


Alumni event 19 April 2018

Training van ouderen na ziekenhuisopname



Angelique Hout – Heinen, MSc.
Jesse Aarden, MSc.

Programma

1. Opening en doelstelling
2. Presentatie en Kahoot quiz
3. Brainstorm over relevante aspecten rondom 'training van ouderen na ziekenhuisopname' aan de hand van flappen
4. Afsluiting en vervolg

Opening en doelstelling

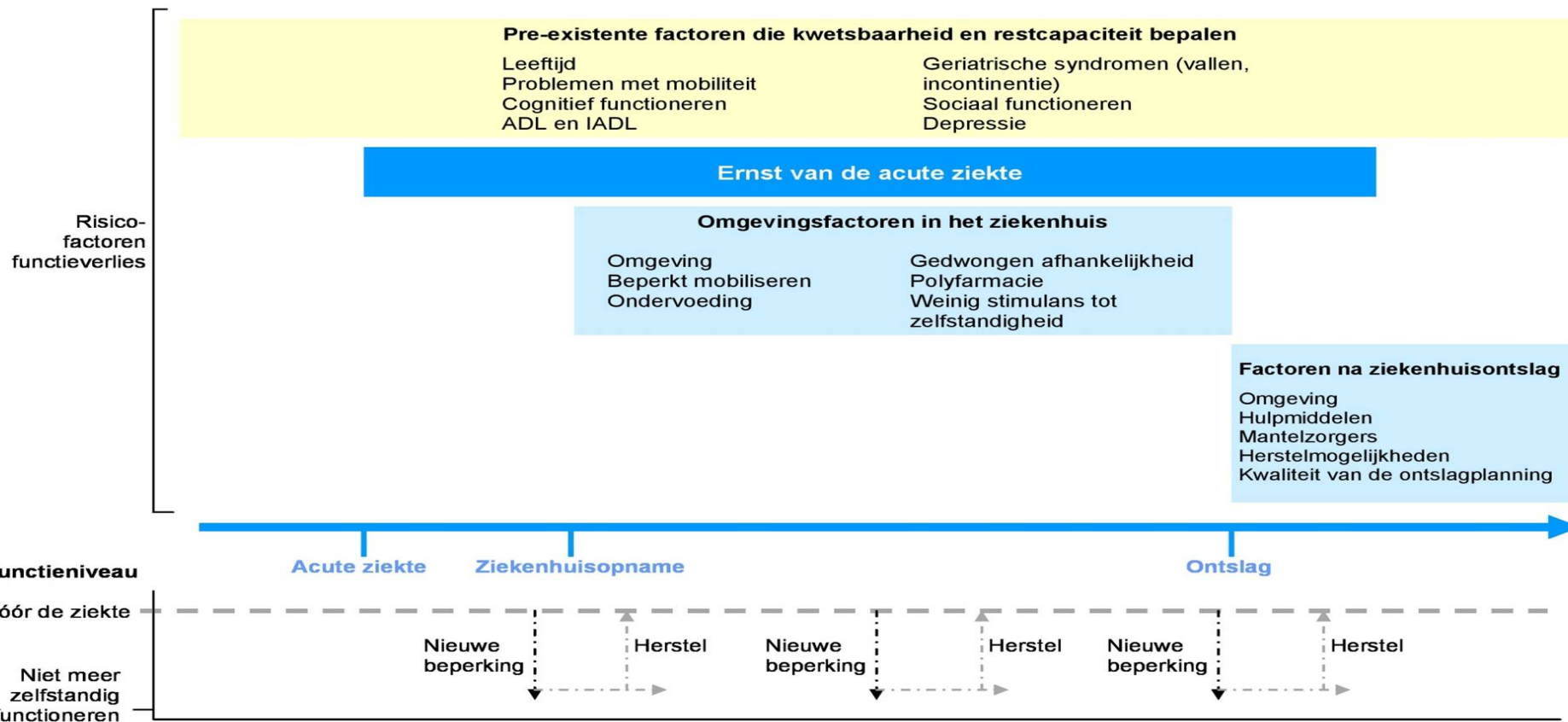
Doelstellingen:

- Kennis delen aan de hand van onderzoeken HvA – AMC
- Behoeft peilen voor vervolg scholing

Presentatie en Kahoot quiz

Korte introductie onderzoek Hospital ADL
Kahoot quiz
Toelichting op antwoorden

Factoren die bijdragen aan ziekenhuis-gerelateerd functieverlies



Covinsky et al., 2011

STUDY PROTOCOL

Open Access



Unravelling the potential mechanisms behind hospitalization-associated disability in older patients; the Hospital-Associated Disability and impact on daily Life (Hospital-ADL) cohort study protocol

Lucienne A. Reichardt¹, Jesse J. Aarden^{2,3}, Rosanne van Seben¹, Marike van der Schaaf^{2,3}, Raoul H. H. Engelbert^{2,3}, Jos A. Bosch⁴, Bianca M. Buurman^{1,3*} and on behalf of the Hospital-ADL study group

Doel studie

Mechanisme dat ten grondslag ligt aan functieverlies verder ontrafelen met als doel betere interventies te ontwikkelen die herstel in functioneren bevorderen

Design Hospital-ADL studie

- Multicenter: 6 ziekenhuizen
 - AMC, Tergooi Blaricum, Isala, BovenIJ ziekenhuis, MC Slotervaart, Meander MC
- Longitudinaal
 - minimaal 5 meetmomenten
- Prospectief
 - begin oktober 2015 - heden
- Cohort
 - totaal 401 patiënten









Mobiel geriatrieteam met vaste kern van 6 mensen, met daarbij:

- Circa 20 studenten die huisbezoeken uitvoerden
- Circa 4000 metingen uitgevoerd bij 401 ouderen

Inclusie- en exclusiecriteria

- Inclusie:
 - 70 jaar en ouder
 - Acut opgenomen op de afdeling interne geneeskunde, cardiologie of geriatrie voor meer dan 48 uur
 - Nederlands kunnen verstaan en spreken
- Exclusie:
 - Levensverwachting ≤ 3 maanden
 - MMSE < 15 of delier
 - Te ziek om deel te nemen
 - Beperkingen in alle 6 basisactiviteiten (Katz-6)

Procedure

	Tijd	Inhoud	Locatie
1	≤48u na opname	<ul style="list-style-type: none"> • CGA (cognitief, functioneel, sociaal, somatisch, zorggebruik) • Fysieke testen & fitbit • Bloed (2x) 	
2	Tijdens opname	<ul style="list-style-type: none"> • Verkort CGA • Fysieke testen & Fitbit 	
3	Ontslag	<ul style="list-style-type: none"> • CGA (cognitief, functioneel, sociaal, somatisch, zorggebruik) • Fysieke testen & Fitbit 	
4	1 mnd na ontslag	<ul style="list-style-type: none"> • CGA (cognitief, functioneel, sociaal, somatisch, zorggebruik) • Fysieke testen 	
5	2 mnd na ontslag	<ul style="list-style-type: none"> • CGA (functioneel, psychisch, somatisch, zorggebruik) 	
6	3 mnd na ontslag	<ul style="list-style-type: none"> • CGA (cognitief, functioneel, sociaal, somatisch, zorggebruik) • Fysieke testen 	

Patiëntkarakteristieken

Ziekenhuis

AMC Amsterdam	28%
BovenIJ ziekenhuis Amsterdam Noord	26%
Tergooi Blaricum	20%
Slotervaart MC Amsterdam	15%
Meander MC Amersfoort	8%
ISALA Zwolle	4%

Geslacht

Man	52%
-----	-----

Leeftijd

Gemiddelde (range)	80 (70-99)
--------------------	------------

Burgerlijke staat

Gehuwd/Samenlevend	51.8%
--------------------	-------

Woonsituatie

Zelfstandig met anderen	48%
Aanleunwoning	10%
Verzorgingshuis/Verpleeghuis	6%

Kahoot quiz

1. Pak de mobile telefoon, tablet of computer
2. Open browser
3. Ga naar kahoot.it
4. Vul game pin nummer in (komt op het scherm)
5. Kies een duidelijk naam
6. Doe mee met de quiz! Succes.

Op basis van welke aspecten wordt sarcopenie vastgesteld volgens EWGSOP?

A.J. Cruz-Jentoft et al.

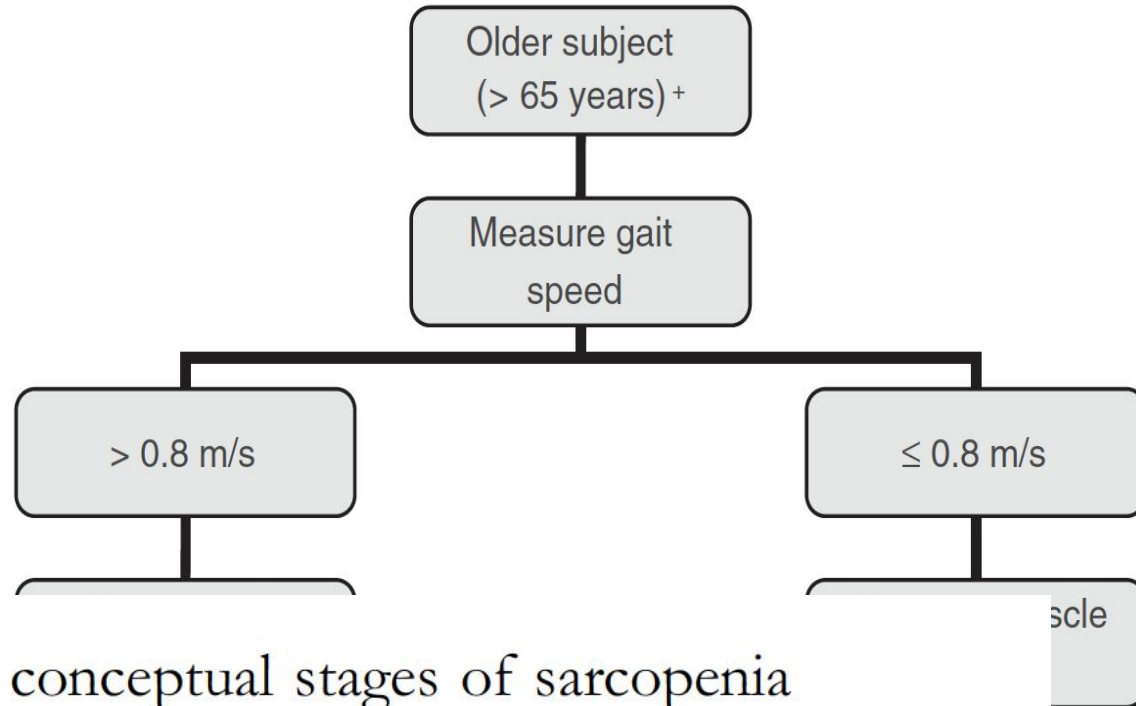
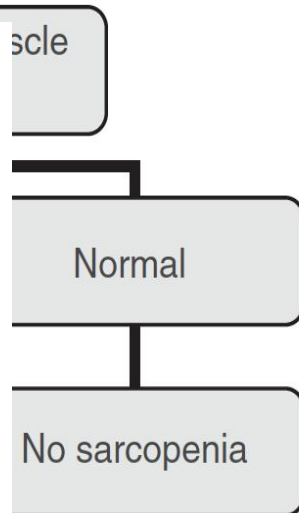


Table 3. EWGSOP conceptual stages of sarcopenia

Stage	Muscle mass	Muscle strength	Performance
Presarcopenia	↓		
Sarcopenia	↓	↓	Or ↓
Severe sarcopenia	↓	↓	↓



Age and Ageing 2014; **43**: 748–759

doi: 10.1093/ageing/afu115

Published electronically 21 September 2014

© The Author 2014. Published by Oxford University Press on behalf of the British Geriatrics Society.

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution

License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), which permits unrestricted reuse, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

SYSTEMATIC REVIEWS

Prevalence of and interventions for sarcopenia in ageing adults: a systematic review. Report of the International Sarcopenia Initiative (EWGSOP and IWGS)

ALFONSO J. CRUZ-JENTOFT¹, FRANCESCO LANDI², STÉPHANE M. SCHNEIDER³, CLEMENTE ZÚÑIGA⁴, HIDENORI ARAI⁵, YVES BOIRIE⁶, LIANG-KUNG CHEN⁷, ROGER A. FIELDING⁸, FINBARR C. MARTIN⁹, JEAN-PIERRE MICHEL¹⁰, CORNEL SIEBER¹¹, JEFFREY R. STOUT¹², STEPHANIE A. STUDENSKI¹³, BRUNO VELLAS¹⁴, JEAN WOO¹⁵, MAURO ZAMBONI¹⁶, TOMMY CEDERHOLM¹⁷

Functional Impact of 10 Days of Bed Rest in Healthy Older Adults

Patrick Kortebein,^{1,2} T. Brock Symons,³ Arny Ferrando,¹ Douglas Paddon-Jones,⁴
Ola Ronsén,^{4,5} Elizabeth Protas,⁴ Scott Conger,⁶
Juan Lombeida,¹ Robert Wolfe,¹ and William J. Evans^{1,2}

¹University of Arkansas for Medical Sciences, Little Rock.

²Central Arkansas Veterans Healthcare System, Little Rock.

³University of Kentucky, Lexington.

⁴University of Texas Medical Branch, Galveston.

⁵Norwegian Olympic Sports Center, Oslo, Norway.

⁶Georgia Institute of Technology, Atlanta.

Background. Many older individuals decline functionally during hospitalization, and the deleterious consequences of bed rest may be one cause. This study reports on the effect of 10 days of bed rest on multiple functional parameters in healthy older adults.

Methods. Healthy older men and women ($n = 11$, 67 ± 5 years old) remained on bed rest for 10 days continuously, and consumed a eucaloric diet providing the Recommended Dietary Allowance for protein. Measures of lower extremity strength and power, aerobic capacity and physical performance, as well as physical activity were performed before and after bed rest.

Results. All measures of lower extremity strength were significantly lower after bed rest including isotonic knee extensor strength ($-13.2 \pm 4.1\%$, $p = .004$) and stair-climbing power ($-14 \pm 4.1\%$, $p = .01$). Maximal aerobic capacity was 12% lower after bed rest ($p = .04$), whereas measures of physical performance (Short Physical Performance Battery, and a five-item physical performance test) were not significantly different. Voluntary physical activity decreased after bed rest, and the percentage of time spent inactive increased ($7.6 \pm 1.8\%$, $p = .004$). There were no medical complications.

Welk percentage v/d ouderen is binnen 3 maanden heropgenomen in het Hospital ADL onderzoek?

Skip

14



0
Answers



Wat is er beschreven in de literatuur over exercise interventie voor ouderen met sarcopenia?

11

Kahoot!

Skip


0
Answers

DOI: 10.1111/ajag.125

Check
update

Review Article

Exercise interventions in healthy older adults with sarcopenia: A systematic review and meta-analysis

Lara Vlietstra  and Wendy Hendrickx

Physical Therapy Sciences, Program in Clinical Health Sciences,
University Medical Center Utrecht, Utrecht, The Netherlands

Debra L Waters

Department of Medicine; and School of Physiotherapy, University of
Otago, Dunedin, New Zealand

However, the existing evidence is based on populations of differing ages. The inconsistent findings limit our understanding. There is currently insufficient evidence to enable definitive exercise intervention recommendations to be made.

Wat is de aanbevolen hoeveelheid eiwit per dag voor ouderen is?

- **voorbeeld lunch 32,6 gram eiwit**

2 sneeën Bruin brood a 50 gram: 9 gram

2 x kaas 30+ (1 snee: 20 gram): 13,6 gram

1 bekerc halfvolle melk a 250 ml: 10 gram

Skip

15

0

Vereniging Diëtisten Geriatrie en Ouderen 2016

Voedingsadviezen

Eiwit ; 1.2 – 1.5 g/ kg huidig lichaamsgewicht per dag

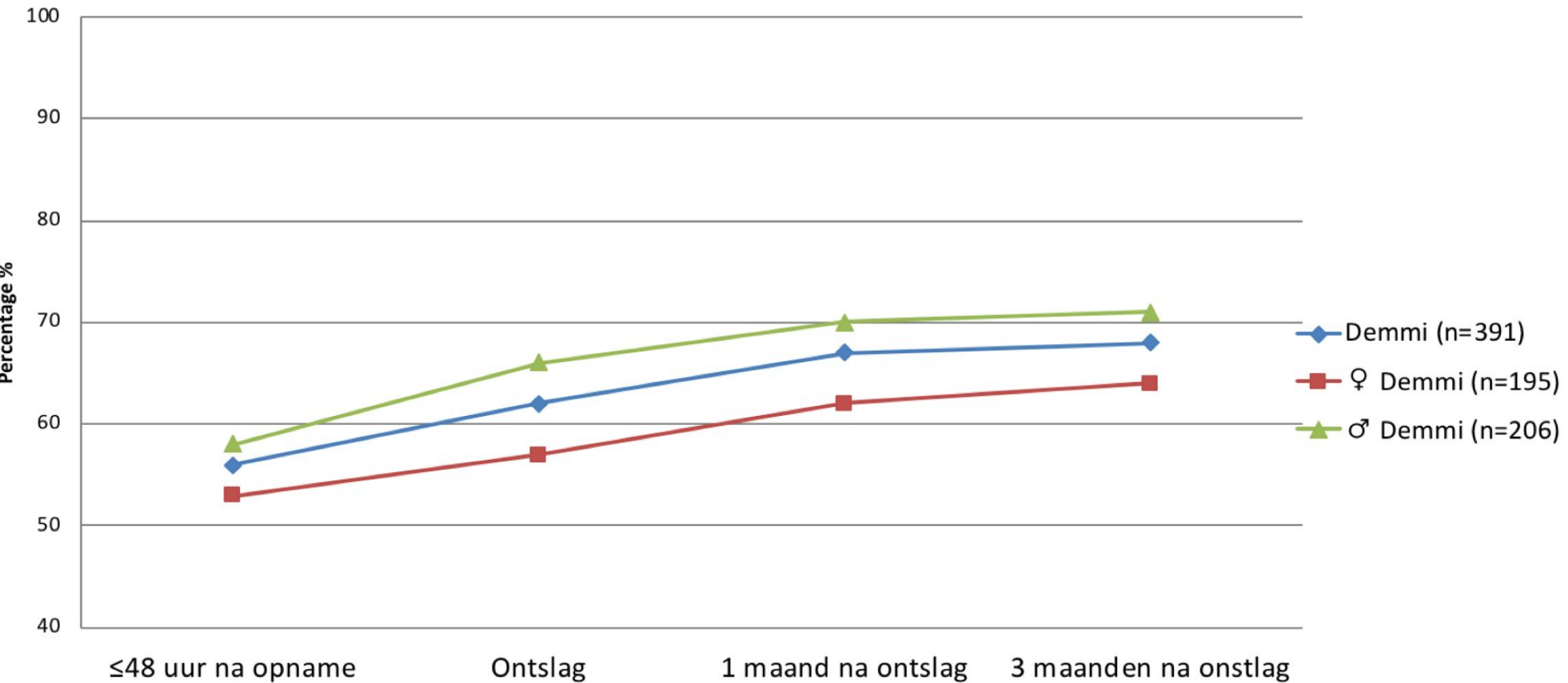
Met aandacht voor:

- Gelijke hoeveelheden eiwit verdeeld over de drie hoofdmaaltijden (streven naar + 25g eiwit per maaltijd)

Wat gebeurt er met de mobiliteit van opname tot 3 maanden na ontslag (groepsniveau)?

Beloop mobiliteit van ziekenhuisopname tot 3 maanden na ontslag

Beloop van mobiliteit (n=391)



Longitudinale relatie spierkracht en mobiliteit

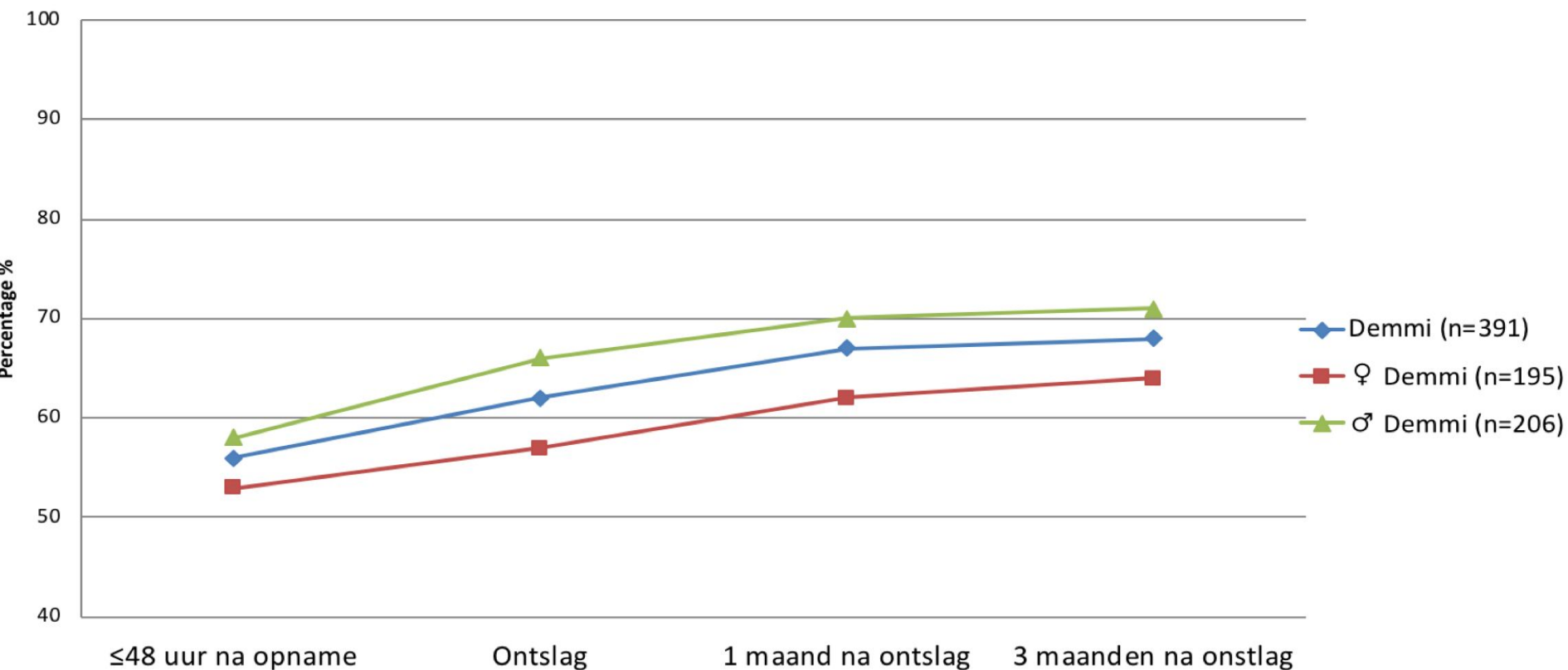
- Spierkracht is geassocieerd met beloop van mobiliteit van opname tot ontslag
- Elke kilogram toename in handknijpkracht geeft 0,6 punt hogere DEMMI
- Voor vrouwen is associatie sterker (0,7 punt) dan voor mannen (0,3 punt)

Welke stelling is correct mbt de mobiliteit/ADL van ouderen 3 mnd na ontslag uit ziekenhuis?



Beloop mobiliteit van ziekenhuisopname tot 3 maanden na ontslag

Beloop van mobiliteit (n=391)



Hoeveel procent van de ouders ervaart nog vermoeidheidsklachten 1 maand na ontslag?



Skip

15



0
Answers

▲ 24

◆ 45

● 65

■ 85

Hoeveel procent van de acuut opgenomen ouderen ervaren
depressieve symptomen?



Skip

15



0
Answers

▲ ± 5%

◆ ± 25%

● ± 15%

■ ± 35%

Wat is het gemiddeld aantal stappen in de eerste week na ziekenhuisopname (Fitbit)?

Skip

16

Kahoot!

0
Answers

	Admission	Discharge	Post-discharge
Cohort (n=105) <i>Median (IQR)</i>	1006 (428 – 1717)	1205 (543 – 1939)	1885 (969 – 4675)
70-79 years (n=65) <i>Median (IQR)</i>	1170 (617 – 1845)	1508 (755 – 2582)	2711 (1450 – 6550)
80-89 years (n=30) <i>Median (IQR)</i>	865 (131 – 1353)	896 (333 – 1573)	1323 (708 – 2870)
90 > years (n=10) <i>Median (IQR)</i>	487 (148 – 1748)	786 (217 – 2014)	1220 (630 – 2711)

Brainstrom

Flap 1:

Welke instrumenten gebruikt u om spierkracht te meten bij u oudere patient?
Hoe gebruikt u deze informatie bij deze patient?

Flap 2:

Meet u spiermassa bij uw patient? Zo ja met welk instrument?
Hoe gebruikt u deze informatie bij deze patient?

Flap 3:

Welke instrumenten gebruikt u om loopsnelheid te meten?
Hoe gebruikt u deze informatie bij deze patient?

Brainstrom

Flap 4:

Op welke wijze brengt u de voedingstoestand van uw patient in kaart?
Hoe gebruikt u deze informatie bij deze patient fysiotherapeutisch?

Flap 5:

Op welke wijze brengt u geriatrische syndromen in kaart (depressie, cognitie, incontinentie, vermoeidheid, apathie, delier)

Flap 6:

Hoe geeft u training voor ouderen na acute ziekenhuisopname (Denk aan duur, frequentie en intensiteit, type training (functioneel/ geïsoleerd))?

Afsluiting

- Inzicht in training voor ouderen gekregen?
- Kennis delen met collegae?
- Interesse in vervolg scholing?
- Start van een netwerk rondom ouderenzorg?
-