



Meer bereiken door minder doen

Longrevalidatie in de GRZ

Jisca Vrancken

specialist ouderengeneeskunde, kaderarts GRZ



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Disclosure

Disclosure belangen spreker	
Geen (potentiële) belangenverstrengeling	Geen
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties ¹	Geen
• Sponsoring of onderzoeksgeld² • Honorarium of andere (financiële) vergoeding³ • Aandeelhouder⁴ • Andere relatie, namelijk ...⁵	Geen



Inhoud

- Wat is GRZ
- Behandeldoelen longrevalidatie
- Behandelteam
- Energiemanagement
- Voeding
- Kracht en conditie
- Acceptatie/coping
- Onderzoek
- Ervaringen revalidanten



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Longrevalidatie



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Domstate



Axioncontinu
wonen, zorg en welzijn



Wat is GRZ?

- Multidisciplinaire revalidatie in de zorgverzekeringswet. Een behandeling wordt ingezet met het oog op verwacht herstel of het verbeteren van het participeren en functioneren van de verzekerde.
- Vergoed vanuit de basisverzekering.





Behandeldoelen

- Energiemanagement
- Voeding
- Kracht en conditie
- Acceptatie en coping





Behandelteam

- Verpleging
- Specialist ouderengeneeskunde
- Fysiotherapeut
- Ergotherapeut
- Diëtist
- Psycholoog
- Logopedist
- Maatschappelijk werk



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Energiemanagement

- ADL/HDL
 - Met hulp of timer, in etappes





Energiemanagement

- Dagindeling/ verdeling van activiteiten
 - 1 activiteit per dagdeel, verdelen over de week
 - Movemonitor



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Energiemanagement

- Uitvoering van activiteiten
 - Zittend, met hulp of hulpmiddelen
 - Aanpassen van activiteiten/hobby's





Energiemanagement

- PRET
 - Pauze nemen
 - Rustige omgeving
 - Een ding tegelijk
 - Tempo aanpassen





Voeding

- Ondergewicht/lage VVMI
 - Verbeteren intake, incl eiwitintake
- Overname ADL
- Beperking mobiliseren
- Aanpassing fysiotherapie
 - Meer kracht dan conditie training, NLPE (niet lineair geperiodiseerde inspanningstraining)



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Kracht en conditie

- Verbeteren en onderhoud kracht en conditie
- Doseren!!!!!!!!!!!!
- Leren luisteren naar je lijf





Acceptatie en coping

- Omgaan met ziekte
- Toepassen van leefregels
- Angst en paniekbehandeling
- Cognitie

→ Leven met een chronische ziekte groepstherapie



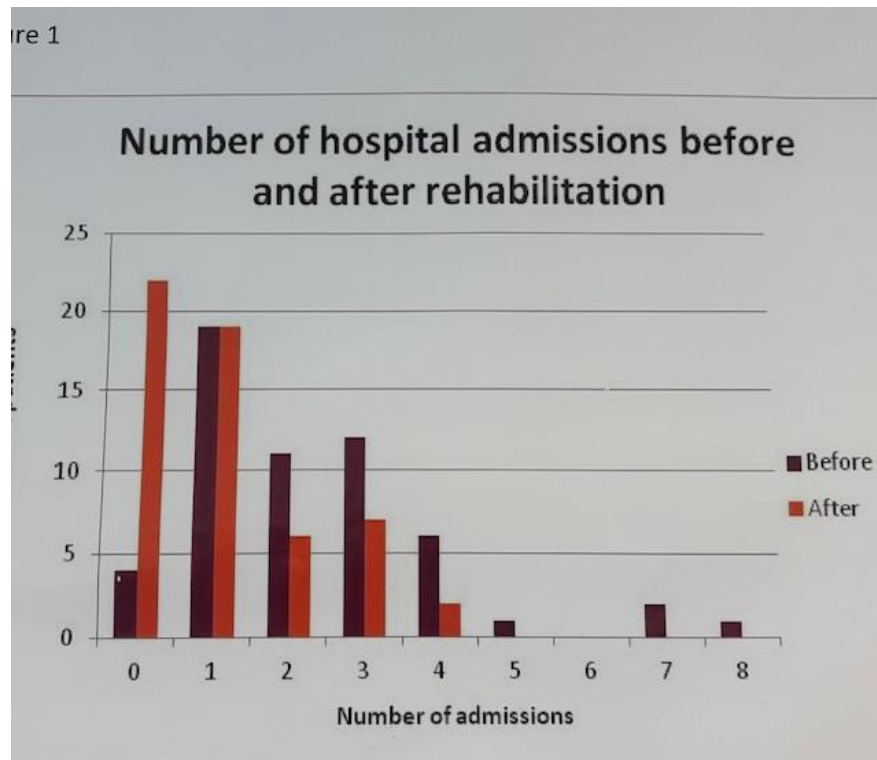
Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Onderzoek

- Effecten van geriatrische COPD-revalidatie op ziekenhuisopnames

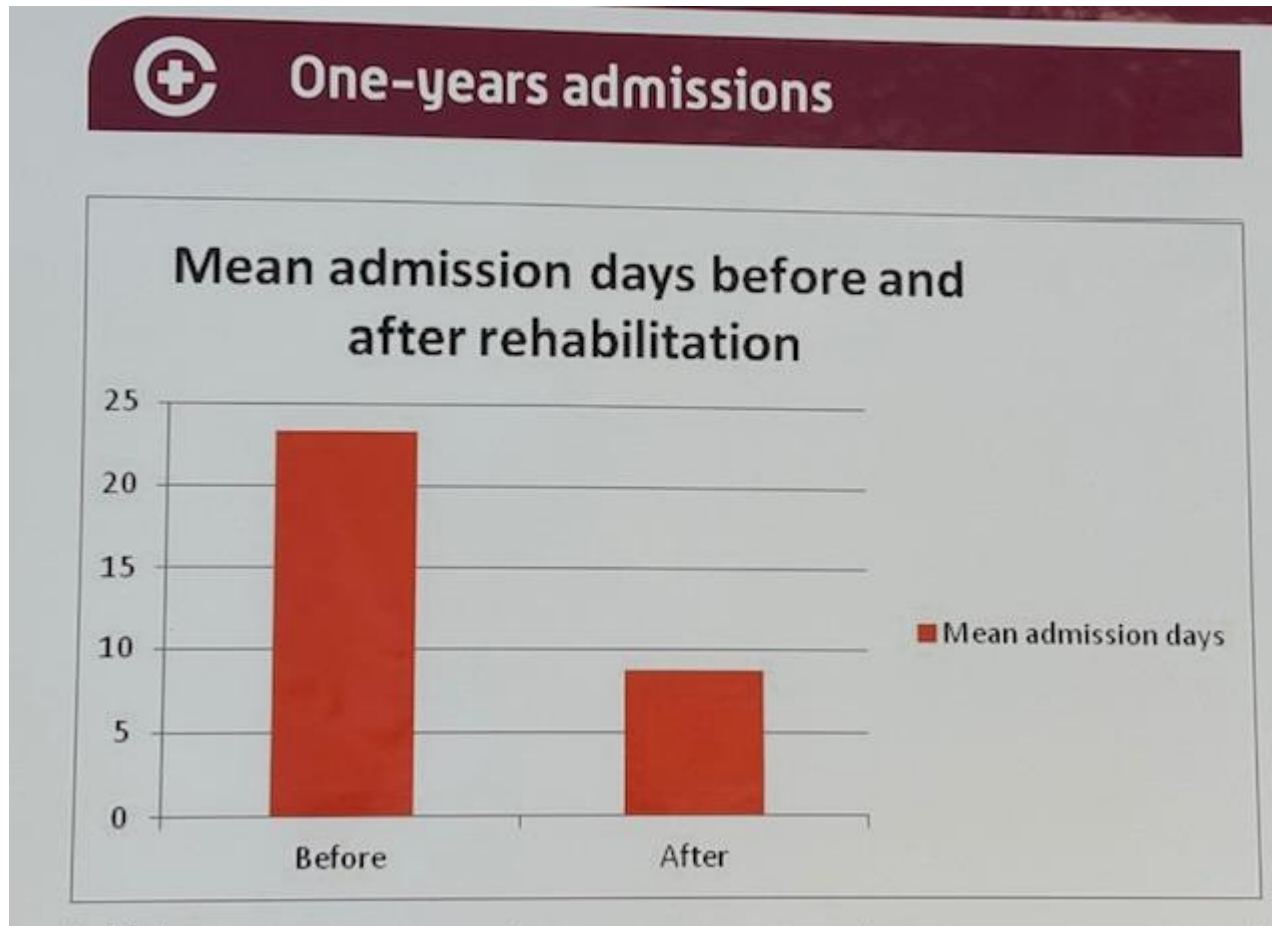


Afname aantal
ziekenhuisopnames





Onderzoek



Afname gemiddelde
aantal opnamedagen





Onderzoek COPD revalidatie

- Combinatie van onbedoeld gewichtsverlies en verlies van spiermassa.
- Kunnen de reguliere longrevalidatieprogramma's vaak niet volgen. Te intensief voor deze patiënten, wat kan leiden tot verdere achteruitgang. Voor hen is dus een alternatief programma nodig.





Onderzoek: haalbaarheidsonderzoek

- **Deel 1:** Haalbaarheidsonderzoek: Hierbij werden ervaringen van revalidanten en zorgprofessionals verzameld.

- *Feasibility of a Novel Geriatric Rehabilitation Program for People With COPD-induced Malnutrition and Muscle Wasting: A Qualitative Study*

Marieke Geerars-van der Veen, Judith Ballemans, Anna M. Bongers, Anouk van Loon en Ewout B. Smit





Uitkomsten haalbaarheidsonderzoek

- Haalbaar en nuttig voor de doelgroep.
- Waardering van vooral de kennis over energiemanagement en de sociale steun.
- Het beperken van dagelijkse activiteiten uitdagend.
- Zorgprofessionals benadrukten het belang van een eenduidige aanpak, coaching, en 24-uurs toezicht.





Onderzoek

- **Deel 2:** Effectiviteitsonderzoek: publicatie van resultaten hiervan, gericht op kracht, lichamelijk functioneren en kwaliteit van leven, volgt binnenkort.

Alvast voorlopige resultaten...



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Voorlopige uitkomsten

- Significante verbetering op
 - Spiermassa: gem VVMi van 10.8 kg/m² naar 11.6 kg/m²
 - Beenspierkracht: gem QF van 162n naar 214n
 - Zelfstandigheid in ADL: gem Barthel Index van 12 naar 17
- Minimaal klinisch relevante verbetering (> MCID)
 - Uithoudingsvermogen: gem 6MWT van 227m naar 259m
 - Gezondheidstoestand: gem CCQ van 2.1 naar 1.2
- Kwaliteit van leven
 - EQ-5D-5L: gem VAS score 60 naar 66



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Ervaringen van revalidanten

- https://youtu.be/_1ALj4Zaaq8
- <https://youtu.be/P04cganY4AQ>
 - Van start tot 1.30
 - Van 2.02 tot 4.29
- https://youtu.be/n4_mrm0xgZs





Vragen???



Axioncontinu

wonen, zorg en welzijn



Bronnen

- Vrancken, J., Smalbrugge, M., Ramaker, C., & van der Zeijden, H. (2014). Geriatrische COPD Revalidatie. Bij wie en met welk effect? *Tijdschrift voor Ouderengeneeskunde*, 2014(2), 72-75
- Blindenbach, S., Vrancken, J. W. F. A., van der Zeijden, H., Reesink, H. J., Brijker, F., Smalbrugge, M., & Wattel, E. (2017). Effecten van geriatrische COPD-revalidatie op ziekenhuisopnames en inspanningstolerantie: een retrospectief observationele studie. *Tijdschrift Voor Gerontologie En Geriatrie*, 3.
- Marieke Geerars-van der Veen, MSc, PT1,2,3, Judith Ballemans, MSc, PT1,2, Anna M. Bongers, MSc, PT1,2, Anouk van Loon, PhD1,4 , and Ewout B. Smit, MD, PhD; Feasibility of a Novel Geriatric Rehabilitation Program for People With COPD-induced Malnutrition and Muscle Wasting: A Qualitative Study ; *Gerontology & Geriatric Medicine* Volume 10: 1–10
- Behandelprogramma Geriatrische COPD Revalidatie, Universitair Netwerk voor de Care sector Zuid Holland.

