



Toekomstvisie op ouderenzorg in Vlaanderen? Wat denken ouderen zelf?

Lieve Peremans

Universiteit Antwerpen



Wie zijn de ouderen?

Een zeer diverse groep!





Wie zijn de ouderen?

- De gezonde 65-plusser:
 - Nog vaak professioneel actief (ongeveer 10%)
 - Levert door ervaring en competenties nog actieve bijdrage aan de maatschappij
 - Vrijwilligerswerk
 - Kinderopvang
 - Zelf mantelzorger
- De 90-plussers in een woonzorgcentrum



Wie zijn de ouderen?

- Variatie in inkomen, cultuur, gezondheidsvaardigheden
- Grote verschillen in leeftijdsverwachting
- Toenemend aantal ouderen met een migratieachtergrond

Deze diversiteit vraagt

Zorg op maat met een gezamenlijke besluitvorming

Visie: actief ouder worden

WHO definitie

Active ageing is the process of optimizing opportunities for health, participation and security in order to enhance quality of life as people age.



Actief ouder worden

Betekent inspraak krijgen via

- Lokale ouderenadviesraad
- Actief deelnemen aan de politiek

Vrijwilligerswerk

- Positieve invloed op welzijn en gezondheid

Deelname aan socio-culturele activiteiten



Gezond ouder worden

Bewegen!

- 55% van de 55-plussers sport – in deze groep haalt 70% de gezondheidsnorm
- Aanpassingen zijn nodig
 - Meer mogelijkheden om overdag te sporten
 - Betaalbare sport
 - Veilige fietspaden





Actief ouder worden

Veel ouderen zijn zelf mantelzorgers

In Vlaanderen zorgt

- Ongeveer 30% voor ouders of andere oudere familieleden
- Ongeveer 42% zorgt voor kleinkinderen



Gezond ouder worden

Eigen regie uitvoeren zolang het kan!

- Zelf bepalen wat kwaliteit van leven is – doelen samen voorop stellen
- Keuzes voor diagnose en behandeling

Indien niet mogelijk – gevoel van eigen regie – zorgverleners sluiten aan bij de voorkeuren van de oudere.





Gezond ouder worden

Is autonomie behouden!

- Zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen
- Aangepaste woning – minder vallen
 - Domotica – lichtsensoren
 - Digitale medicatiereminder
 - Gezonde voeding – preventie van sarcopenie
- Meer aandacht voor ergotherapie in de thuiszorg
- Thuishulp – druk wordt groter op deze diensten



Meer en langere autonomie

Betekent een andere gezondheidszorg

- Inzetten op ambulante zorg
- Artsen moet meer preventief denken – chronische aandoeningen vragen een preventieve aanpak maar ook **pro-actieve zorg**: screening waardoor ouderen met een complexe problematiek een geïntegreerde zorg kunnen krijgen.
- Meer inzetten op zelfstandig thuis wonen – en wijkgerichte zorg



Meer en langere autonomie

De keerzijde

- Moeilijker voor advance care planning
- Grenzen rond beslissingsrecht (autonomie versus bescherming)
- Therapeutische hardnekkigheid
- Cave verwaarlozing!





Wat ouderen zelf willen

OPINIE OUDERENCULTUUR

Welke ouderenzorg willen ouderen zelf?



Peter Janssen
Gerontoloog

Donderdag 27 augustus 2020 om 3.25 uur

Wat ouderen het meest vrezen, is hun autonomie verliezen. Toch gebeurt net dat wanneer ze naar een rusthuis moeten. Vraag hen eens welke oplossingen zij verkiezen, oppert Peter Janssen.



...ook in het woonzorgcentrum

- Eigen regie in handen houden
 - Zorg afstemmen op noden maar ook op mogelijkheden
 - Deelname aan een gevarieerd aanbod activiteiten, zoveel mogelijk aansluitend op vroegere hobby's
 - Luisteren!!!! Naar de ouderen zelf en familieleden
- Bewonersraden en familieraad (opnemen voor wie het niet meer zelf kan)



...en dan kwam Covid-19

Getuigenis Coronavirus

Pakkend getuigenis van rusthuisbewoner Roger (89): 'Eenzaamheid is de reden dat mensen hier sterven'





...en dan kwam Covid-19

Bewoners serviceflats niet te spreken over lockdown: “Ik zit hier precies in de gevangenis”

De lockdown van de serviceflats in Antwerpen is mensonterend. Dat zeggen bewoners en hun familieleden. Er geldt een strikt toegangsverbod in de serviceflatcomplexen van het Antwerpse Zorgbedrijf, ook mantelzorgers mogen niet meer binnen. Ouderen die slecht te been zijn, zitten daardoor al twee weken vast op hun flatje zonder enig contact. En wie wel nog buiten kan, mag dat niet meer. Sommigen noemen hun flat nu zelfs een gevangenis.



...en dan kwam Covid-19

Covid-19 Social Connectivity Paradox = concept

Bescherming tegen het virus



'schade' toebrengen qua welzijn

Smith ML et al. (2020) Combatting Social Isolation Among Older Adults in a Time of Physical Distancing: The COVID-19 Social Connectivity Paradox. *Front. Public Health* 8:403



...en dan kwam Covid-19

Merkwaardig

- Nergens inspraak van ouderen....
- Massa's publicaties over Covid-19 –nauwelijks onderzoek naar de beleving en wensen van ouderen
- Vlaamse ouderenraad trekt ook aan alarmbel



Wie wil dit niet?

OPINIE OUDERENCULTUUR

Welke ouderenzorg willen ouderen zelf?



Peter Janssen

Gerontoloog

Donderdag 27 augustus 2020 om 3.25 uur

Thuiskomen, neerploffen in de sofa na een moeilijke en stresserende dag, een knuffel krijgen van een huisgenoot, een aai geven aan je kat of hond, het is even zalig als noodzakelijk. Dat mag niemand worden ontnomen.