

Lichamelijk welbevinden

Eén van de vier domeinen van het Zorgleefplan

Artikel: 2009 - 010

Datum: 03-12-2009

Auteur: Anne Marie Vaalburg

In dit artikel staat het domein lichamelijk welbevinden, één van de vier domeinen van het zorgleefplan, centraal.

De cliënt mag rekenen op adequate gezondheidsbescherming en -bevordering, een schoon en verzorgd lichaam en smakelijke maaltijden, hapjes en drankjes. Dit stelt de norm voor verantwoorde zorg als je kijkt naar het domein Lichamelijk welbevinden. Op het domein lichamelijk welbevinden zijn we in de zorg voor ouderen van oudsher goed thuis. Iedereen uit de veren, gewassen en gekleed, dit doel bepaalde lange tijd in ieder geval een groot deel van het ochtendprogramma in de ouderenzorg.

Veranderingen door het zorgleefplan



Ook de gezondheidsrisico's die horen bij de ouderdom maken onderdeel uit van de expertise van verzorgenden. Deze zorg verandert niet met de komst van het zorgleefplan.

En ook de kennis van gezondheidsrisico's blijft een belangrijk onderdeel van het vak verzorging. Wat wel verandert is de rol van de cliënt hierin.

Centrale vragen binnen dit domein

De vraag: *Wat vindt u belangrijk op het gebied van lichamelijke verzorging?* staat nu voorop. Daarnaast is het ook belangrijk om te kijken hoe lichamelijk verzorging en verpleegtechnische handeling passen in het leven van de cliënt. Kan bijvoorbeeld bij een cliënt voor wie kerkbezoek op zondagochtend erg belangrijk is de wondverzorging 's middags plaatsvinden?

Als je gezondheidsrisico's wilt voorkomen is het zorgleefplan een belangrijk instrument. Het helpt je de cliënt goed te kennen en is een belangrijk instrument in de communicatie met collega's en andere disciplines. Wanneer je de cliënt goed kent kun je beter met hem meedenken hoe je gezondheidsrisico's voorkomt. Je weet bijvoorbeeld dat iemand niet van thee of koffie houdt maar wel van appelsap, hierdoor drinkt je cliënt meer. Je weet bijvoorbeeld dat iemand vroeger veel heeft gewonnen. Het lukt je een vrijwilliger te regelen om wekelijks te gaan zwemmen in het extra warme bad van het verpleeghuis, hierdoor blijft je cliënt mobieler, etc. Bij vraaggericht werken heeft

professionele kennis wel degelijk een plek. De gezondheidsrisico's die je als verzorgende signaleert breng je ter sprake met de cliënt en je zoekt samen naar de hulp en ondersteuning die de cliënt nodig heeft om risico's te voorkomen.

Doelen van de cliënt

Het verschil tussen de oude manier van werken en werken volgens het zorgleefplan wordt duidelijk door de manier van opschrijven. Voorheen ging dit volgens volgorde probleem-doel-actie. Het probleem kon dan zijn: cliënt heeft een beginnende doorligplek op haar stuitje (graad 1 rode huid, niet weg te drukken).

Het doel: Roodheid verdwijnt, plek verergert niet.

Acties

- Mevrouw krijgt uitleg over decubitus.
- Mevrouw krijgt een 'papagaai' zodat zij zich regelmatig kan optrekken.
- Diëtiste inschakelen om samen met mevrouw naar voeding te kijken.

In de nieuwe situatie is het uitgangspunt: hoe brengt u het liefst uw dag door? En wat heeft u daarbij van ons aan zorg- en ondersteuning nodig.

Vraag van de cliënt kan dan zijn: het liefst neem ik deel aan alle activiteiten die er georganiseerd worden (ik ben gewoon een gezelligheidsmens). Omdat de gangen in ons verzorgingshuis zo lang zijn en ik slecht ter been ben doe ik dat het liefst per rolstoel. Kan het geregeld worden dat ik gebracht en gehaald wordt voor activiteiten?

Afspraken (week 1):

- Verzorging overlegt met activiteitenbegeleiding over mogelijkheden van brengen en halen met rolstoel.
- Met mevrouw bespreken wat de risico's zijn van veel zitten, weinig bewegen.
- Attent zijn op signalen van beginnende decubitus.
- Met mevrouw bespreken op welke momenten bewegen voor haar wel mogelijk is en hoe wij daarin kunnen ondersteunen.

Afspraken (week 2):

- Mevrouw ziet de noodzaak van bewegen in. Zij probeert op de afdeling alle kleinen stukjes zoveel mogelijk te lopen. Als zij tijdens een activiteit naar toilet moet, zal zij dit ook lopend doen. Over twee weken evalueren hoe dit gaat.
- Dagelijks tijdens lichamelijke verzorging attent zijn op signalen van decubitus met namen op de stuit. Mevrouw weet dat wij hier naar kijken en stemt hier mee in.
- Wil je meer weten over werken met zorgleefplan en rapporteren? Kijk dan in het downloadcentrum of [lees meer over hoe je werkt met het zorgleefplan](#).

Vraaggericht werken aan lichamelijk welbevinden en enkele nuttige hulpmiddelen



Als je vraaggericht werkt onderzoek je welke behoeftes een cliënt heeft en kijk je welke zorg of ondersteuning daar bij past.

Er zijn verschillende hulpmiddelen die helpen om achter die behoeftes te komen en op die manier werken aan het verbeteren van de kwaliteit van leven.

We noemen er twee:

1. Omgaan met afweergedrag bij eten en drinken van bewoners met dementie

Afweergedrag bij eten en drinken levert in de dagelijkse verpleeghuispraktijk veel problemen op. De richtlijn geeft handvatten om dit afweergedrag te herkennen en samen met de bewoner, collega's en familie te onderzoeken waarom de bewoner eten of drinken afweert. Ten slotte geeft de richtlijn aanbevelingen voor mogelijke interventies.

>> [Omgaan met afweergedrag bij eten en drinken van bewoners met dementie](#) (training)

2. Lesbrief Zorg bij de toiletgang en incontinentie

Functionele incontinentie is incontinentie die geen lichamelijke oorzaak heeft. De cliënt verliest urine omdat hij om welke reden dan ook de toilet niet op tijd kan halen. De lesbrief [Zorg bij de toiletgang en incontinentie](#) van Sting werkt vraaggerichte aan het doel de cliënt zo lang mogelijk een normale toiletgang te laten houden, door achterliggende oorzaken zoveel mogelijk te verhelpen en het bieden van de juiste hulp.

3. Handwijzer Decubitus Preventie

De handwijzer Decubitus Preventie van decubitus is een essentieel onderdeel van goede basiszorg door verzorgenden. De Handwijzer is een vertaling van landelijke richtlijnen en geeft weer waar het bij preventie om draait. Deze handleiding kun je downloaden via de webwinkel van www.sting.nl of via www.zorgleefplanwijzer.nl.

Voor meer informatie en downloads kun je kijken op www.zorgleefplanwijzer.nl.