

# Persbericht

23 mei 2017

---

## ‘Ban de pyjama!’

### Ziekenhuis meet bewegen ouderen

**Patiënten liggen in een ziekenhuis (te) veel op bed en bewegen hierdoor veel te weinig. Dit leidt tot een verminderde conditie, onnodig functieverlies en bij ouderen zelfs tot afname van hun zelfstandigheid. Ziekenhuis Gelderse Vallei is het project BEZIG gestart om patiënten te stimuleren meer te bewegen. Vanaf vandaag is het meten van het beweeggedrag van de oudere patiënten een vast onderdeel van de dagelijkse zorg. Hiermee is het ziekenhuis uniek in Nederland.**

#### **Verlies spiermassa**

Al met één week in bed kunnen patiënten een paar kilo spiermassa verliezen. Het herstel hiervan duurt vele maanden en is meestal niet volledig. Vooral als de patiënt niet veel spiermassa heeft, kan dit gevolgen hebben voor diens zelfstandigheid en verhoogt het de kans op complicaties. Ziekenhuis Gelderse Vallei, met voeding en beweging als speerpunt, wil hier actief wat aan doen. In het project BEZIG, gestart om patiënten te stimuleren meer te bewegen, werken fysiotherapeuten, verpleegkundigen en de geriater samen.

#### **Activiteitenmeter**

Vanaf 23 mei maken activiteitenmeters deel uit van de standaardzorg voor oudere patiënten. Deze meters zijn speciaal afgestemd op de oudere patiënt en registreren ook goed langzame bewegingen. De meter zit tijdens de hele ziekenhuisopname aan de enkel van de patiënt. Patiënten merken er nauwelijks iets van en de gegevens worden automatisch opgevangen en online doorgestuurd naar het elektronisch patiëntendossier. De meters geven patiënten nuttige informatie over hun beweeggedrag zodat ze dat zelf kunnen bijstellen. Iedere patiënt beschikt zo over individueel beweegadvies. Verpleging, artsen en fysiotherapeuten gebruiken de gegevens voor het monitoren van de patiënten. Een bijkomend voordeel van de metingen is dat interventies om het bewegen te stimuleren snel en goed kunnen worden geëvalueerd.

#### **Mobiliteitsschema**

Een voorbeeld van zo'n interventie is het gebruik van mobiliteitsschema's. Deze hangen boven de bedden van de patiënten op de afdeling ouderengeneeskunde. Dit schema laat zien of een patiënt alleen op de kamer of ook op de afdeling, of zelfs in het hele ziekenhuis mag lopen. En ook of de patiënt dat zelfstandig kan of hierbij hulp nodig heeft. Want vaak denken patiënten -onterecht- dat ze niet mogen wandelen of hebben ze geen goed schoeisel bij zich. Ook bezoek weet nu of het veilig is samen met de patiënten op de afdeling of door het ziekenhuis lopen. Nu denken bezoekers nog vaak dat dit niet mag of zij durven het niet.

Door gebruik van het schema en de activiteitenmeters zet het ziekenhuis sterk in op de conditieverbetering van patiënten en het voorkomen van onnodig functieverlies. Een prachtig voorbeeld van online-zorg.

---

#### **Noot voor de redactie:**

Voor meer informatie neemt u contact op met de afdeling communicatie van Ziekenhuis Gelderse Vallei: Tel. (0318) 43 43 23 of 43 57 46.

[Fysiotherapeut Flora Strookappe bevestigt de activiteitenmeter bij mevrouw Kranenburg-Hensen (foto Ernst-Jan Brouwer).

[Fysiotherapeut Flora Strookappe bespreekt de resultaten van de meting met mevrouw Kranenburg-Hensen (foto Ernst-Jan Brouwer)

Ziekenhuis Gelderse Vallei is een groot algemeen ziekenhuis met een belangrijke functie in de uitgestrekte regio rondom Ede. Met spreekuurcentra in Barneveld en Veenendaal en een polikliniek in Wageningen brengen wij de zorg dicht bij mensen.

**Voeding en bewegen zijn de bouwstenen van onze zorg.**

Ziekenhuis Gelderse Vallei levert medische zorg, onderzoek en innovatie. Wij geven patiënten handvatten waarmee zij zelf kunnen bouwen aan een gezonde leefstijl. Hierdoor bieden wij mensen gezondheidswinst voor hun verdere leven. Zij merken dat in het voedingsziekenhuis van Nederland door een uitstekende voedingsservice en goed advies, gebaseerd op de nieuwste inzichten uit (eigen) wetenschappelijk onderzoek. Door voeding (bij voorkeur eiwitrijk) en bewegen onderdeel te maken van onze werkwijze worden behandelingen effectiever, herstelt de patiënt sneller en voelt hij zich beter. Zo draagt onze kennis van gezondheid bij aan een gezondere samenleving.

**Ziekenhuis Gelderse Vallei: Gedreven door kennis. Gericht op gezondheid.**

Ziekenhuis Gelderse Vallei en Wageningen University & Research werken samen in de Alliantie Voeding in de Zorg. De Alliantie Voeding onderzoekt en innoveert en maakt inzichten over voeding persoonlijk toepasbaar in zorg en preventie.