



GEZONDE LEEFSTIJL VOORKOMT DEMENTIE

Maar liefst 40 procent van de gevallen van dementie kan voorkomen of uitgesteld worden als mensen gezonder leven. Dit blijkt uit een studie gepubliceerd in wetenschappelijk tijdschrift The Lancet. De onderzoekers schatten in dat wereldwijd één procent van dementie wordt veroorzaakt door overmatig alcoholgebruik op middelbare leeftijd. Drie procent is het gevolg van hersenletsels door ongevallen. Twee procent zou voortkomen uit blootstelling aan luchtvervuiling op latere leeftijd. Vooral de laatste oorzaak wordt onderschat, waarschuwen de onderzoekers. Zij noemen ook de eerder bekende factoren, zoals roken, weinig bewegen, depressie, sterk overgewicht, hoge bloeddruk, diabetes, beperkte scholing, sociaal isolement en gehoorproblemen. Voor deze oorzaken is in veel gevallen extra bewijs gevonden. De onderzoekers zeggen dat er meer initiatieven moeten worden genomen om dementie te voorkomen.

‘Zwachtel bij een cliënt eerst één been, niet beide’

ZWACHTEL JE VOOR DE EERSTE KEER BEIDE BENEN VAN EEN CLIËNT, OMDAT ER VEEL OEDEEM (VOCHTOPHOPING) IN ZIT? DOE DIT DAN EERST BIJ ÉÉN BEEN, OMTE KIJKEN OF HET GOED GAAT.

Dit adviseert Jacobine Melis. Volgens de wond- en compressiespecialist is er een risico op hartfalen (*decompensatio cordis*) als je beide benen van een cliënt moet zwachtelen. ‘Als iemand hartfalen heeft, heeft het hart minder pompkracht. Hierdoor kan iemand kortademig of benauwd raken, want er wordt extra vocht vastgehouden’, legt Melis uit. ‘Wanneer je twee benen met oedeem zwachtelt, gaat het vocht omhoog, richting het hart. Dit kan soms wel tien liter

vocht zijn. Bij hartfalen is het hart hier niet op voorbereid en kan dit fataal aflopen: de cliënt gaat dood.’ Volgens Melis weten zorgverleners van veel cliënten dat ze hartfalen hebben. Om deze reden worden onder meer plastabletten (diuretica) gegeven. ‘Maar van heel veel ouderen is nog niet bekend dat ze hartfalen hebben. Daarom is het zo belangrijk om niet meteen beide benen te zwachtelen. Zwachtel dan eerst één been.’

Wacht vervolgens twee à drie dagen. Check daarna niet alleen de zwachtel, maar ook hoe het met de cliënt zelf gaat, zegt Melis. ‘Dus controleer of je cliënt niet benauwd of kortademig is.’ Het advies om eerst één been te zwachtelen is onder wondexperts een bekende methode, vertelt Melis: ‘Maar deze methode is helaas nog niet opgenomen in de Vilans-protocollen, die meestal worden gevolgd in zorginstellingen. Het zou mooi zijn als Vilans dit oppikt en meeneemt in de richtlijnen.’



Meer nieuws op:
TVTOTAAL.NL

**BLIJF OP DE HOOGTE VAN
NIEUWS EN VAKINFORMATIE!
MELD JE HIER AAN VOOR DE
GRATIS NIEUWSBRIEF!**



7

oktober is de datum waarop Manon Vanderkaa (54) begint als de nieuwe directeur van V&VN. Tot die tijd is zij nog directeur van seniorenorganisatie KBO-PCOB.

BRUILOFT IN CORONATIJD

Annemiek Souwen (80) en Rodney Beddal (74) stapten na 39 jaar eindelijk in het huwelijksbootje. Zij vroeg haar vriend op een wel heel speciale manier ten huwelijk: vanachter het plexiglas van een Amsterdams verpleeghuis, tijdens de lockdown aan het begin van de coronacrisis. Dat deed ze om hem op te beuren, want haar geliefde voelde zich op dat moment gevangen in het verpleeghuis. Hier is hij drie jaar geleden opgenomen vanwege Parkinson. Zelf zit Souwen in een rolstoel omdat ze een nieuwe heup heeft. Een kusje geven ging nog net.



74%

van de mensen met een chronische ziekte heeft een verslechterde gezondheid door de coronacrisis, meldt onderzoeksinstituut Nivel.

50%

van de verkeersododen in 2019 was 60 jaar of ouder, aldus het CBS. Senioren hebben relatief vaak een fietsongeval. De populariteit van de e-bike speelt hierbij een rol.

Maatregelen RIVM gaven onveilig gevoel

Verzorgenden hebben zich door de richtlijnen van het RIVM onveilig gevoeld tijdens de eerste coronagolf. Vermoed wordt dat de richtlijnen gebaseerd zijn op het tekort aan persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM), niet op veilig werken. Dit blijkt uit interviews in actualiteitenprogramma Nieuwsuur. Zo was het niet nodig dat verzorgenden een mondkapje droegen bij een besmette cliënt. Zorgbestuurders en beroepsvereniging V&VN zetten hun vraagtekens bij de richtlijnen. 'Wat mij opviel, is dat ze helemaal niet gebaseerd waren op wetenschappelijke rapporten', vertelt bestuurder Jos de Blok van thuiszorgorganisatie Buurtzorg Nederland. Hans Buijning van brancheorganisatie Zorgthuis.nl denkt dat de richtlijnen vooral voortkwamen uit het grote tekort aan PBM in de verpleging, verzorging en thuiszorg: 'Het ging eigenlijk niet meer om de vraag of je veilig en preventief aan het werk was, maar om de vraag: zijn er voldoende middelen beschikbaar?' Het RIVM ontkent dat de richtlijnen voortkwamen uit de tekorten.

Bekijk de uitzending op www.tvvtotaal.nl. Zoek op 'Nieuwsuur'.



Foto: Patrick Post (ANP)



Foto: Robin van Lonkhuijsen (ANP)

🕒 NACHTWACHT OP TOURNEE LANGS VERPLEEGHUIZEN

Bewoners van het Dr. Sarphatihuis in Amsterdam bewonderen in hun restaurant De Nachtwacht. Het Rijksmuseum bracht het wereldberoemde schilderij deze zomer naar dertig verpleeg- en verzorgingshuizen door heel Nederland. Op elke locatie was het grootste meesterwerk van Rembrandt een week te zien, waarna het doorreisde naar een volgende bestemming.

Elf zorgmedewerkers overleden aan COVID-19

DE JONGSTE ZORGMEDEWERKER OVERLEDEN AAN COVID-19 WAS 45 JAAR. MEER DAN DE HELFT VAN ALLE GEREgistREERDE BESMETTE PERSONEN IS WERKZAAM IN DE ZORG.

Dit meldt het RIVM. De besmette zorgmedewerkers zijn in de leeftijd van 18 tot en met 69 jaar. Van elf is gerapporteerd dat zij zijn overleden. Zij waren tussen de 45 en 69 jaar oud. Van zeven van de overleden zorgmedewerkers is bekend dat zij bestaande gezondheidsproblemen hadden. Het RIVM besloot zorgmedewerkers apart op te nemen in de cijfers, omdat het instituut hierover mediavragen kreeg. Op de Facebookpagina van Tijdschrift voor Verzorgenden menen verzorgenden dat het RIVM hiermee paniek zaait. 'Dat zou kunnen', reageert woordvoerder Harald Wychgel van het RIVM. 'Maar je kunt je afvragen wie er paniek zaait: degene die vraagt om deze cijfers of degene die de cijfers geeft. Wij vinden het belangrijk om transparant en eerlijk te communiceren. Als je hier geheimzinnig over gaat doen, is dat ook raar.'

GRATIS CURSUS LIEFDEVOLLE ZORG

Zorgmedewerkers in de ouderenzorg kunnen de gratis vijfdelige mini-doe-cursus 'Liefdevolle zorg in de praktijk' volgen. Die begint op woensdag 7 oktober. De cursus bevat vijf wekelijkse e-mailnieuwsbrieven die inspiratie, verdieping en praktische handvatten bieden. Medewerkers worden ondersteund met praktische kijk-, doe- en bespreekopdrachten die zij alleen of in teamverband kunnen uitvoeren. Zo bevat elke editie een korte video, doe-opdracht – bijvoorbeeld creatief foto's maken –, bespreekopdracht en verdere verdieping. In elke editie komen de volgende onderwerpen aan bod: aandacht voor liefdevolle zorg, het leren kennen van de bewoner, het bijdragen aan leefplezier, het delen van ervaringen en het omgaan met dilemma's.

Meld je aan op www.leydenacademy.nl. Tik 'liefdevolle zorg' in het zoekvenster.