

interventie ‘Consultatiebureaus voor Ouderen’ biedt verpleegkundigen de gelegenheid leefstijl bespreekbaar te maken met oudere cliënten. Welke competenties zetten verpleegkundigen in en sluiten deze aan bij de overwegingen en mogelijkheden van de oudere om de eigen gezondheid te bevorderen?

Methode: Een multiple casestudie is uitgevoerd om te onderzoeken welke competenties en gedragingen verpleegkundigen vertonen in de context van het ‘Consultatiebureau voor Ouderen’. Observaties van 15 consulten, semigestructureerde interviews met verpleegkundigen ($n=13$) en ouderen ($n=19$) zijn uitgevoerd. Interviews met ouderen zijn getranscribeerd en gecodeerd met QDA Miner. De Qualitative Analysis Guide of Leuven (QUAGOL) werd gebruikt bij de stappen van de data-analyse.

Resultaten: Uit de eerste analyses komen de volgende thema's naar voren: Sfeer, Competenties van verpleegkundigen, Interactie, Advisering, Besluitvorming en Participatie.

Conclusie: Tijdens het contact tussen de oudere en de verpleegkundige blijkt een ‘klik’ van belang. Uit analyses blijkt dat veel verpleegkundigen in deze setting voornamelijk adviezen geven vanuit hun eigen kennis en expertise en dat gezamenlijke besluitvoering daarbij nog weinig wordt ingezet.

PB10

Rust roest – Blijf Actief Thuis

SF Metzelthin¹, GAR Zijlstra¹, E van Rossum², GIJM Kempen¹

¹Universiteit Maastricht, Maastricht, Nederland

²Zuyd Hogeschool, Heerlen, Nederland

Achtergrond: Hoewel fysiek bewegen van groot belang is voor het behoud van zelfredzaamheid en het zelfstandig kunnen blijven wonen, maken veel thuiswonende ouderen onvoldoende gebruik van hun beweegcapaciteit. In het afgelopen decennium zijn in de Amerikaanse verpleeghuissetting veel ervaringen opgedaan met Function Focused Care (FFC). FFC beoogt de bestaande filosofie in de zorg, die gekenmerkt wordt door een overname van zorgtaken, te veranderen naar een zorgfilosofie waar het stimuleren van zelfredzaamheid centraal staat. Doel van deze studie is om FFC te vertalen naar de Nederlandse thuiszorg resulterend in het programma “Blijf Actief Thuis”.

Methode: Op basis van literatuurstudie en gesprekken met internationale FFC experts ($n=6$) en naar aanleiding van een zestal bijeenkomsten met een interdisciplinaire werkgroep bestaande

uit Nederlandse zorgverleners ($n=9$) is een conceptversie voor “Blijf Actief Thuis” ontwikkeld.

Resultaten: “Blijf Actief Thuis” richt zich zowel op thuiswonende ouderen als op zorgverleners werkzaam in de thuiszorg. Naast educatie over het belang van fysiek bewegen en de consequenties van het overnemen van (zorg-) taken, staat het opdoen van nieuwe competenties centraal. Ouderen leren hoe ze maximaal gebruik kunnen maken van hun capaciteiten en zorgverleners leren hoe ze ouderen hierbij het beste kunnen ondersteunen. Om een terugval in oude rollen en routines te voorkomen worden ouderen en zorgverleners continu gemotiveerd om het nieuwe gedrag vol te houden.

Conclusie: Na een pilotstudie bij één thuiszorgteam zal de definitieve versie van “Blijf Actief Thuis” in een cluster gerandomiseerde studie op praktische toepasbaarheid en potentiële effectiviteit getest worden.

PB11

Bewegen en depressie bij ouderen

S Wassink-Vossen¹, RM Collard², RC Oude Voshaar³, HC Comijs⁴, HM de Vocht⁵, E Noorthoorn¹, P Naarding¹

¹GGNet, Apeldoorn, Nederland

²Radboud UMC, Nijmegen, Nederland

³UMC, Groningen, Nederland

⁴EMGO/VUmc/GGZinGeest, Amsterdam, Nederland

⁵Saxion, Enschede, Nederland

Achtergrond: Bewegen wordt gezien als een belangrijke beïnvloedbare factor voor het in stand houden en verbeteren van gezondheid. De exacte relatie tussen bewegen en depressie bij ouderen is nog onduidelijk. Doelen: (1) exploreren van onderscheidende factoren in de relatie tussen bewegen en depressiekenmerken bij ouderen en (2) exploreren of de mate van bewegen een voorspellende waarde heeft op het beloop van depressie.

Methode: Er werd een cross-sectionele en longitudinale studie verricht. Hiervoor werden data gebruikt uit de Nederlandse Studie naar Depressie bij Ouderen (NESDO). Bewegen werd gemeten met de International Physical Activity Questionnaire (IPAQ). Om de relatie tussen bewegen en depressie te exploreren, werden verschillende depressie kenmerken, mogelijk beïnvloedende factoren en uitkomsten na 2 jaar geanalyseerd middels multiële lineaire regressiemodellen.

Resultaten: Ouderen met een depressie bewegen minder dan ouderen zonder depres-