



omaha
system
support

Voorbeeldzorgplan Kwetsbare ouderen



Voorbeeldzorgplannen

Dit voorbeeldzorgplan is met nadruk een *voorbeeldzorgplan* en geen *standaardzorgplan*. Verpleegkundigen en verzorgenden kunnen het plan als hulpmiddel gebruiken bij het assessment en bij de uitvoering van de zorg. Met dit plan maak je een plan op maat voor een individuele cliënt. Dit betekent dat je bewust kiest wat wel of niet van toepassing is. Het voorbeeldzorgplan combineert de Omaha-systematiek met inhoudelijke landelijke richtlijnen en expertise uit het veld. Naast gebied-soort actie-actievlak staan in de specificatie puntsgewijs de relevante onderdelen van deze landelijke richtlijnen. Zo gebruik je als zorgmedewerker niet alleen de Omaha-systematiek, maar neem je ook op een eenvoudige en snelle manier kennis van de actuele standaarden en toets je je individuele zorgplan met het voorbeeldzorgplan en de actuele kennis.

Werkwijze

Het voorbeeldzorgplan omvat alle mogelijke aandachtsgebieden met alle mogelijke interventies. Dit zijn er dus veel. Het is uitdrukkelijk niet de bedoeling dat alle aandachtsvelden en interventies worden overgenomen in een individueel zorgplan. Per onderdeel kijkt de zorgmedewerker wat wel en niet past bij de eigen cliënt in zijn context. Ook kan de zorgmedewerker de specificaties aanpassen voor het op maat maken van het plan. Omaha zorgt voor eenheid van taal en het gebruik van voorbeeldzorgplannen stimuleert dit nog verder. Maar geen cliënt is hetzelfde, dus het blijft zaak dat verpleegkundigen en verzorgenden goed kijken naar de cliënt en blijven nadenken over de zorg. Het voorbeeldzorgplan kan daarbij dienen als ondersteuning, niet om te sturen.

Er zijn voorbeeldzorgplannen beschikbaar van ruim 20 veelvoorkomende onderwerpen in de VVT. We hebben ze gemaakt met (wijk)verpleegkundigen van Allertzorg, Amstelring, Buurtzorg, Marente, Surplus, Thebe, Zorgaccent en Zorgbalans. De voorbeeldzorgplannen zijn alleen beschikbaar voor leden van de stichting Omaha System Support en te downloaden via het ledendeel op www.omahasystem.nl.

Voorbeeldzorgplan Kwetsbare ouderen

Kwetsbaarheid is “een opeenstapeling van psychische, lichamelijke en/ of sociale tekorten in het functioneren, die de kans vergroten op een negatieve gezondheidsuitkomst”. Het gaat vooral om die opeenstapeling, om de combinatie van problemen op zowel fysiek, psychisch als sociaal gebied. Een oudere met alleen fysieke beperkingen is niet per se kwetsbaar.

In dit voorbeeldzorgplan voor Kwetsbare ouderen zijn alleen de algemene onderwerpen bij kwetsbare ouderen opgenomen. Specifiek acties kunnen zelf aangevuld worden. Voor specifieke aandoeningen/ zorg verwijzen we naar de andere voorbeeldzorgplannen.

Gebied	Soort actie	Actievlak	Specificatie
Omgevingsdomein			
<i>Inkomen/ financiën</i>	MB Monitoren / Bewaken	Financiën	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Problemen met boekhouding, administratie en financiën
<i>Omgevingshygiëne</i>	MB Monitoren / Bewaken	Huishouding	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Vervuilde woonomgeving
<i>Omgevingshygiëne</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Huishouding	Advies en begeleiding bij: <ul style="list-style-type: none"> • Belang van goede hygiëne in huis • Hulp in de huishouding (Wmo)
<i>Woning</i>	MB Monitoren / Bewaken	Veiligheid	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Onveilige woning • Onveilig gedrag • Valgevaarlijke situaties
<i>Woning</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Veiligheid	Advies over: <ul style="list-style-type: none"> • Veilig inrichten van het huis (o.a. aandacht voor gladde vloeren, kleedjes, trap, snoeren, drempels) • Voldoende ruimte in huis om goed te bewegen • Beugels in badkamer en wc • Aanpassingen in huis (o.a. Wmo) • Evt. verhuizen

Gebied	Soort actie	Actievlak	Specificatie
Psychosociaal domein			
<i>Geestelijke gezondheid</i>	MB Monitoren / Bewaken	Copingsvaardigheden	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Kwetsbaarheid: <u>opeenstapeling</u> van psychische, lichamelijke en/of sociale tekorten in het functioneren, die de kans vergroten op een negatieve gezondheidsuitkomst.
<i>Geestelijke gezondheid</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Copingsvaardigheden	Advies en begeleiding bij: <ul style="list-style-type: none"> • Acceptatie en verwerking: leren omgaan met ouder worden en gebreken • Zoeken van nieuwe activiteiten • Zoeken naar nieuwe contacten • Levensvragen • Rouw
<i>Geestelijke gezondheid</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen- mentaal/emotioneel	Monitoren symptomen depressie: <ul style="list-style-type: none"> • Aanhoudende sombere stemming • Verlies van interesse of plezier • Slaapproblemen (veel of juist weinig) • Verandering van eetlust of gewicht • Verlies van energie • Gevoelens van waardeloosheid • Gevoelens van nervositeit of angst • Gevoel van in de steek gelaten zijn
<i>Geestelijke gezondheid</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Geestelijke zorg	Begeleiden bij: <ul style="list-style-type: none"> • Psychische problemen • Psychosociale problemen • Angst voor achteruitgang • Ondersteuning zelfmanagement
<i>Geestelijke gezondheid</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Welzijn	Begeleiden bij: <ul style="list-style-type: none"> • Wat is nodig om een prettige dag/een prettig leven te hebben?

<i>Mantelzorg/zorg voor kind of huisgenoot</i>	MB Monitoren / Bewaken	Copingsvaardigheden	Signaleren overbelasting <ul style="list-style-type: none"> • Zorglast: zware verantwoordelijkheid, constante bezorgdheid, verminderde sociale contacten en gevoel er alleen voor te staan
<i>Mantelzorg/zorg voor kind of huisgenoot</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Overigen	Advies bij wilsonbekwaamheid van oudere: <ul style="list-style-type: none"> • Machtigingen/volmachten • Testament • Beschermingsbewind, mentorschap, curatele
<i>Mishandeling/misbruik</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-mentaal/emotioneel	Monitoren: <ul style="list-style-type: none"> • Misbruik financiën • Ouderenmishandeling
<i>Sociaal contact</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-mentaal/emotioneel	Monitoren signalen sociaal isolement
<i>Sociaal contact</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Welzijn	Cliënt stimuleren: <ul style="list-style-type: none"> • Contact te zoeken met anderen • Bestaande contacten te onderhouden en uit te breiden • Nieuwe activiteiten te zoeken
Gebied	Soort actie	Actievlak	Specificatie
Fysiologisch domein			
<i>Cognitie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Copingsvaardigheden	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Kwetsbaarheid: <u>opeenstapeling</u> van psychische, lichamelijke en/of sociale tekorten in het functioneren, die de kans vergroten op een negatieve gezondheidsuitkomst.
<i>Cognitie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-mentaal/emotioneel	Signaleren van beginnende dementie en van delier: <ul style="list-style-type: none"> • Achterdochtig zijn • Problemen met oriëntatie en geheugen (o.a. dwalen, herhalen, vergeten) • Gedrags- en stemmingsontregelingen: apathie, agitatie, angst en depressie • Psychotische verschijnselen: hallucinaties en wanen (mede getriggerd door visusstoornissen en slechthorendheid)

			<ul style="list-style-type: none"> • Veranderingen in oriëntatie, geheugen • Delier • Gebruik eventueel signaleringslijst • Doe periodiek een screening om mate van achteruitgang te volgen
<i>Gehoor</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-fysiek	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Problemen in het dagelijks leven vanwege slecht gehoor
<i>Neuro-musculaire skeletfunctie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-fysiek	Signaleren: <ul style="list-style-type: none"> • Moeite met lopen/ evenwicht • Moeite met gaan/ staan/ bewegen • Lichamelijke fitheid • Valrisico/ valincidenten
<i>Pijn</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-fysiek	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Chronische, onvoldoende herkende en behandelde pijn. • Mogelijke symptomen: <ul style="list-style-type: none"> ○ moeilijk bewegen ○ eerder vallen ○ steeds minder zelf kunnen doen ○ minder deelnemen aan het dagelijks leven ○ minder contact hebben met anderen ○ versnelling van cognitieve achteruitgang ○ angst, depressie, boosheid en slaapstoornissen.
<i>Urinewegfunctie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-fysiek	Signaleren van mogelijke urineweginfectie: <ul style="list-style-type: none"> • Tijdig verwijzen naar huisarts
<i>Zicht</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-fysiek	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Problemen in het dagelijks leven vanwege slecht zicht
Gebied	Soort actie	Actievlak	Specificatie
Gezondheids-gerelateerd gedragsdomein			

<i>Fysieke activiteit</i>	MB Monitoren / Bewaken	Oefening en beweging	Signaleren: <ul style="list-style-type: none"> • Vermoeidheid • Moeite met lopen/ evenwicht • Moeite met gaan/ staan/ bewegen • Lichamelijke fitheid • Valrisico/ valincidenten
<i>Fysieke activiteit</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Oefening en beweging	Advies en voorlichting over: <ul style="list-style-type: none"> • Belang van actief en passief bewegen, onder andere kracht en balans • Belang van zoveel mogelijk zelf doen (voorkomen van achteruitgang, behoud van functies) • Energiemanagement • Gebruik hulpmiddelen (stok, rollator, scootmobiel enz.)
<i>Gezondheidszorg supervisie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Continuïteit van zorg	Signaleren van: <ul style="list-style-type: none"> • Kwetsbaarheid: <u>opeenstapeling</u> van psychische, lichamelijke en/ of sociale tekorten in het functioneren, die de kans vergroten op een negatieve gezondheidsuitkomst • Is cliënt in staat zelf (deels) de regie zelf te voeren?
<i>Medicatie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Discipline	Monitoren: <ul style="list-style-type: none"> • Therapietrouw
<i>Medicatie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Medicatie coördinatie/bestelling	Nagaan of cliënt of mantelzorger in staat is zelf voor medicatie te zorgen
<i>Medicatie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Medicatie werking en bijwerkingen	Signaleren: <ul style="list-style-type: none"> • Polyfarmacie • Bijwerkingen en interactie, vooral in combinatie met <ul style="list-style-type: none"> ○ verminderde cognitie ○ verhoogd valrisico ○ signalen van verminderde therapietrouw ○ niet geplande ziekenhuisopname

<i>Medicatie</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Medicatie werking en bijwerkingen	<p>Advies en instructie over:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Werking medicatie • Bijwerkingen medicatie • Belang van innemen volgens instructie • Belang van medicatietrouw • Melden veranderingen • Hulpmiddelen bij inname en beheer medicatie
<i>Persoonlijke zorg</i>	MB Monitoren / Bewaken	Persoonlijke hygiëne	<p>Signaleren of hulp nodig is bij:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ADL (hulp bij uiterlijke verzorging, toiletgebruik, eten, transfer (van bed naar stoel en terug), mobiliteit, aan- en uitkleden, traplopen en douchen/baden) • Aandacht voor mondzorg (zie voorbeeldzorgplan Mondzorg) • Incontinentie (letsel) • Gebruik hulpmiddelen
<i>Slaap en rustpatronen</i>	MB Monitoren / Bewaken	Rust/slaap	<p>Signaleren:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Onvoldoende rust/slaap • Als gevolg van slaaptekort ontstaan problemen, bijvoorbeeld vallen • Als gevolg van fysieke en mentale problemen ontstaat slaaptekort
<i>Voeding</i>	MB Monitoren / Bewaken	Voeding, beleid/balans	<p>Monitoren voeding:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewaking autonomie en zelfmanagement (boodschappen, koken, brood smeren) • Problemen met eten en drinken? • Laatste 3 maanden veel afgevallen? • Eventueel gebruik van meetinstrument
<i>Voeding</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen-fysiek	<p>Monitoren:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voedingstoestand, eventueel met meetinstrument • Uitdroging • Houd het gewicht in de gaten

Voeding	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Voeding, beleid/balans	Advies, instructie en begeleiding bij: <ul style="list-style-type: none"> • Gezonde voeding • Voldoende drinken • Matig alcoholgebruik • Voorkomen van ondervoeding en uitdroging: verlies van interesse, vermoeidheid en depressieve klachten kunnen symptomen zijn, maar ook risicofactoren voor ondervoeding
Voeding	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Hulpmiddelen	Advies over: <ul style="list-style-type: none"> • Boodschappen doen (boodschappenservice) • Aanpassingen in keuken • Inzet hulpmiddelen bij eten
Voeding	CM Case-managen	Voeding, beleid/balans	Verwijzen naar maaltijdservice

Richtlijnen:

https://richtlijndatabase.nl/richtlijn/preventie_van_valincidenten_bij_ouderen/startpagina_-_preventie_van_valincidenten.html

https://richtlijndatabase.nl/richtlijn/polyfarmacie_bij_ouderen/polyfarmacie_bij_ouderen_-_korte_beschrijving.html

<https://www.verenso.nl/richtlijnen-en-praktijkvoering/richtlijndatabase/pijn>

https://www.verenso.nl/_asset/_public/Richtlijnen_kwaliteit/richtlijnen/database/VERRichtlijnPijnDeel4handleidingweb.pdf : Ouderen en pijn Tips voor verpleegkundigen en verzorgenden

[Trazag Instrument \(TRAnsmuraal Zorg Assessment Geriatrie\)](#) Universiteit van Maastricht

[GFI \(Groningen Frailty Indicator\)](#)