

Gesprekshandleiding om zelfstandig aan- en/of uittrekken van steunkousen bespreekbaar te maken

Deze gesprekshandleiding kun je gebruiken om met de inwoner in gesprek te gaan over het zelfstandig steunkousen aan- en uittrekken. Het gaat hierbij om inwoners die al langer hulp ontvangen bij steunkousen.

Kernboodschap

Samen houden we de zorg beschikbaar voor wie het écht nodig heeft

De druk op de zorg groeit. Steeds meer mensen doen een beroep op ondersteuning, terwijl het aantal beschikbare zorgprofessionals achterblijft. Daarom kijken we samen hoe we zorg slimmer kunnen organiseren. Eén van de mogelijkheden? Inwoners stimuleren om kleine zorgtaken, zoals het druppelen van ogen of het aantrekken van steunkousen, zelf uit te voeren, wanneer dat kan. Eventueel met een hulpmiddel en instructie. Natuurlijk blijven we er voor mensen die deze handelingen niet zelfstandig kunnen uitvoeren, want wie ondersteuning nodig heeft krijgt dit op een manier die passend is binnen de situatie.

- **Meer mensen voor zorg die er écht toe doet**

Als mensen eenvoudige handelingen zelfstandig uitvoeren, komt er tijd vrij voor inwoners die intensievere of complexere zorg nodig hebben.

- **Toegankelijke zorg, nu én in de toekomst**

Door samenwerking in de hele zorgketen, van ziekenhuis tot huisarts, apotheek en wijkverpleging, maken we zorg toekomstbestendig.

- **Versterkt zelfvertrouwen en zelfstandigheid**

Voor veel mensen betekent zelf kunnen handelen meer vrijheid en regie in het dagelijks leven. Een kleine handeling kan veel opleveren.



Gesprekhandleiding om zelfstandig aan- en/of uittrekken van steunkousen bespreekbaar te maken

Voorbeeld zinnen die je kunt gebruiken met de inwoner

- Tegenwoordig leren we onze inwoners de steunkousen zelf aan- en uit te trekken met een hulpmiddel. Doordat er veel verschillende hulpmiddelen zijn, lukt het mensen om zelf steunkousen zelf aan -en uit te trekken.
- We merken dat veel mensen dit kunnen met het juiste hulpmiddel.
- We willen met u onderzoeken of u dit ook zelfstandig kunt. Wij zijn ervan overtuigd dat u dit ook zelfstandig kunt met een hulpmiddel.
- We vragen u om een afspraak met de ergotherapeut te maken om het juiste hulpmiddel te bepalen.
- Het is handig als hierbij een naaste aanwezig is.
- Als het hulpmiddel wordt geleverd, oefent u met de wijkverpleegkundige of uw naaste totdat u het zelf kunt.

Eerste keer bespreken

- Vertel dat inwoners die tegenwoordig nieuw starten met steunkousen deze heel vaak zelf kunnen aan- en uittrekken met een hulpmiddel.
- Geef voorbeelden van inwoners waarbij dit is gelukt, bij voorkeur verhalen die aansluiten bij de situatie van de inwoner.
- Vertel dat jij en je collega's verwachten dat de inwoner dit ook kan leren.
- Toon begrip dat de inwoner het misschien niet prettig vindt als de zorg van de wijkverpleegkundige stopt.
- Toon begrip voor eventuele twijfels van de inwoner (dat kan ik niet zelf) en deel succesverhalen.
- Laat de flyer 'Zelfstandig steunkousen aan- en/of uittrekken' achter.



Gesprekhandleiding om zelfstandig aan- en/of uittrekken van steunkousen bespreekbaar te maken

Wat levert het de inwoner op?

Voor iedere inwoner is er een ander argument dat aan zal spreken. Bedenk goed welk argument bij welke persoon het beste aan zal sluiten en leg de nadruk op dat argument. Hieronder volgen een aantal opties:

- De inwoner kan de steunkousen aan- en uittrekken op tijdstippen wanneer het hem of haar uitkomt. Dit geeft meer vrijheid voor de invulling van de dag. De inwoner hoeft niet meer te wachten en hoeft ook voor vakanties niets meer te regelen. Dit is belangrijk voor de autonomie en eigenwaarde.
- Wat een inwoner zelf kan, houdt hem/haar sterker. Actief blijven, zowel fysiek als mentaal, draagt bij aan gezondheid en zelfvertrouwen.
- Er is een tekort aan zorgpersoneel en de vraag naar zorg neemt toe. Daarom kijken we kritisch naar de zorg die we bieden en de manier waarop we dit doen. Dit betekent dat we keuzes moeten maken en dat we waar het mogelijk is op een andere manier gaan werken. Zodat we zorg kunnen blijven bieden aan de kwetsbare mensen die het écht zelf niet meer kunnen.
- Uw naasten betrekken is waardevol voor iedereen. Samenwerken met naasten creëert positieve verbinding. Door samen te kijken naar een oplossing, blijft een inwoner regie houden en wordt de band met naasten versterkt.
- Steunkousen aan- en uittrekken is voor wijkverpleegkundigen belastend voor de polsen. Als inwoners dit zelf kunnen, ontlast het de wijkverpleegkundigen, waardoor zij minder kans op uitval hebben.

Afspraak met ergotherapeut

- Vertel dat een ergotherapeut naar de specifieke situatie en mogelijkheden van de inwoner kijkt en dan het juiste hulpmiddel bepaalt.
- Vraag of de inwoner een afspraak met een ergotherapeut wil maken.
- Vertel hoe en waar dat kan.
- Adviseer dat er (indien mogelijk) een naaste aanwezig is bij deze afspraak.
- Als het bijdraagt aan de acceptatie en vertrouwen, bied dan aan aanwezig te zijn bij de afspraak met de ergotherapeut.
- Benadruk dat je blijft komen totdat de inwoner het zelf kan.

Gesprekhandleiding om zelfstandig aan- en/of uittrekken van steunkousen bespreekbaar te maken

Hulpmiddel leren gebruiken

- Blijf positief en vol vertrouwen dat het gaat lukken.
- Zorg dat je samen met je collega's dezelfde boodschap hierover uitdraagt.
- Vertel dat de ergotherapeut het hulpmiddel heeft gekozen dat het beste past bij de mogelijkheden van de inwoner.
- Vertel dat je bij de inwoner blijft komen tot deze de steunkousen zelf aan- en/of uit kan trekken. Vertel dat als het echt niet lukt, de zorg niet zal stoppen.
- Betrek waar mogelijk een naaste die kan helpen om het hulpmiddel te gebruiken.

Antwoorden bij tegenargumenten

De verwachting is dat sommige inwoners ook tegenargumenten gaan gebruiken, omdat ze graag in zorg blijven. Hieronder de meest verwachte tegenargumenten en antwoorden die je zou kunnen geven als 'tegengas'.

“Ik heb recht op zorg, heb er altijd voor betaald, dus jullie moeten blijven komen.”

Wijkverpleegkundigen zijn schaars. Daarom bepaalt de wijkverpleegkundige hoe zij de wijkverpleegkundigen zo goed mogelijk in kunnen zetten. Niemand heeft recht op zorg als mensen het zelf kunnen.

“Ik vind het belangrijk dat de zorg blijft komen, om een oogje in het zeil te houden bij mijn moeder.”

Dat is begrijpelijk. Echter deze luxe is er niet meer. Er is schaarste. Er komen steeds meer (oudere) mensen met zorgvragen en steeds minder mensen die in de zorg werken. We hebben de keuze niet meer om zorg ergens in te zetten waar het niet persé nodig is. Mogelijk kan 'het oogje in het zeil houden' ook op een andere manier worden opgelost, bijvoorbeeld met een vrijwilliger of een buurman of buurvrouw. Wij kunnen met u kijken naar een oplossing hiervoor.



Gesprekhandleiding om zelfstandig aan- en/of uittrekken van steunkousen bespreekbaar te maken

“Ik kan het niet zelf, dat weet ik zeker.”

Daarom gaan we het ook samen doen. De ergotherapeut bekijkt wat er mogelijk is voor u. Als u wil, kan ik daar bij zijn. Deze kan een hulpmiddel selecteren waarmee u het zelf kunt. Dat kan bijvoorbeeld ook alleen voor het uittrekken zijn. Ik blijf bij u komen, net zo lang totdat u het zelf kan. Lukt dit écht niet, dan stoppen we niet met de zorg.

“En als het nu lukt, maar over een week niet meer. Wat dan?”

Dan komt de wijkverpleegkundige weer bij u langs om te bepalen wat nodig is. Als het zelf niet lukt, wordt de zorg opnieuw opgestart.

“Moet ik het hulpmiddel of de ergotherapie zelf betalen?”

Nee, hulpmiddelen en ergotherapie vallen onder de basisverzekering. Wel is er sprake van aanspreken van het eigen risico.

Algemene tips

- Je kunt ervoor kiezen, het bovenstaande gesprek in tweeën te splitsen. In een eerste gesprek geef je algemene informatie en laat je informatie achter. In een tweede afspraak ga je het gesprek hierover aan.
- Het kan voor professionals die al jaren bij een inwoner komen lastig zijn om aan te kaarten. Misschien dat het helpt als een collega van buiten het team dit bespreekbaar maakt. Als ‘boodschapper’, namens de organisatie.
- Maak afspraken met een vaste ergotherapeut die kan worden ingeroepen voor dergelijke afspraken.
- Je kunt vragen of de inwoner het goed vindt als een ergotherapeut mee komt met het zorgmoment en kan laten zien wat mogelijk is. Dat helpt wellicht in de laagdrempeligheid.
- Laat de flyer ‘Zelfstandig steunkousen aan -en uittrekken’ achter of laat wat filmpjes zien, zodat mensen een gevoel krijgen wat het inhoudt om steunkousen zelf aan te doen.
- Ga met collega's het gesprek aan hoe zij het aanpakken. Wissel daarin tips uit.
- Zorg ook dat je als team op één lijn komt. Het is vervelend voor zowel inwoner als collega's als de boodschap steeds anders is.



Gesprekhandleiding om zelfstandig aan- en/of uittrekken van steunkousen bespreekbaar te maken

- Betrek waar nodig ook andere professionals die bij de inwoner komen, zodat ook zij dezelfde boodschap uitdragen. Denk hierbij aan huishoudelijk hulp of andere paramedici.
- Deze nieuwe aanpak biedt voor jezelf ook voordelen. Het ontziet je polsen en is daardoor ook de moeite waard om uit te gaan proberen.

