

Zakkaartje Thuisituatie Kwetsbare Ouderen

1. Wat is een kwetsbare oudere? - Meestal 75+ met problemen in het dagelijks functioneren. - Eén of meer van: cognitieve problemen; geriatric giants (vallen, ondergewicht, incontinentie, decubitus, depressie, communicatiestoornis); multimorbiditeit; polyfarmacie; ADL-problemen. - Kwetsbaarheid is dynamisch: het kan toe- of afnemen. - Complex = meerdere zorgverleners betrokken én/of oudere of mantelzorger houdt geen regie.	2. Rol van de huisartsenpraktijk - Het hele team signaleert: doktersassistent, POH-ouderen, (praktijk)verpleegkundige, VS en huisarts. - Huisarts voert regie over de cure; korte lijnen met de care (wijkverpleging). - Contact via spreekuur, telefoon of (op indicatie) een visite. - Extra aanbod: jaarlijks 75-plussers uitdraaien en op risicofactoren beoordelen.	3. Risicofactoren om op te letten - Multimorbiditeit, polyfarmacie en geriatric giants. - Alleenstaand, recent partnerverlies, klein of geen sociaal netwerk. - Vaak in de praktijk, op de HAP of SEH; recente ziekenhuisopname. - Laaggeletterd of lage opleiding; moeite met eigen regie. - Overbelaste mantelzorger; zorgmijndend gedrag.
4. Niet-pluis in de thuisituatie - Let op eenzaamheid, somberheid, geheugenproblemen, ondervoeding, vallen en overmatig alcoholgebruik. - Wees alert op ouderenmishandeling en ontspoorde mantelzorg. - Signalen komen ook van thuiszorg, apotheek, familie, burens en het sociaal wijkteam. - Niet-opgehaalde medicatie? Denk aan problemen of (financiële) stress. - Doe altijd iets met een signaal: weeg het met de betrokken behandelaar.	5. Het gesprek met de oudere (stap 2) - Drie doelen: wat telt voor kwaliteit van leven; risico's inschatten; samen kwetsbaarheid vaststellen. - Betrek de mantelzorger; sluit aan bij achtergrond en taalniveau. - Laat de oudere zich voorbereiden via mijnkwaliteitvanleven.nl of Positieve Gezondheid. - Migratieachtergrond of laaggeletterd? Gebruik beeldverhalen (Pharos). - Samen beslissen staat centraal — de oudere houdt de regie.	6. Kwetsbaarheid in kaart (stap 3) - Brede domeinanalyse op alle domeinen: lichamelijk, psychisch, functioneel, sociaal en zingeving. - Screeningsinstrumenten: Easycare-TOS, GFI, TFI of TraZAG. - Cognitie meten met MMSE, MoCA of 7MS. - Ga ook in op wensen, behoeften en prioriteiten — die bepalen de doelen. - Vraag toestemming om gegevens te delen met andere professionals.
7. Medicatie & polyfarmacie - Werk samen met de apotheker; deel altijd een actuele medicatielijst. - Medicatiebeoordeling conform de MDR Polyfarmacie bij Ouderen. - Let op valrisico-verhogende middelen en ontbrekende preventieve medicatie. - Overweeg minderen of stoppen (deprescribing) in overleg met oudere en apotheker. - Denk aan een medicijnrol (GDV) bij ordeningsproblemen.	8. Mantelzorger in beeld - Noteer altijd naam + 06-nummer van de mantelzorger (zeker bij alleenwonenden). - Vraag toestemming om gegevens met andere professionals te delen. - Herken overbelasting, bijvoorbeeld met de 3-minutencheck. - Verwijs bij overbelasting naar mantelzorgondersteuning. - Betrek de 'vertrouwd persoon' in elke stap van de zorg.	9. Proactieve zorgplanning (ACP) - Denk vooruit: welke zorg en behandeling passen nu én in de toekomst? - Bespreek wensen rond behandeling, ziekenhuisopname en het levenseinde. - Leg wensen vast en deel ze (met toestemming) met betrokkenen. - Tools: Thuisarts 'Verken uw wensen' en de richtlijn proactieve zorgplanning. - Herhaal het gesprek bij belangrijke veranderingen.
10. Samenwerken, MDO & regie - Bespreek de bevindingen in een MDO met de direct betrokkenen. - Leg vast wie regiebehandelaar is en wie het vaste aanspreekpunt is. - Werk met een MDP (afspraken tussen professionals) en een IZP (afspraken met de oudere). - Schakel de specialist ouderengeneeskunde in voor consult, medebehandeling of (tijdelijke) overname van de regie. - Dementie voorliggend? Volg de Zorgstandaard Dementie; casemanager wordt aanspreekpunt.	11. Sociaal domein & warme verwijzing - Tot 30–50% van de klachten heeft geen (volledige) medische verklaring. - Bij psychosociale klachten: denk aan Welzijn op Recept. - Verwijs 'warm': geef met toestemming de contactgegevens door; het sociaal werk neemt zelf contact op. - Zorg voor een vast contactpersoon in het wijkteam en korte lijnen. - Koppel na een verwijzing altijd terug over het verloop.	12. Uitvoeren, ANW & crisis voorkomen - Het IZP ligt thuis bij de oudere; daarin staat wie te bellen buiten kantooruren (ANW). - Zorg voor een warme overdracht naar HAP en dienstapotheek (met toestemming). - Voorkom ongeplande ziekenhuis- en SEH-bezoeken. - Werk herstelgericht (reablement): neem niet over wat iemand zelf kan. - Evalueer het IZP periodiek en stel bij waar nodig.