

Deel 5 Zorgen over de thuiszorg uit het BD van 7 september 2023 geschreven door Hein Eikenaar

Techniek maakt het leven van de Venema's stukje makkelijker

De ouderdom komt met gebreken. Dan is het handig als de techniek ervoor zorgt dat je langer zelfstandig kunt blijven wonen. Een kijkje achter de voordeur bij Klaas en Tineke Venema, waar een **glucose- sensor, polsalarmering en 'Sara Stedy' een handje helpen.**

Tilburg

Klaas Venema (82) schudt de hand ter kennismaking. Wat meteen opvalt: hij draagt een **alarmeringsknop** om zijn rechterpols, net als zijn 80-jarige vrouw. Deze kan hij indrukken als er wat aan de hand is, zodat een verpleegkundige wordt gealarmeerd. „Heb ik gekregen toen ik 's nachts een keer in de deuropening lag na een val. Ik kon zelf opstaan en weer in bed komen." Maar toen hij het de volgende dag tegen de verpleegkundige vertelde, leek het haar toch verstandiger dat hij voortaan een alarmeringsknop zou gaan dragen.

Venema wijst op een **communicatiekastje** op de muur van de woonkamer. Daar meldt de verpleegkundige zich eerst als hij de alarmknop indrukt. „Dan kan ik met ze praten. Maar als ik bijvoorbeeld in de slaapkamer lig, lukt dat niet en dan komen ze naar hier."

'Hier' is de woning die het echtpaar - onlangs 60 jaar getrouwd - sinds een poosje bewoont in een woonzorgcomplex. Mevrouw Venema trekt haar linkermouw omhoog om een **sensor op haar bovenarm** te tonen. Die hoort bij de **glucosemeter**, een apparaatje dat dag en nacht automatisch haar glucose meet en opslaat.

Handig in twee opzichten, zegt mevrouw Venema die diabetes heeft. „Hoef ik niet meer vier keer per dag in mijn vingers te prikken, want dat wordt op den duur heel pijnlijk. En voor verpleegkundigen is het een verbetering, die hoeven alleen het apparaatje even te bekijken. Dat scheelt tijd."

Meneer Venema heeft sinds kort dan weer een apparaatje - een **medicijndispenser** - waarin zijn medicijnen per dag op een rol in zakjes zijn voorverpakt. Alle verschillende pillen die hij nodig heeft in één zakje. Hoeft hij er zelf niet meer over na te denken. „Ideaal. Vroeger moest ik mijn medicijnen steeds in verschillende doosjes bij elkaar zoeken."

'Vooral heel veilig'

En om te laten zien hoe hij zijn vrouw vanuit haar stoel overeind kan helpen, rolt hij de **'Sara Stedy'** binnen en schuift deze tegen haar stoel. „Kom op, doe je best", zegt hij als zijn vrouw de beugel vastpakt. Ondertussen lift hij met een afstandsbediening de zitting van haar stoel iets omhoog. „Staan mijn voeten goed?", vraagt ze voordat ze zich omhoog trekt.

Hoe voelt dat nou, al die techniek in huis? „Vooral heel veilig", concludeert hij na even nadenken. Zij: „We ontkomen er niet meer aan."

Airbag-onderbroek kan hoop ellende voorkomen

Naar schatting ruim 17.000 mensen in Nederland breken jaarlijks een heup. Bijna allemaal zijn ze ouder dan 65 jaar. Zorgorganisatie Thebe doet met succes ervaring op met speciale valbroeken, voorzien van twee airbags: de wolk.

Het ziet eruit als een gewoon sportbroekje. Niets wijst erop dat onder het textiel een heleboel vernuftigheid in de vorm van luchtpatronen en sensoren schuilgaat. „Als je hiermee valt, met een bepaalde snelheid en in een bepaalde hoek, blazen de zijkantjes op”, legt fysiotherapeut en informatie-adviseur zorgtechnologie Nynke van de Reijt uit. „Wat de kans enorm verkleint dat iemand zijn heup breekt”, zegt collega Mattie Bakx.

Beiden werken bij zorgorganisatie Thebe, dat de **valbroeken** (wolk geheten, refererend aan het opblazen van de luchtkamers) gebruikt voor bewoners in woonzorglocaties. Zo'n zestien tot achttien mensen per dag dragen een wolk, over hun ondergoed. Dit jaar werden 23 valpartijen gedetecteerd waarbij zeker heupbreuken zijn voorkomen, stelt het tweetal.

Alarmering in de onderbroek

Zou dit ook een geschikt hulpmiddel kunnen zijn voor mensen thuis? „Dat gaat in de toekomst zeker gebeuren”, voorspelt Van de Reijt. „We merken dat juist onze wijkverpleegkundigen er enthousiast over zijn.” Er zit een alarmeringsfunctie in de broek. „Dus als iemand thuis woont en valt, kan de wolk een sms-je sturen. Bijvoorbeeld naar een mantelzorger of de buurvrouw, iemand buiten de professionele zorg. Want heel vaak is er ook niets aan de hand en krabbelt iemand zelf weer op.”

Thebe denkt dat het thuis inzetten van de wolk de druk op de verpleeghuiszorg kan verminderen. Bakx: „Bij een heupbreuk kan iemand na behandeling in het ziekenhuis, lang niet altijd meer terug naar huis en moet dus naar het verpleeghuis. Als je dit kunt voorkomen, hou je in het verpleeghuis capaciteit over voor de echte, complexe geriatrische zorg.”

Goedkoop is de valbroek met een prijskaartje van zo'n 600 á 800 euro niet. En na iedere val moeten de luchtpatronen - kosten zijn een paar tientjes - worden vervangen. Van de Reijt: „Maar de kosten voor een operatie, ziekenhuis en revalidatie na een heupbreuk lopen al snel op tot enkele tienduizenden euro's.” Bakx: „En dat zijn alleen nog maar de kosten, dan heb je het nog niet over de achteruitgang van de kwaliteit van leven.”

Zoektocht

De wolk past in de zoektocht naar de antwoorden op de alsmaar groter wordende tekorten (geld en personeel) in de zorg. Van de Reijt: „Iedereen heeft recht op de zorg die nodig is, maar dit betekent niet dat die door handen wordt geleverd.”

Een goed voorbeeld is de al wat bekendere medicijndispenser, een apparaat voor thuis dat op bepaalde tijden medicatie uitgeeft. Bakx: „Je ziet dat leveranciers van zorgtechnologieën hun hulpmiddelen steeds makkelijker maken, zodat bijvoorbeeld ook een mantelzorger de medicijnen kan bijvullen. Daarvoor hoeft de wijkverpleegkundige niet meer langs te komen. Die kan zich meer richten op cliënten die zwaardere zorg nodig hebben.”