



Het doel van alle innovaties is meedoen en zelfstandigheid, zodat patiënten zich in hun eigen omgeving weer kunnen redden en hun dagelijks leven weer kunnen oppakken.

Regie op je leven dankzij revalidatie

Focus
Wanneer we denken aan **revalidatie** denken we vaak aan praktische zaken bij mensen met ingewikkelde problemen na bijvoorbeeld een hersenbloeding, dwarslaesie of spierziekte. Opnieuw leren lopen of praten na een ongeluk of operatie bijvoorbeeld. Innovaties helpen daarbij.

Tekst: Marjon Kruijs
Foto's: Inge Hondebrink

Revalidatie gaat niet alleen om het lichamelijke herstel, maar vooral over het weer meedoen in de maatschappij. “We kijken samen met patiënten hoe we hen zo ver mogelijk kunnen brengen zodat ze thuis en in de maatschappij zelfstandig en vooral naar eigen wens kunnen functioneren”, vertelt Martijn Klem, directeur van Revalidatie Nederland. “Kun je zelfstandig eten, boodschappen doen of bijvoorbeeld mensen bezoeken? Revalidatie is echt gericht op participatie. Om onze patiënten steeds beter te ondersteunen, zetten we vol in op innovaties in de organisatie en de behandelingen.”

Door de toenemende vergrijzing en de verregaande digitalisering veranderen de maatschappij en de zorg. “Steeds vaker moeten mensen het met elkaar in hun eigen omgeving oplossen, zodat niet alle vragen in de zorg terechtkomen”, stelt Annette van Kuijk, revalidatiearts en voorzitter van

de Nederlandse Vereniging voor Revalidatieartsen. “De hulpvraag groeit, terwijl de handen en het geld niet meegroeien. Als je de zorg in de toekomst toegankelijk wilt houden voor iedereen die dat echt nodig heeft, dan zal je niet alleen moeten samenwerken met bijvoorbeeld andere revalidatie-instellingen, ziekenhuizen, huisartsen en fysiotherapeuten, maar ook met gemeenten, en de patiënten zelf. Zo kunnen we ervoor zorgen dat mensen in hun eigen omgeving tot hun recht kunnen komen.”

Revalidatie stopt namelijk niet bij de behandeling, vult Klem aan. “Je hebt er niets aan als je na een mooie behandeling in het revalidatiecentrum aankomt op een werkplek waar niets voor je geregeld is. De manier waarop

revalidatie vormgegeven wordt, sluit aan bij een algehele tendens die we nu in de zorg zien, namelijk dat patiënten meer zijn dan alleen een diagnose. Er moet niet alleen gekeken worden naar de zorg,

Revalidatieartsen hanteren een holistische aanpak en kijken naar de mens en niet alleen naar de aandoening.

maar ook naar preventie en wat er gebeurt nadat de zorg verleend is.” Van Kuijk sluit zich daar bij aan. “Revalidatieartsen hanteren een holistische aanpak en kijken naar de mens en niet alleen naar de aandoening. We werken met

een interdisciplinair revalidatieteam met bijvoorbeeld een fysiotherapeut, ergotherapeut, maatschappelijk werker, psycholoog en logopedist. We kijken samen met de patiënt naar wat deze wil en hoe we dat samen kunnen realiseren.”

Een revalidatiearts heeft daarom niet alleen kennis van het lichaam, maar wordt ook opgeleid om het zorgtraject te organiseren en te ondersteunen. “Het revalidatieteam kan anderen in stelling brengen en het overzicht houden”, vertelt Klem. “Neem bijvoorbeeld het stellen van doelen in de kinderrevalidatie. Dat klinkt heel simpel, maar dat is echt maatwerk van ouders en arts. Wil je bij een jong kind alles op alles zetten om te leren lopen, of wil je eerst met zijn handmotoriek aan de slag? En als het

kind dan stappen kan zetten, wil het dan ook sporten? En welke sport dan? En waar en met welke aanpassingen? Dat zijn allemaal vragen die het kind en de ouders samen met de revalidatiearts bespreken.”

Vervolgens wordt er een plan opgesteld om dat te realiseren. “We willen het liefste dat kinderen gewoon meegenomen worden in het clubje in de buurt”, vertelt Van Kuijk. “Want dat is het beste voor hun ontwikkeling. Dat betekent dat wij als revalidatieteam met trainers om de tafel moeten om te kijken wat de mogelijkheden zijn. Is er bijvoorbeeld een mogelijkheid voor RaceRunning (rennen of lopen met een driewielig loopframe zonder pedalen en met borststeun en stuur, red.) bij de atletiekvereniging? En wat hebben trainers nodig om dit te doen? Wij halen kinderen niet naar ons toe, maar brengen de nodige kennis over naar de trainers zodat zij weten hoe ze met de kinderen om moeten gaan. Naast betrokkenheid bij patiënten zelf zorgen we dus ook voor een omgeving waarin ze kunnen meedoen.”

Momenteel worden er vele innovaties gerealiseerd om dit waar te maken, stellen Van Kuijk en Klem. “Dat kan gaan om ingewikkelde loop-hulpmiddelen waardoor een patiënt met een dwarslaesie weer kan lopen en weer naar buiten kan gaan, maar ook over kleinere dingen die voor de patiënt van grote waarde zijn. Denk aan een website voor jongeren die een deel van één arm of hand missen

sinds hun geboorte of door een ziekte of ongeluk. Zij vinden op een online platform lotgenoten waarmee ze ervaringen kunnen uitwisselen. Dat is enorm waardevol”, vertelt Van Kuijk. “Innovaties gaan dus over techniek en behandelinhoud, maar ook over hoe we de zorg organiseren en hoe we dat in netwerken kunnen vormgeven.”

Het doel van alle innovaties is meedoen en zelfstandigheid, zodat patiënten zich in hun eigen omgeving weer kunnen redden. Dat maakt de zorg ook efficiënter. “Denk bijvoorbeeld aan beeldbellen met de arts en zelfmonitoring via apps”, vertelt Klem. “Patiënten hoeven hierdoor niet onnodig naar de arts toe wanneer het eigenlijk goed met ze gaat. En ze kunnen meteen aan de bel trekken als dat niet het geval is. Uiteindelijk leer je thuis het meest, dus hoe eerder patiënten veilig naar huis kunnen, hoe beter.” En het geeft ook nieuwe inzichten, vertelt Van Kuijk. “Met beeldbellen krijg je als arts een inkijkje in de eigen omgeving van de patiënt. Soms zie je dan dingen, bijvoorbeeld in de opstelling van de woonkamer, waardoor duidelijk wordt waarom het thuis minder vlot gaat dan verwacht. Dat soort kleine dingen kunnen enorm waardevol zijn voor een passende behandeling. Innovaties zijn dus niet alleen nuttig voor de patiënt, maar ook voor de arts en daardoor maken ze de zorg beter en efficiënter.”



Revalidatie is gericht op participatie.

De wereld op zijn kop bij Tolbrug Revalidatie

Partner Content
Tolbrug Revalidatie

Bij Tolbrug Revalidatie in Den Bosch staan alle behandelaars tussen de revalidanten op de kliniek. Geen planningen en roosters en vooral geen halfuurtjes therapie meer, maar écht samenwerken met revalidanten om goed voorbereid naar huis terug te keren. Deze innovatieve werkwijze is gebaseerd op de uitgangspunten van Revalideren is Leren van Rehab Academy. "Het levert een boeiende dynamiek op."

Inge Vuijk is medeoprichter van Rehab Academy en één van de grondleggers van Revalideren is Leren, waarin haar kennis van specialistische revalidatie en onderwijs samenkomen. Zij kent tal van mensen die soms jaren na hun revalidatie nog steeds moeite hebben om de draad van hun leven weer op te pakken. "Ze zijn in hun revalidatie aan de hand genomen, waardoor ze beperkt inzicht gekregen hebben



Fotograaf: Inge Hondebrink

en te weinig handvatten om zelf keuzes te leren maken. Eenmaal thuis krijgen ze onvoldoende grip op het leven en lopen vast. Revalideren is Leren staat voor sturen op het leerproces. Mensen leren al tijdens hun revalidatie om een actieve rol te nemen. Tolbrug Revalidatie is het eerste revalidatiecentrum in Nederland dat de principes van deze werkwijze doorvoert in de klinische en binnenkort ook de poliklinische revalidatie.'

Mens tot mens

De continue aanwezigheid van de behandelaars in de kliniek stimu-

leert revalidanten om zelf in actie te komen en niet af te wachten.

Tijs Veen is maatschappelijk werker bij Tolbrug. Hij start zijn dag altijd in de woonkamer van de kliniek. "We drinken samen koffie en ik vraag revalidanten hoe het gaat, wat hun plannen zijn voor deze dag. Als iemand mij wil spreken, dan zoeken we een rustig plekje op, of we plannen een moment later op de dag. Mijn aanwezigheid betekent dat iemand met mij kan praten wanneer hij daar behoefte aan heeft en niet hoeft te wachten tot het moment dat hij is ingepland

in mijn agenda, zoals we dat jaren hebben gedaan."

"De relatie is niet langer behandelbaar-patiënt maar mens tot mens. Dat dit echt een verschil maakt, was kort na de start in maart vorig jaar al merkbaar", vertelt Annette van Kuijk, medisch directeur van Tolbrug. "Revalidanten voelen zich als mens gehoord en waarderen dat enorm. Daardoor staan ze eerder open om te horen dat hun situatie niet meer beter wordt. Dit inzicht vormt weer de basis voor het stellen van doelen, waarbij ze medeverantwoordelijk voelen voor het behalen ervan."

Leerproces is leidend

Revalidanten worden bijgestaan door een van de negen revalidatiecoaches van Tolbrug. Samen onderzoeken ze wat er nodig is om snel en goed naar huis terug te keren. Het leerproces is hierin leidend. Tijs Veen coacht vier tot zes revalidanten. "Ik ben vrij informeel en daag mensen graag uit. Dat kan best wel eens confronterend zijn, soms schuurt het en dan krijg je vanzelf een reactie van de ander. Bijvoorbeeld boosheid. Die probeer ik dan weer om te buigen in energie. Bij de een geef ik iets meer gas, bij de ander trap ik juist meer op de rem. Revalidanten leren van ons en wij van hen."

En ze leren van elkaar. De nieuwe setting biedt revalidanten de ruimte

De Tolbrug-aanpak vraagt om een set nieuwe vaardigheden en anders denken van de behandelaars.

en tijd om samen te oefenen, bijvoorbeeld met bewegen, spreken, lopen. Trainingen vinden nu vaak in groepen plaats. "Daarnaast zien we revalidanten tussendoor samen oefenen. Het levert een hele boeiende dynamiek op. Uniek en effectief. Want dat betekent dat ze zich ook los van de professionals blijven verbeteren. Het maakt ze weerbaarder en beter voorbereid op de terugkeer naar huis," aldus Inge Vuijk.

De Tolbrug-aanpak vraagt om een set nieuwe vaardigheden en anders denken van de behandelaars. Principes als 'niet praten over, maar praten met' of 'van zorgen voor naar zorgen dat' vormden een grote uitdaging. Met coaching en ondersteuning van Rehab Academy hebben alle behandelaars de handschoen opgepakt. Van Kuijk: "Niet alleen de revalidanten boeken goede resultaten, ook het behandelteam komt met meer plezier naar het werk. Er is nieuwe energie in het centrum!"



Fotograaf: Inge Hondebrink