

## Stap 2 Gesprek met oudere en/of mantelzorger

Discipline	Omschrijving	Tools
	<p>Samen beslissen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• proactieve zorgplanning: wensen/noden kwaliteit van leven en zorgbehoefte</li> <li>• risico's inschatten</li> <li>• kwetsbaarheid vaststellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Spinnenweb positieve gezondheid</li> <li>&gt; Het 4Domeinenmodel</li> <li>&gt; Netwerk rond oudere in kaart brengen</li> <li>&gt; Samen beslissen met Topics-SF</li> </ul>
<p><b>Huisartsenpraktijk /Praktijkondersteuner</b></p> <p><b>Wijkverpleegkundige</b></p> <p><b>Verpleegkundig specialist</b></p>	<p>Aandachtspunten voor het gesprek; Oudere benaderen voor gesprek: doel en gewenste voorbereiding (bijvoorbeeld attenderen op mijnpositievegezondheid.nl/ mijnkwaliteitvanleven.nl)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Generiek kompas Samen werken aan kwaliteit van bestaan</li> </ul>
<p><b>Oudere/mantelzorger</b></p>	<p>Vorbereiden op gesprek</p> <p>Gericht op ouderen met migratieachtergrond</p> <p>Gericht op overbelasting mantelzorg</p> <p>Samen beslissen</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>&gt; Vragenlijst Mijnkwaliteitvanleven.nl</li> <li>&gt; Positieve gezondheid</li> <li>&gt; Begin een goed gesprek</li> <li>&gt; Mantelzorg huisartsenpraktijk</li> <li>&gt; Mantelzorg overbelasting herkennen</li> <li>&gt; Zelfcheck mate van belasting mantelzorger d.m.v. 3-minutencheck</li> <li>&gt; Persoonsgerichte zorg, folder Samen beslissen ouderen</li> <li>&gt; Tools voor samen beslissen</li> <li>&gt; Zakkaartje voor samen beslissen</li> </ul>

## Stap 2 Gesprek met oudere en/of mantelzorger (vervolg)

Discipline	Omschrijving	Tools
<b>Sociaal domein</b>		<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; Toolkit wensen behoeften van ouderen</li><li>&gt; Positieve gezondheid</li></ul>
<b>Openbaar apotheker/apotheekteam</b>	<p>Gesprek met oudere/mantelzorger over kwetsbaarheid/risico's m.b.t. medicatiegebruik: behoefte patiënt (bijv. ten aanzien van minderen en stoppen medicatie), zorgen over medicatie, knelpunten in het gebruik, medicatieoptimalisatie n.a.v. signalering risico's</p> <p>Intercollegiaal overleg met huisarts over de farmacotherapie gerelateerde risico's zodat de huisarts het advies van de apotheker mee kan nemen in het gesprek met de patiënt</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>&gt; KNMP-richtlijn Consultvoering</li><li>&gt; MDR Polyfarmacie bij Ouderen</li></ul>
<b>Diëtist</b>	Gesprek met oudere/mantelzorger m.b.t. voeding, zorgen over ondervoeding	

Bij ouderen met een verhoogde kans op kwetsbaarheid wordt de situatie ingeschat aan de hand van een gesprek met de oudere en zo mogelijk met diens mantelzorg. **Proactieve zorgplanning** draagt bij om in elke fase recht te doen aan wat voor de oudere en diens kwaliteit van leven belangrijk is. Dit gesprek kan worden gevoerd door de huisarts, de wijkverpleging of de specialist ouderengeneeskunde. Het is belangrijk dat de oudere en mantelzorg zich goed kunnen voorbereiden op het gesprek. Hierbij is het belangrijk aan te sluiten bij de achtergrond van de oudere en mantelzorg (samen beslissen). Voor verschillende doelgroepen zijn verschillende middelen beschikbaar (zie [schema oudere/mantelzorg](#)).

Doel van dit gesprek is driedelig:

1. nagaan welke mogelijkheden, wensen en noden er zijn m.b.t. kwaliteit van leven en zorg,
2. nagaan welke risico's er zijn bij het ontwikkelen van kwetsbaarheid,
3. gezamenlijk vaststellen of er sprake is van kwetsbaarheid.

De mogelijkheden, wensen en noden worden vastgelegd (en waar mogelijk gedeeld met andere betrokken professionals) en besproken. Indien mogelijk, en wenselijk geacht door de oudere en diens mantelzorg worden acties ingezet door patiënt, mantelzorg, vrijwilligers en professionals. In gezamenlijk overleg wordt besloten over de vervolgstappen.

Indien er risico's zijn op het ontstaan van kwetsbaarheid in de (nabije) toekomst, worden gerichte adviezen gegeven over het voorkomen ervan (valpreventie, voeding,

versterken steunsysteem, sociale zelfredzaamheid, etc.). Waar nodig worden ouderen en mantelzorgers ondersteund in het opvolgen van deze adviezen. Bij al deze ouderen wordt tevens nagegaan of het dossier op orde is m.b.t. de medische voorgeschiedenis en de medicatielijst. Liefst voor iedereen, maar in ieder geval voor de alleenwonende ouderen, worden gegevens van een mantelzorg (naam, 06 nummer) genoteerd. Het is belangrijk om al in dit stadium expliciet toestemming te vragen aan oudere en mantelzorg om gegevens te mogen delen met andere betrokken professionals.

### **Kwetsbaar?**

Indien er sprake is van kwetsbaarheid volgt stap 3.

### **Niet kwetsbaar?**

Is er (op dit moment) geen sprake van kwetsbaarheid, koppel dit terug aan de oudere/mantelzorg en spreek af op welke wijze desgewenst 'de vinger aan de pols' wordt gehouden. Als het signaal vanuit de omgeving van de oudere is gekomen, geef feedback over wat is afgesproken.

Is er sprake van psychosociale problematiek (eenzaamheid, sociaal isolement), overleg dan met de oudere over doorverwijzing naar sociaal werkorganisaties in uw wijk/regio. Kijk of er in uw buurt of wijk gewerkt wordt met sociale interventies voor kwetsbare groepen. Een goed voorbeeld van een psychosociale interventie is [Welzijn op recept](#).

## **Welzijn op Recept<sup>2</sup>**

Welzijn op Recept is een alternatief voor mensen met psychosociale klachten. In plaats van het 'traditionele pilletje' voor te schrijven, verwijst de huisarts deze patiënten door naar een welzijnscoach. Klachten als vermoeidheid, pijn in de nek, maar ook stress, angst en somberheid hebben lang niet altijd een medische oorzaak. Vaak spelen onderliggende sociaal maatschappelijke problemen een rol, zoals overlijden van een partner, verlies van werk, eenzaamheid etc. Via Welzijn op Recept worden patiënten verwezen naar de welzijnscoach.

Welzijn op Recept is in hoge mate ook een vorm van integrale zorg. Integrale zorg is een andere manier van organiseren waarbij de patiënt/inwoner en zijn hele leven centraal staat. Voor Welzijn op Recept betekent dit dat zorg en welzijn nauw met elkaar samenwerken om samen de juiste zorg te kunnen leveren.

Het Zorginstituut Nederland ondersteunt bij het verzamelen van goede voorbeelden van passende zorg. De factsheet [Passende zorgpraktijk Welzijn op recept](#) richt zich o.a. op kwetsbare ouderen.

<sup>2</sup> Bron definitie Welzijn op Recept: Landelijk Kennisnetwerk Welzijn op Recept

### Gesprek met oudere/mantelzorger - voorbereiding

Oudere en mantelzorger kunnen zich voorbereiden op het gesprek door eigen wensen, mogelijkheden en behoeften te expliciteren. Belangrijk is om aan te sluiten op het ervaringsniveau van de oudere.

- Ouderen met een migratieachtergrond: In het kader van het Utrechtse zorgnetwerk NUZO is in samenwerking met NOOM een [vragenlijst](#) ontwikkeld waarmee ouderen zich kunnen voorbereiden op het gesprek. Meer informatie vindt u op [BeterOud](#).
- [Mijnkwaliteitvanleven.nl](#) is een hulpmiddel voor ouderen om hun eigen situatie in kaart te brengen. Dat gebeurt aan de hand van een vragenlijst. Met [mijnkwaliteitvanleven.nl](#) kunnen ouderen zich voorbereiden om keuzes te maken en hun situatie te bespreken met anderen. Het kan ouderen helpen om onder woorden te brengen hoe het met hen gaat en wat van invloed is op hun kwaliteit van leven.
- Werkt de praktijk vanuit het concept positieve gezondheid: [Positieve gezondheid biedt kansen in de ouderenzorg](#).
- [Samen beslissen met kwetsbare ouderen](#), gebaseerd op het artikel 'Model voor gezamenlijke besluitvorming met kwetsbare ouderen' van M. van der Pol et. al, 2017.

### Gesprek met huisarts

Over mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden en effectief communiceren is een proefschrift verschenen ('Show, don't just tell' photo stories to support people with limited health literacy, Ruth Koops van 't Jagt, juli 2018). De fotostrips '[Over praten met je dokter](#)' zijn ontwikkeld voor ouderen (die vaker beperkte gezondheidsvaardigheden hebben) om makkelijker het gesprek met de huisarts aan te gaan.

Pharos heeft verschillende publicaties met betrekking tot laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden.

- [Begrijpelijke voorlichting en beeldverhalen](#)
- [Zorgen doe je samen](#)
- [Checklist mantelzorgoverbelasting](#)

### Informatie voor anderstalige mantelzorgers

Informatie voor mantelzorgers is beschikbaar op [Mantelzorg.nl](#), ook voor anderstalige mantelzorgers (Turks, Arabisch, Mandarijn en Farsi).