmiddelen zoals vandaanloos of retractor.

Doel: Het is een gespecialiseerde fysiotherapeut die altijd toe voeg op zijn/haar zelfstandigheid. Door een aantal kleine aanpassingen kan de cliënt zelfstandig wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen.

Beperkingen: Het is een gespecialiseerde fysiotherapeut die altijd toe voeg op zijn/haar zelfstandigheid. Door een aantal kleine aanpassingen kan de cliënt zelfstandig wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen.

2. Overgewicht

Clíentprofiel

- Moeder met het bereiken van lichaamsdelen (rug, benen, voeten).
- Pijnlijke gewrichten door artrose.
- Probleem met langdurig staan onder de douche.
- Risc op smetten en huidirritatie door onvolledig drogen.

Doel: Het is een gespecialiseerde fysiotherapeut die altijd toe voeg op zijn/haar zelfstandigheid. Door een aantal kleine aanpassingen kan de cliënt zelfstandig wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen.

Beperkingen: Het is een gespecialiseerde fysiotherapeut die altijd toe voeg op zijn/haar zelfstandigheid. Door een aantal kleine aanpassingen kan de cliënt zelfstandig wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen. Het gebruik van hulpmiddelen kan de cliënt helpen om zelfstandig te wassen.

Checklist cliëntsituatie en startvoorwaarden

SPRINT WASSEN

Dit document introduceert de type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de uitvoering van de eerste fase (het wassen) kan helpen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie.

- Mensen kunnen een verscheidenheid aan beperkingen hebben bij het wassen.
- Verzorgend wassen is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vindt u in de flyer [Verzorgend wassen: een uitdaging](#).
- Verzorgend wassen is een taak. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

Vragen om situatie in beeld te brengen

- Hulpvraag**
 - Wat is de specifieke hulpvraag rondom wassen en douchen?
 - Wanneer is deze hulpvraag ontstaan?
 - Zijn er recente veranderingen in gezondheid of mobiliteit die invloed hebben op deze vraag?
- Huidgevoel en -toestand**
 - Hoe voelt het wassen momenteel (frequente, tijdelijke, dagelijkse)?
 - Wat doet de cliënt zelf met wond overname of gaat het niet zelf?
 - Zijn er voorkeuren of afkeer bijvoorziening bepaalde zeep, temperatuur?
- Behoeve van de cliënt**
 - Heeft de cliënt behoefte aan:
 - Structuur of model voor wassen/douchen?
 - Hulp bij wassen, douchen en/of afdrogen?
 - Wat vindt de cliënt prettig of onprettig tijdens het wassen/douchen?
- Beperkingen**
 - Zijn er lichamelijke beperkingen?
 - Mobiliteit
 - Kracht en uithoudingsvermogen
 - Evenwicht
 - Coordinatie
 - Zijn er cognitieve beperkingen?
 - Overgangsproblemen of moeite met plannen
 - Angst of onzekerheid
 - Zijn er psychische beperkingen of is er sprake van psychiatrische problemen?
- Zelfredzaamheid**
 - Wat kan de cliënt zelfstandig doen?
 - Uitschakelen van de douche
 - Het in bad of in de douche stappen
 - Spullen hangen
 - Wassen (schon, stevig, billen en schaamdelen)
 - Douchen (warm/teer)
 - Afdrogen
 - Zijn er delen van de wasbeurt die de cliënt met minimaal hulp zelf kan doen?

Instructiekaart

Instructiekaart zittend douchen

- Leg schone kleding klaar
- Pak een handdoek
- Zet zeep en shampoo klaar
- Doet de kleding uit
- Zet de douche aan en controleer de temperatuur
- Stap voorzichtig in de douche
- Gebruik zeep en was je lichaam
- Doet de shampoo in je haar en spoel het uit
- Gebruik zeep en was je lichaam
- Doet de shampoo in je haar en spoel het uit
- Zet de douche uit
- Droog je af met een handdoek
- Trek schone kleding aan
- Rum op en draag je handdoek in de wasruimte

Enkele materialen

Standaard wassen

SPRINT WASSEN

Dit document introduceert de type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de uitvoering van de eerste fase (het wassen) kan helpen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie.

- Mensen kunnen een verscheidenheid aan beperkingen hebben bij het wassen.
- Verzorgend wassen is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vindt u in de flyer [Verzorgend wassen: een uitdaging](#).
- Verzorgend wassen is een taak. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

Uitgangspunten frequentie

- Douchen of volledig wassen als cliënten niet kunnen douchen: maximaal twee keer per week.
- Wassen van de armen: maximaal vijf keer per week.

Beperkingen tijdens wassen

- Gewicht en hals
- Oorverwaaid
- Schaamte en billen

Beperkingen tijdens douchen

- Gewicht en hals
- Oorverwaaid
- Schaamte en billen
- Hebben en armen
- Vastzetten en bewegen
- Pijn en ongemak
- Rug en borstomgeving
- Inzetten van hulpmiddelen, wanneer medisch noodzakelijk (ook preventief om wonden/irritaties te voorkomen)
- Schone en goede (warmte) water toelating. Een goed functionerend verwarmingsapparaat moet aanwezig zijn.

Beperkingen m.b.t. opname

- Overgewicht van de cliënt waar mogelijk opgevoerd wordt.
- Uitgangspunten frequentie

Wat behoort niet tot de zorg van de wijkverpleeging

De wijkverpleeging moet geen taken uitvoeren die buiten de werkdomein vallen of niet direct noodzakelijk zijn voor de cliënt. Dit zijn:

- Medische verpleegkundige activiteiten
- Staging van het haar (bijvoorbeeld knippen, kleuren of verven)
- Scheren van benen of oksels (bij medisch noodzakelijk)
- Huidbehandelingen (bijvoorbeeld massage, scrubs of peeling)

Verzorgend wassen

SPRINT WASSEN

Dit document introduceert de type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de uitvoering van de eerste fase (het wassen) kan helpen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie.

- Mensen kunnen een verscheidenheid aan beperkingen hebben bij het wassen.
- Verzorgend wassen is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vindt u in de flyer [Verzorgend wassen: een uitdaging](#).
- Verzorgend wassen is een taak. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

Verzorgend wassen gebeurt met speciale washandjes en wordt ook wel wassen-onder-water genoemd. Met deze methode kan een cliënt worden gewassen zonder water en zeep. Afdrogen is nauwelijks nodig, omdat de lotion in de washandjes niet opdroogt. Verzorgend wassen biedt een effectieve reiniging en verzorging van de huid.

Voorwaarden voor de cliënt

- Het vergroot de zelfredzaamheid. De cliënt kan zich makkelijker (steels) zelf wassen.
- Het is minder belastend. De cliënt hoeft minder te draaien, wat prettig is bij vermoeidheid of pijn.
- De cliënt hoeft niet meer energie voor andere activiteiten.
- Een gewijzigd hoofd vast niet meer ingeprengd te worden met olie of
- Regelmatig gebruik kan de huidirritatie verminderen.

Voorwaarden voor de verzorgingsprofessional

- Minder filteren, draaien en langdurig gelogen staan.
- Minder kans op allergieën door het verminderen van water en zeep.
- Onderzoek toont aan dat Verzorgend wassen gemiddeld tien minuten per wasbeurt bespaart.

Voor wie is Verzorgend wassen geschikt?

Iedere cliënt kan gebruik maken van Verzorgend wassen. De keuze ligt altijd bij de cliënt.

Wat wordt Verzorgend wassen?

- De cliënt wordt gewassen met een speciaal washandje. Afdrogen is meestal niet nodig, behalve soms in huidproblemen waar de huid droog gelijkt kan worden.
- Er zijn verschillende modellen washandjes, meestal verspreid per 5 tot 8 stuks.
- Gebruik bij iedere wasbeurt een nieuw patroon en bewaar geen gedroogde washandjes. Gebruik een patroon voor meerdere cliënten.
- De washandjes worden op kamertemperatuur gebruikt en kunnen desinfectant opgevoerd worden in de magnetron (750-800 Watt, 45 seconden).
- Wassen kan op bed of in de wastafel, afhankelijk van de conditie en voorkeur van de cliënt.
- Gebruik per lichaamsdeel een schone kant van het washandje. De ogen worden niet gewassen.
- Gebruik gebruikte washandjes in de afvalbak.

Kosten van verzorgend wassen

De kosten per wasbeurt liggen tussen de €1,00 en €2,00. In sommige organisaties worden de kosten door de zorgverzekering vergoed, terwijl in andere gevallen de cliënt deze zelf moet betalen.

Doelmatigheid en milieu-impact

Onderzoek toont aan dat wassen-onder-water minder belastend is voor het milieu dan traditioneel wassen met water en zeep.

Websites

SPRINT WASSEN

Dit document introduceert de type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de uitvoering van de eerste fase (het wassen) kan helpen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie.

- Mensen kunnen een verscheidenheid aan beperkingen hebben bij het wassen.
- Verzorgend wassen is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vindt u in de flyer [Verzorgend wassen: een uitdaging](#).
- Verzorgend wassen is een taak. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

Met tips rondom wassen

Dit document introduceert de type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de uitvoering van de eerste fase (het wassen) kan helpen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie.

- Mensen kunnen een verscheidenheid aan beperkingen hebben bij het wassen.
- Verzorgend wassen is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vindt u in de flyer [Verzorgend wassen: een uitdaging](#).
- Verzorgend wassen is een taak. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

Samen de QR-codes voor je telefoon. Klik op de onderstaande link in de titel van de regel.

Bouwen aan de hand	Rug	Onderbenen en voeten
Oorverwaaid	Voeten	Weg in het bad
Haren wassen	Haren wassen	Weg in het bad
Weg in het bad	Onderbenen en voeten	Weg in het bad
Onderbenen en voeten	Weg in het bad	Weg in het bad
Weg in het bad	Weg in het bad	Weg in het bad

Persoonlijk plan wassen

SPRINT WASSEN

Dit document introduceert de type cliënten die beperkingen kunnen ervaren bij het wassen. Per type geven we praktische tips die de uitvoering van de eerste fase (het wassen) kan helpen. Een cliënt kan meerdere beperkingen hebben. De volgende tips gelden voor iedere situatie.

- Mensen kunnen een verscheidenheid aan beperkingen hebben bij het wassen.
- Verzorgend wassen is in elke situatie mogelijk. Meer informatie hierover vindt u in de flyer [Verzorgend wassen: een uitdaging](#).
- Verzorgend wassen is een taak. Dit kan het wassen van de cliënt vergemakkelijken.

Stappen en afspraken

Samen werken aan uw zelfstandigheid

De wijkverpleeging ondersteunt u bij het (weer) zoveel mogelijk Samen maken we afspraken die aansluiten op uw situatie. In de wat u kunt verwachten en leggen we onze afspraken vast.

Stappenplan wassen

Uw situatie bespreken
We bekijken samen uw mogelijkheden en wat u nodig heeft om comfortabel te kunnen wassen.

Afspraken maken
We maken concrete afspraken over hoe wij u ondersteunen en hulpmiddelen we inzetten.

Evaluatie na vier weken
Na vier weken bespreken we hoe het gaat en bekijken we of de afspraken nog van toepassing zijn.

Inzet ergotherapeut
Als zelfstandig wassen lastig blijft, kijkt een ergotherapeut met meerdere zorgmomenten om gericht advies te geven.

Evaluatie na twaalf weken
Na twaalf weken bespreken we opnieuw uw situatie en maken langere termijn.

Op de achterzijde vindt u een persoonlijk plan. Het helpt om de zelfstandigheid goed vast te leggen en regelmatig te evalueren. Tussentijdse vragen hebben, neem dan contact op met de wijkverpleeging.

Uw persoonlijke afspraken

Algemeen
Datum start zorg:
Contactgegevens wijkverpleeging:
Naam:
Telefoonnummer:

Afspraken eerste vier weken
Uw doel:

Afspraken over inzet hulpmiddelen
• Welke hulpmiddelen?
• Wanneer en hoe in te zetten:

Overige afspraken
.....

Afspraken over ondersteuning door mantelverzorgers
.....

Evaluatie na vier weken
Evaluatiedatum:
Vervolgafspraken na vier weken:

Inzet ergotherapeut (indien van toepassing)
Datum meekijken ergotherapeut:
Afspraken na bezoek ergotherapeut:

Evaluatie na twaalf weken
Evaluatiedatum:
Vervolgafspraken:

Enkele voorbeelden van doorgevoerde wijzigingen

Oogdruppelen

- Iedereen draagt dezelfde boodschap uit
- Apotheek/mantelzorgplein verstrekt instructie voor druppelbril. Hierdoor deze vragen niet meer naar wijkverpleging

Steunkousen

- Benodigde professionals eerder inschakelen in proces
- Verwijzing voor niet-elektrische hulpmiddelen vervalt VGZ/CZ
- Aan de slag met oefenmaatje om te oefenen ipv wijkverpleging
- Leverancier stuurt dezelfde dag hulpmiddel op

Zwachtelen

- Arts verwijst door -> wijkverpleging bepaalt product
- Werken met twee voorkeursproducten
- Zwachtels op voorraad bij wijkteam
- Eenduidige oedeemmeting in de regio

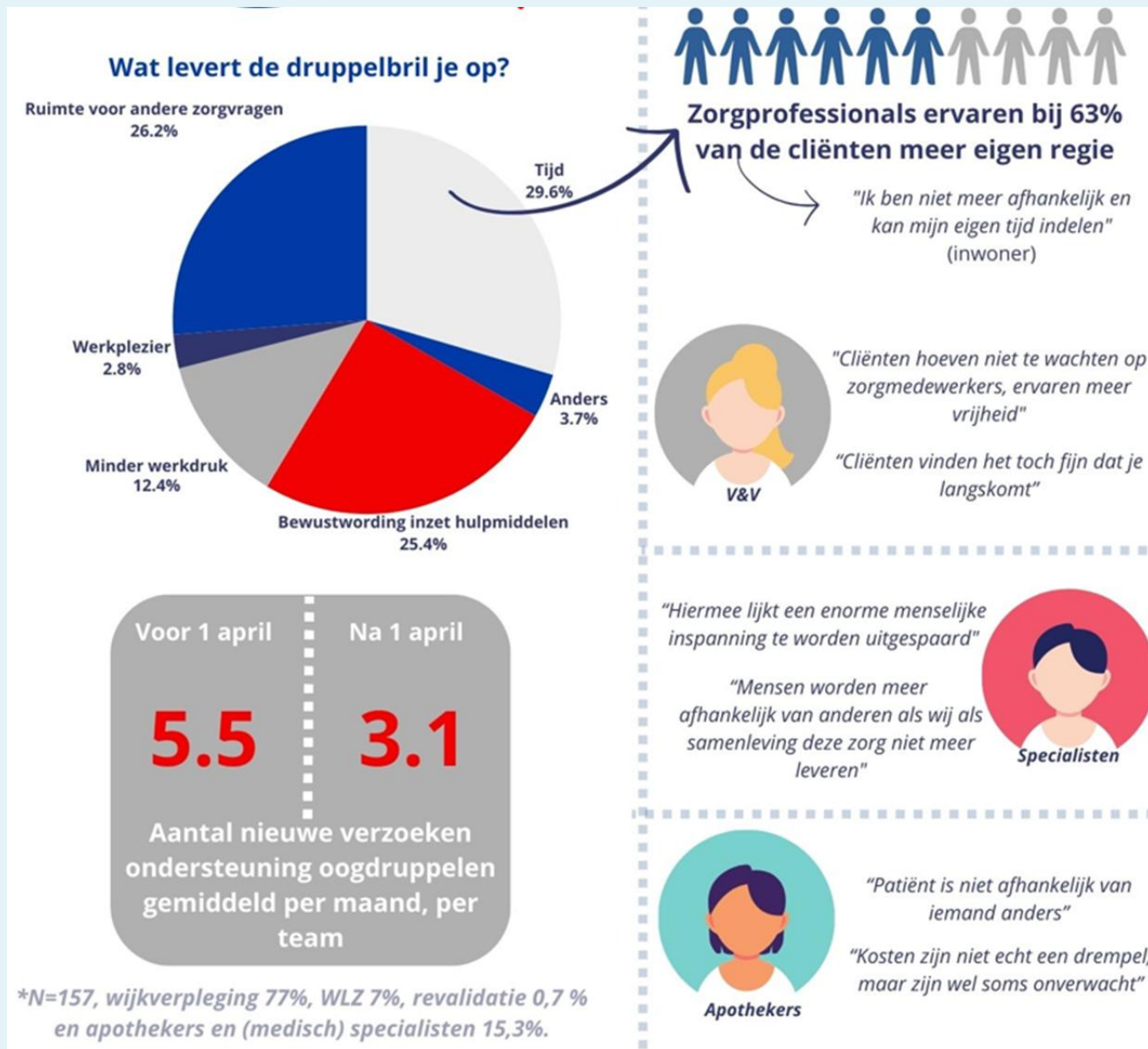
Wassen

- Standaard wassen opgesteld
- In 4 weken werkt wijkverpleging toe naar zelfredzaamheid met diverse tips en hulpmiddelen

Uitvoerings- verzoek

- Mondeling, schriftelijk of digitaal
- Geen uitvoeringsverzoek bij niet voorbehouden handelingen
- Minimale informatie wat nodig is

Voorbeeld van resultaten oogdruppelen



Succesfactoren aanpak

- Een korte periode (3-4 maanden) en focus helpt om meters te kunnen maken en daarmee enthousiasme te creëren.
- Strakke planning met duidelijke besluitvormingsmomenten. Doe je mee? Fijn! Zo niet, de trein gaat verder.
- De hele regio én keten doet mee en draagt dezelfde boodschap uit (mantra)
- Professionals zijn leidend bij de ontwikkeling van de klantreis
- In kaart brengen aantallen helpt bij gevoel van urgentie
- Materialen en bijeenkomsten ondersteunen implementatie
- Na lancering, ook verdere ontwikkeling naar andere doelgroepen en sectoren
- Aanjagers binnen organisaties ondersteunen de implementatie

Uitdagingen zijn er ook

- Het anders gaan werken door álle professionals in de regio
- Cultuurverandering bij inwoners én professionals
- Het meten van de impact
- Bepaalde onoplosbare knelpunten, zoals wachtlijsten
- Het op de kaart houden van de nieuwe werkwijze.

In gesprek met je buurman of buurvrouw

Stel dat je één element uit deze aanpak moest overnemen:

- Welk zou dat zijn?
- Waarom dat element?
- Waar zou je het gaan toepassen?

Ga hierover 10 minuten in gesprek en daarna .

Informatie?

Vragen?

Ellen Struijcken
e.struijcken@zmbr.nl

Vragen

<https://samenrichtinggeven.nl/actielijnen/juiste-zorg-op-de-juiste-plek/>

Met daarin informatie over de vier klantreizen voor
professionals én burgers
Met alle ontwikkelde materialen.