

**Naam ziekenhuis:**

Bernhoven

**Contactpersoon (naam en mailadres):**

Stefan Huisman, s.huisman@bernhoven.nl

**Naam project:**

Beweeg je beter

**Betrokken patiëntengroep(en) / afdeling(en) (bijvoorbeeld buikchirurgie, geriatrie):**

Alle

**Samenvatting van het project (doel, resultaten, tijdslijn) in max. 5 zinnen:**

In Bernhoven zijn er diverse initiatieven om het beweeggedrag tijdens opname te verbeteren. Dit alles onder de noemer 'Beweeg je beter'. Via de anamnese, die digitaal door de verpleegkundige wordt afgenomen, wordt de afdeling Fysiotherapie automatisch ingeschakeld bij patiënten die een verhoogd risico hebben op fysieke achteruitgang. Via het EPD en indien nodig een intake beoordeelt de fysiotherapeut in hoeverre we de patiënt ook actief willen begeleiden of dat het volstaat om de verpleging te informeren welke interventies zij kunnen toepassen. Deze interventies zijn o.a. het gebruik van filmpjes met oefeningen en uitleg: <http://www.bernhoven.nl/patienten/specialismen-afdelingen/afdelingen/fysiotherapie/oefenvideo-s/voorkom-functieverlies-oefenvideo-s/>

Deze filmpjes zijn voor elke patiënt via de beside terminal makkelijk terug te vinden. Tevens hebben we nu op twee afdelingen (de anderen volgen) een huiskamer met oefenmaterialen. Daar worden met behulp van vrijwilligers 3x per week (streven naar 5x) een uur activiteiten gedaan en aansluitend wordt met de deelnemers in dezelfde ruimte geluncht.

Patiënten zijn dus twee uur gezamenlijk actief en van de kamer af. Bijkomend voordeel voor verpleging is dat ze hierdoor meer tijd hebben voor andere patiënten (dit heeft zeker geholpen bij de implementatie). Ook buiten de groepstijden kunnen patiënten (eventueel met mantelzorgers) gebruik maken van deze ruimtes.

Ook loopt de screening van kwetsbare ouderen op de dialyse bij ons goed. De patiënten worden periodiek gescreend middels een scorelijst op frailty. Indien nodig wordt dan de geriater ingeschakeld en de fysiotherapeut. De fysiotherapeut doet een screening op valrisico, kracht en conditie. Indien nodig wordt dan een eerstelijns fysiotherapeut ingeschakeld die de patiënt aan huis gaat trainen. Inmiddels zijn we ruim een jaar onderweg en we zien dat de deelnemende patiënten minder vaak worden opgenomen in het ziekenhuis, betere kwaliteit van leven hebben en dat ze fysiek niet verder achteruit gegaan zijn en regelmatig zelf verbeteren.

**Op welke pijler richt het project zich voornamelijk?**

*Meerdere antwoorden mogelijk*

0 Huisvesting/omgeving



- Technologische innovatie
- Mindset/gedrag/cultuurverandering
- Materiaal/hulpmiddelen
- Beweginginterventie

**Vindt er een evaluatie van het project plaats?**

- Ja, een evaluatie van het proces en de uitkomsten

**Meer informatie over het project:**

Link: <https://www.bernhoven.nl/patienten/specialismen-afdelingen/afdelingen/fysiotherapie/oefenvideo-s/voorkom-functieverlies-oefenvideo-s/>