

DEEL 2 - VERTALING WETENSCHAPPELIJK NAAR DE LOKALE BLIJF GAAN EN STAAN KETEN

In dit deel presenteren we de Vechtverband valpreventie aanpak “Blijf Gaan en Staan” gebaseerd op de kennis van VeiligheidNL (zie deel 1). Resultaten van dit programma en hoe we tot betere resultaten kunnen komen zijn in deel 3 en 4 te vinden.

Blijf Gaan en Staan is het product van een multidisciplinaire werkgroep bestaande uit de volgende disciplines:

- huisarts
- oefentherapeut
- fysiotherapeut
- ergotherapeut
- wijkverpleegkundige

Sinds 2017 komen zij, met wisselingen in samenstelling, 5 tot 6 keer per jaar bij elkaar om stap voor stap het programma vorm te geven, te lanceren (2017 - 2018) en onder de aandacht te houden (2019-2020).

Communicatie specialisten ondersteunen de werkgroep vooral bij het uitwerken en organiseren van campagnes tijdens de nationale valpreventieweek (begin oktober). Lees hierover meer in de bijlage van deel 4.

Op de volgende bladzijde hebben we het “Blijf Gaan en Staan pad” visueel weergegeven. Hierin is te zien welke informatie inwoners van Breukelen-Loenen e.o. kunnen tegenkomen over dit programma en welk pad ze kunnen afleggen als ze een verhoogd valrisico hebben. Per stap in de route zijn de instrumenten weergegeven die we gebruiken en welke kosten eraan verbonden zijn voor een deelnemer*.

Blijf Gaan en Staan is een keten van “gewone” zorg waar de desbetreffende bekostiging voor geldt. Voor het komen tot deze lokale keten en het onder de aandacht houden ervan zijn GEZ en O&I (geïntegreerde eerstelijnszorg en organisatie & infrastructuur) gelden gebruikt.

*NB - Om de kosten voor deelnemers zo laag mogelijk te houden is Blijf Gaan en Staan begonnen met een valanalyse door de POH. Dit bleek echter in ons geval niet succesvol. Zowel ouderen als de POH wilden in een contact meerdere zaken bespreken waardoor de valanalyse te vaak niet of maar half werd afgenomen. Een valanalyse door de ergotherapie valt binnen de basisverzekering maar gaat wel ten koste van het eigen risico. Dit is geen belemmering gebleken voor deelnemers in ons gebied.



*Werkgroep in 2018 op de markt
in Breukelen*

Het Blijf Gaan en Staan Pad

We lichten Blijf Gaan en Staan toe vanuit het oogpunt van ouderen en mensen in hun directe omgeving. Hoe komen zij met Blijf Gaan en Staan in aanraking en wat wordt hen geboden?

1 **A**
Informereren over Blijf Gaan en Staan



Informatie & Inspiratie

1 **b**

Signaleren verhoogd valrisico door alle stakeholders

valrisicotest van veiligheidNL



Poster



Valrisico? JA / NEE



2
Aanmelden via de website of verwijzing door de huisarts via zorgdomein

Aanmelden op vechtverband.nl/blijfgaanenstaan



Filmpje wachtkamer-scherm



3
Telefonische screening door de ergotherapeut



Bord langs de weg



Geschikt? JA / NEE

Ergotherapeut (valanalist) benadert huisarts voor verwijzing (zorgdomein)



4
Valanalyse aan huis en advies door de ergotherapeut

valanalyse van VNL



Naam	Adres	Telefoon	E-mail
...

Advieskaart valanalyse

Algemene Flyer



5
Effectieve Interventies gebaseerd op 'wat werkt in valpreventie' van VeiligheidNL

Flyer valpreventie training



Valpreventie beweginginterventie

aanvullende verzekering fysiotherapie

Aanpak visusproblemen

voor eigen rekening bij de opticien

Medicatie-bewaking

basis-verzekering (geen eigen risico)

Aanpassingen huis/omgeving

10 uur ergotherapie in basisverzekering (eigen risico)

Overige interventies

Toelichting bij de infographic “Het Blijf Gaan en Staan pad”

1a Informeren over Blijf Gaan en Staan

Blijf Gaan en Staan begint met het bereiken van ouderen met een verhoogd valrisico én de mensen om hen heen. Zowel familie, vrienden, mantelzorgers als professionele zorg en hulpverleners. Zodat zij kunnen signaleren op een verhoogd valrisico en weten waar ze terecht kunnen. We zetten diverse vormen van informatie in. Van flyers tot een marktkraam en van een poster tot een interview in de krant of op de radio. We zien altijd dat als wij weer aandacht geven we ook meer aanmeldingen terugkrijgen. Meer informatie over de effecten die we bereiken staat in deel 3. In deel 4 staat meer over hoe we effecten bereiken met media aandacht.

1b Signaleren Verhoogd valrisico door stakeholders



Voor het signaleren van een verhoogd valrisico gebruiken we de gevalideerde valrisicotest van VeiligheidNL die bestaat uit 2 vragen: bent u in de afgelopen 12 maanden gevallen? en heeft u moeite met bewegen lopen of balans houden? In alle deelnemende praktijken en organisaties van Vechtverband hebben medewerkers een instructie gehad hoe hiermee te werken.

2 Aanmelden via de website of verwijzing door de huisarts via zorgdomein

Iedereen, dus ouderen zelf, mantelzorgers of zorg en hulpverleners, kan zichzelf of iemand met een (mogelijk) verhoogd valrisico aanmelden voor Blijf Gaan en Staan via het aanmeldformulier op de webpagina van [Blijf Gaan en Staan](#). Deze aanmelding komt binnen bij de ergotherapie van Careyn. De huisarts verwijst mensen direct naar de ergotherapeut via Zorgdomein. Zorgverleners vragen soms ook de huisarts om een verwijzing valpreventie te maken (dus niet via het aanmeldformulier).

3 Telefonische screening door de ergotherapeut

Na aanmelding neemt de ergotherapeut telefonisch contact op met de potentiële deelnemer. Zij legt Blijf Gaan en Staan nog een keer uit, en bepaalt samen met de cliënt of dit programma geschikt is. In dit telefonische gesprek wordt besproken dat het bezoek van de ergotherapeut ten koste kan gaan van het eigen risico. Is iemand geschikt en wil degene na deze informatie nog steeds deelnemen, dan wordt een afspraak voor een huisbezoek gemaakt.



Indien de deelnemer via de website is aangemeld vraagt de ergotherapeut een verwijzing van de huisarts. Binnen Vechtverband hebben we de afspraak gemaakt dat de huisartsen altijd aan het verwijzverzoek van de ergotherapeut voldoen.

4 Valanalyse aan huis en advies door de ergotherapeut

De ergotherapeut gaat op huisbezoek en neemt de valanalyse screening af. Dit doet de ergotherapeut aan de hand van de Valanalyse van VeiligheidNL. De ergotherapeuten van Careyn hebben hierin een specifieke training gevolgd.

Met de valanalyse worden 13 risicofactoren voor vallen besproken, waaronder valgeschiedenis, mobiliteit, medicatie en omgevingsfactoren.

Meer informatie over de valanalyse is te vinden op de [website van VeiligheidNL](#).

Deelnemers ontvangen aan het einde een persoonlijke advieskaart voor maatregelen die zij kunnen nemen. De huisarts ontvangt een eindrapportage waarin duidelijk naar voren komt welke aandachtspunten er zijn om vallen te voorkomen en welke adviezen er gegeven zijn.

De door ons ontworpen advieskaart en het format eindrapportage zijn bij ons op te vragen.

5

Effectie interventies

De deelnemer wordt of geholpen door de ergotherapeut bij het in gang zetten van de adviezen (zoals de aanmelding bij een fysiotherapeut en het laten uitvoeren van de medicatiereview) of gaat zelf aan de slag met de gegeven adviezen. Afhankelijk van het advies blijft de ergotherapeut betrokken bij woningaanpassingen en/of hulpmiddelen.

De meest voorkomende interventies die we deelnemers adviseren zijn:

- **Beweegprogramma Otago of In Balans bij de fysiotherapie***
Bewegen is vaak onderdeel van het advies. Omdat de erkende beweeginterventies ook zonder combinatie met andere interventies effectief zijn voor het verlagen van het valrisico (zie deel I van dit document). We hebben een eigen flyer gemaakt om mensen een keuze te laten maken voor één van de programma's.
- **Medicatie en vitamine D review**
Bij gebruik van één of meerdere valrisicoverhogende medicijnen en/of vermoeden van een vitamine D tekort wordt de patiënt aangemeld bij de apotheek die in samenwerking met de huisarts een medicatiereview doet volgens de STRIP-methode.
- **Aanpassingen in huis en omgeving**
De ergotherapeut doet een beoordeling of er hulpmiddelen of aanpassingen in huis wenselijk zijn om het valrisico te beperken en ondersteunt bij de uitvoering hiervan.
- **Visus check**
Bij aanwijzingen van visusproblemen wordt verwezen naar de opticien voor een visuscontrole. De opticien is betrokken en weet dat mensen in het kader van Blijf Gaan en Staan kan komen.

Naast deze interventies worden deelnemers ook soms doorverwezen naar de diëtist, podoloog, podotherapeut of pedicure en naar de poh-ggz.

* De betrokken fysiotherapeuten binnen Vechtverband bieden de beweegprogramma's "Otago" en "In Balans" aan. In onze wijksamenwerking is er (nog) geen aanbod van "Vallen Verleden Tijd" of "Zicht op Evenwicht".