



Nieuwsbrief 2

OTHER-project en stand van zaken

Onderwerpen

1. OTHER: stand van zaken
 - Haalbaarheidsstudie
 - Effectstudie OTHER
 - Onderzoeksassistent voor iedere regio
2. Ervaringsdeskundige test de techniek van de sensor
3. Zelfmanagement en eigen regie
4. Nieuwjaarswens

Contact

Sanne Pellegrom, docent-onderzoeker HvA lectoraat ergotherapie- participatie en omgeving



s.pellegrom@hva.nl

Tel: 0621157667

Lectoraat ergotherapie-
participatie en omgeving van
HvA

Via deze nieuwsbrief geven we informatie over de stand van zaken rondom het OTHER-project - Occupational Therapy at Home E-Rehabilitation for persons post-stroke. Begin maart 2022 is de haalbaarheidsstudie gestart. Twee GR-centra en betrokken eerstelijns ergotherapie praktijken hebben meegedaan. Eind oktober is de inclusie periode voor de haalbaarheidsstudie beëindigd en zijn we druk bezig met de voorbereiding voor de effectstudie. Deze zal begin 2023 starten.

Haalbaarheidsstudie

Zoals hierboven beschreven staat is de inclusieperiode van de haalbaarheidsstudie afgerond. In totaal hebben hier veertien revalidanten na een beroerte aan meegedaan. De eerste ervaringen met de OTHER-interventie zijn positief; de activiteiten monitoring geeft cliënten en ergotherapeuten de mogelijkheid om op een nieuwe manier inzicht te krijgen in het dagelijks functioneren. Daarnaast wordt coaching in combinatie met de focus op dagelijkse activiteiten als meerwaarde ervaren. Naast de lopende haalbaarheidsstudie hebben we twee focusgroepen gehouden en zijn we op het moment bezig met het houden van interviews met revalidanten. Ook zij zijn erg enthousiast over de interventie en de daarbijhorende coaching.

De bevindingen uit de haalbaarheidsstudie worden gebruikt om de OTHER-interventie te optimaliseren.

Effectstudie OTHER

De voorbereidingen voor de effectstudie zijn volop bezig. Er zullen zes centra betrokken zijn verdeeld over de regio Noord- holland, Nijmegen, Rotterdam-Den Bosch en Zuid-Limburg. Op dit moment ligt er een aanvraag bij de medisch etische toetsingscommissie ter goedkeuring van de effectstudie. We streven naar een start in februari 2023.

Onderzoeksassistent voor iedere regio

We zijn momenteel in gesprek met andere Hogescholen om voor iedere regio waar instellingen meedoen aan de OTHER - interventie een onderzoeksassistent te werven. De onderzoeksassistenten zullen de metingen uitvoeren die tijdens de effectstudie zullen plaatsvinden.

Ervaringsdeskundige test de techniek van de sensor voor OTHER

Fragmenten uit het testlogboek

De techniek van de sensor, zonder begeleiding van een ergotherapeut, werd getest door Kristien de Jong. Zij werkte als freelance redacteur en leerkracht basisonderwijs tot zij in 2013 Niet Aangeboren Hersenletsel opliep. Kristien is als ervaringsdeskundige betrokken bij het hele onderzoekstraject van OTHER.

Dag 1

“Wat is dat toch raar. Ik ben alleen met sensor en er gebeurt helemaal niks als ik geen score van 20 haal, maar toch ben ik erop gebrand om daar zo dicht mogelijk in de buurt te komen. Laat ik me nou echt opjagen door een apparaatje?”

Dag 2

“Ik lig er vandaag helemaal af. Nu die sensor ‘meekijkt’, voelt het nog confronterender dan anders om zo een slechte dag te hebben. Ik heb het gevoel dat ik moet laten zien, dat ik het echt wel kan, voldoende bewegen, maar de realiteit is, dat ik vandaag niet eens weet waar mijn voeten zitten om een blokje op rond te lopen. Ik stond op het punt om deze hele test maar lekker te laten voor wat het is, maar besloot er toch mee door te gaan. Dit is hersenletsel. Morgen is er weer een betere dag.”

Dag 3

“Bizar dat het al dagen zo slecht gaat. Toch dwing ik mezelf om naar de sportschool te gaan. En 's middags hobbel ik met de bus naar mijn kleindochters. Als ik 's avonds vol verwachting inlog om te kijken of de sensor net zo trots is op deze prestatie als ikzelf, zie ik tot mijn verbazing, dat hij dat uur zwetend uitsloven aan de gewichten net zo waardeert als het uur met mijn ogen dicht een beetje zitten dommelen in de bus. Het is beide ‘lichte activiteit’.”

Dag 4

“Lekker licht apparaatje, je voelt er niks van. Inloggen en aflezen ook supereenvoudig. Ondertussen ben ik helemaal gewend aan het dragen van sensor. Ik begin het zelfs leuk te vinden. Ik ga nog een extra half uurtje rondtrappen op mijn hometrainer, terwijl ik het journaal kijk.”

Dag 5

Er komt een vroegtijdig einde aan mijn geplande sensor-week. De covid-test slaat al uit bij de eerste druppel en ik kruip bibberend van de koorts in bed. In een soort ijl-toestand bedenk ik mij, dat ik toch echt de Dam-tot-Damloop ga lopen en dat ik, nu ik de sensor weer in moet leveren, een smart watch aan ga schaffen. Na een aarzelend begin van deze test, ben ik er toch in gaan geloven dat sensor en OTHER daadwerkelijk kunnen helpen om meer te bewegen.



Zelfmanagement en eigen regie

Zelfmanagement en eigen regie

Een van de doelen van OTHER is het vergroten van het zelfmanagement en eigen regie van mensen na een CVA. Een nuancering is hierin op zijn plaats: de officiële term is zelfmanagement, maar binnen OTHER en bij deze doelgroep willen we het begrip co-management of samenmanagement noemen. Zowel uit de literatuur als uit de haalbaarheidsstudie die nu loopt, weten we dat de cliënten heel veel samen doen en samen managen.

Voorbeelden van momenten waar het zelfmanagement aan bod komt zijn onder anderen

- Het stellen van doelen en expliciet maken hoe mensen dagelijkse activiteiten willen uitvoeren, zelf of samen;
- Het praktisch oefenen van dagelijks activiteiten (hoe manage ik mijn dagelijkse activiteit, waar vraag ik hulp);

- Het nabespreken van de dagelijkse activiteiten. Dit kan over de activiteit zelf gaan of meer terugkijkend over de afgelopen week;

Manieren om hier het gesprek over te voeren, dan wel over door te vragen, komen vooral uit het oplossingsgericht werken.

Eigen regie

De eigen regie (of samen regie) komt op allerlei manier terug. Allereerst vinden we het belangrijk dat de cliënt zoveel mogelijk zelf kan bepalen wat de doelen en inhoud van de sessies moet zijn. Daarnaast, en daar zijn we trots op, horen we uit de haalbaarheidsstudie dat het gebruik van de sensor en sensordata mensen na een CVA ook een gevoel van regie geeft. Men kan zien hoe actief men is en op basis van de grafieken keuzes maken om meer of minder actief te zijn. Zeker bij mensen die qua dagindeling en belasting aan het zoeken zijn naar een optimale balans bood de sensor(data) een manier om inzicht te krijgen, iets te veranderen en regie uit te voeren. Zelfs zo dat enkele deelnemers uit de haalbaarheidsstudie hebben besloten een alternatieve ‘activiteiten sensor’ aan te schaffen.

Het OTHER-team

Wenst je een gelukkig
nieuwjaar toe!

