



Thuis in het Verpleeghuis

Waardigheid en trots op elke locatie

Lagere werkdruk dankzij vrijheid en leefruimte voor bewoners



Een dementerende bewoonster die opbloeit als ze meer beweegruimte krijgt in de dagelijkse praktijk. Saskia Blijenberg, verzorgende in verpleeghuis Overslydrecht, zag het met eigen ogen gebeuren. Het sterkt haar in de overtuiging dat “BOPZ-vrij” werken, waarin bewoners alle vrijheid hebben (letterlijk en figuurlijk) en zoveel mogelijk hun eigen gang kunnen gaan, de toekomst is. En de nieuwe manier van werken is niet alleen goed voor de bewoners: ‘zelf ervaar ik ook veel minder werkdruk.’

Dit is deel 2 in een 3-luik over leven in vrijheid op locatie Overslydrecht. In deel 1 [‘Vrijheid en bewegingsruimte in het verpleeghuis’](#) vertelt dochter en mantelzorgster Anita over het leven van haar moeder, mevrouw Vink: ‘Dat ze hier met haar ziekte zoveel ruimte heeft gekregen, heeft haar leven in het verpleeghuis een stuk aangenamer gemaakt.’ En in deel 3 [‘Permanente aandacht voor leren werken vanuit het principe van vrijheid’](#) vertelt Arjan Vos, Manager Integrale Zorg, over de visie werken en leven in vrijheid. ‘Sinds we zijn gaan werken vanuit de filosofie van persoonlijke vrijheid, is er het nodig veranderd.’ Overslydrecht is een locatie van Stichting Waardeburgh. Sinds oktober 2018 zijn zij deelnemer aan het programma Waardigheid en trots op locatie.

Zo min mogelijk beperkingen, minder medicatie en meer bewegingsvrijheid; dat is in een notendop wat BOPZ-

vrij werken inhoudt. BOPZ staat voor de wet Bijzondere Opnemingen in Psychiatrische Ziekenhuizen, die vaak geldt voor mensen met psychogeriatrische aandoeningen. Veelal gedwongen opnames dus, met de nodige beperkingen. Volgend jaar wordt de BOPZ vervangen door de Wet zorg en dwang (Wzd). Uitgangspunt van de Wet zorg en dwang is dat er zo min mogelijk gedwongen zorg wordt toegepast, ook wanneer er sprake is van gedrag dat tot ernstig nadeel kan leiden voor de cliënt. Altijd moet eerst geprobeerd worden de situatie met vrijwillige zorg op te lossen. Pas als dat niet mogelijk is, mag via het doorlopen van een stappenplan onvrijwillige zorg worden toegepast.

Wens van bewoner

Verpleeghuis Overslydrecht in Sliedrecht heeft al een voorschot op de nieuwe wet genomen en probeert de bewoners zoveel mogelijk ruimte te bieden. 'In 2017 is dit huis omgevormd van verzorgingshuis naar verpleeghuis', vertelt Saskia Blijenburg. 'Een flinke verbouwing en een andere manier van werken lagen aan de basis van de manier waarop wij nu zorg en ondersteuning bieden. De wens van de bewoners is leidend geworden, zijn of haar persoon staat centraal. Het opheffen van beperkingen in beweegruimte past daarbij.' Alle deuren in het pand van Overslydrecht zijn dan ook open zijn, tenzij er een dringende reden is om deze te sluiten voor een bepaalde bewoner. Via sensoren kan dat per bewoner ingesteld worden.

Leefcirkels

Als voorbeeld noemt Saskia [mevrouw Vink, die vanuit een ander verpleeghuis naar Overslydrecht is verhuisd.](#) 'Daar was ze heel onrustig, liep voortdurend heen en weer in een klein gangetje. Ze wilde steeds weg en riep voortdurend om haar dochter. Toen ze bij ons kwam wonen moest ik wel even wennen aan het idee dat zij hier veel meer ruimte zou krijgen. Wat gaat iemand die zo onrustig is doen? We werken volgens het principe van leefcirkels. De bewoners hebben een armband met een plaatje waarmee deuren wel of niet opengaan. De buitendeur is bijvoorbeeld voor hen afgesloten, maar ze kunnen wel zo de tuin in. Mevrouw Vink maakte ook al snel gebruik van de ruimte die ze kreeg en daar knapte ze flink van op. Minder onrustig, minder zoeken naar haar dochter. Ze werd gezelliger en dat maakt zorg verlenen ook weer wat gemakkelijker. Het is een inventieve dame, met een vriendin hier in huis is ze een keer naar buiten geglipt. Dan staat je hart wel even stil, maar gelukkig hadden we het stel snel weer gevonden.'

Valrisico

De familie en verwanten van bewoners weten dat Overslydrecht werkt vanuit de vrijheidsgedachte. 'Ze kiezen er bewust voor, of zijn zich er op z'n minst bewust van wat dat betekent', stelt Saskia. 'We leggen uit hoe we werken en wat de "risico's" zijn. Iemand kan meer bewegen, en bijvoorbeeld misschien ook wel vallen. We gebruiken zo min mogelijk slaapmedicatie, dus iemand kan wel eens onrustiger zijn. Maar iedereen begrijpt ook dat de kwaliteit van leven sprongen vooruitgaat als mensen meer levensruimte hebben. En risico's als vallen, dan hoort bij het leven. Dat kan thuis net zo goed gebeuren. Natuurlijk kijken we goed naar de individuele bewoners en wat hij of zij nodig heeft. Maar waar mogelijk geven we ruimte.'

Minder werkdruk

‘Het was best even wennen aan de nieuwe manier van werken’, zegt Saskia. ‘Ik kom ook nog uit de tijd waarin het huis de regels stelde: zo laat eten, zo laat opstaan, zo laat naar bed etc. Heel raar als ik eraan terugdenk; wie zijn wij om iemand die zijn hele leven gewend is om om 09:00 op te staan al om 07:00 uur uit bed te jagen? Dat hebben we nu – gelukkig – allemaal losgelaten. Het is maatwerk geworden, je kijkt wat iemand nodig heeft en fijn vindt. Wilt u uitslapen? Prima. Om 11:00 uur douchen? Kan ook.’

‘Bijkomend voordeel is dat ik de werkdruk als veel minder hoog ervaar. In de oude situatie moest alles “op tijd” klaar zijn, nu is het veel flexibeler geworden. De hoeveelheid werk is niet anders, maar wel meer verspreid over de dag. Daardoor is meer ruimte ontstaan voor aandacht voor de individuele bewoner. Ook de aanwezigheid van de welzijnsmedewerkers maakt dat ik me beter kan concentreren op mijn zorgtaken. Ik hoef niet alle ballen tegelijk in de lucht te houden.’

Het effect op de bewoners is niet alleen zichtbaar in ander gedrag, maar ook af te meten aan zaken als medicatiegebruik. ‘Vroeger had vrijwel elke bewoner slaappillen. Nu zijn dat er nog maar enkele van de zestig. Voorheen was het standaard, nu wordt gekeken naar de individuele mens. En doordat ze beter in hun vel steken, is er ook veel minder onrust. Dan heb je geen slaappillen, met de nodige bijwerking, nodig.’

Trainen en ervaren

Bij de start van de nieuwe manier van werken zijn de medewerkers van Overslydrecht getraind, o.a. met uitleg over de wet BOPZ en de werking van de leefcirkels. Ook was er aandacht voor teamontwikkeling en samenwerking. ‘Een hecht team is een belangrijke voorwaarde voor succes’, zegt Saskia. ‘Je bent een collectief. Wij, medewerkers en bewoners, vormen samen een huishouden of gezin. Dan moet je op elkaar terug kunnen vallen. Daarnaast is onze manager altijd aanspreekbaar als er vragen of twijfels zijn, wat ook helpt om er een succes van te maken. Toen mevrouw Vink naar buiten geglipt was met haar vriendin was is behoorlijk van slag. Dan is het fijn als je manager je weer even met beide benen op de grond zet en stelt dat dit soort zaken er ook bij horen.’

Hoe BOPZ-vrij werken in de praktijk uitwerkte was vooral een kwestie van ervaren. Saskia Blijenberg daarover: ‘Je kunt het allemaal nog zo mooi bedenken, maar in de praktijk kom je altijd dingen tegen waaraan je nog niet gedacht had. Een voorbeeld? De buitendeur is afgesloten en daarvoor zitten ook glazen binnendeuren. Lekker licht natuurlijk, maar voor onze bewoners ziet het er dan ook erg aantrekkelijk uit om eropuit te gaan. Terwijl dat niet de bedoeling is zonder begeleiding. Het was soms best dringen bij de deur, veel mensen wilden naar buiten. Die binnendeur hebben we nu afgeplakt met ondoorzichtig plastic, zodat de buitenwereld niet meer zo verlokkelijk zichtbaar is. Het zijn kleine dingen, waarmee je meer rust creëert voor de bewoners. Daar doen we het tenslotte voor!’

Door: Paul van Bodegraven

Meer weten

- Lees ook deel 1 [‘Vrijheid en bewegingsruimte in het verpleeghuis’](#) waarin dochter en mantelzorger Anita vertelt over het leven van haar moeder, mevrouw Vink.
 - Lees ook deel 3 [‘Permanente aandacht voor leren werken vanuit het principe van vrijheid’](#) waarin Arjan Vos, Manager Integrale Zorg, vertelt over de visie werken en leven in vrijheid.
 - Lees meer over de [Wet zorg en dwang](#)
 - Lees meer over het thema [vrijheid en veiligheid](#)
-

tags:

[Vrijheidsbeperking](#) (112)

thema's:

[Technologie](#) (169), [Veiligheid](#) (238)