
Signalementen 2019/4

Auteurs: Redactie bureau

Screening op kwetsbaarheid bij ouderen nog onduidelijk

Vier veelgebruikte vragenlijsten uit de huisartsenpraktijk blijken niet goed in staat om te voorspellen welke ouderen wel of niet te maken krijgen met de negatieve gevolgen van kwetsbaarheid. Dit blijkt uit het promotieonderzoek van docent/onderzoeker *Linda op het Veld*, werkzaam bij het lectoraat Autonomie en Participatie van Chronische Zieken (Zuyd Hogeschool) en onderzoeksinstituut CAPHRI (Universiteit Maastricht).

De onderzochte negatieve gevolgen van kwetsbaarheid zijn overlijden, ziekenhuisopname en een toenemende afhankelijkheid van anderen bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. Ook het gecombineerd gebruik van de vragenlijsten zorgde niet voor een betere voorspelling. Omdat we niet in staat zijn om de juiste mensen aan te wijzen die risico lopen, zou de screening op kwetsbaarheid met de onderzochte vragenlijsten niet gecontinueerd moet worden. Een andere conclusie in haar proefschrift is dat het geen zin heeft om (preventieve- of behandel)programma's aan kwetsbare ouderen aan te bieden als we niet in staat zijn om de juiste mensen te selecteren voor dergelijke programma's.

Voor haar onderzoek zijn twee jaar lang ongeveer 2500 65-plussers gevolgd om inzicht te krijgen in de mate van kwetsbaarheid en de negatieve gevolgen hiervan voor de gezondheid. Om deelnemers te werven is een unieke samenwerking aangegaan tussen de Limburgse GGD's, Zuyd Hogeschool en Universiteit Maastricht. Om de vier jaar stuurt de GGD een uitgebreide gezondheidsvragenlijst naar een grote groep ouderen in Nederland. In Limburg is een aantal respondenten gevraagd om mee te doen aan vervolgonderzoek rondom kwetsbaarheid. Dit is de eerste keer dat personen naar aanleiding van het GGD-onderzoek in de tijd gevolgd werden. Hiermee is meer inzicht verkregen in de gezondheid van deze ouderen. Proefschrift *Frail older people: who are they? Frailty screening and profiles*, Universiteit Maastricht, 27 november 2019, ISBN 978 94 6323 906 6. Promotores waren prof. dr. A.J.H.M. Beurskens, prof. dr. G.I.J.M. Kempen en prof. dr. ir. H.C.W. de Vet.

(Positief) effect van bewegen bij ouderen met dementie

Ouderen met dementie worden steeds afhankelijker van zorg door cognitieve en fysieke achteruitgang. Meer bewegen zou mogelijk deze achteruitgang kunnen vertragen. Klinisch neuropsycholoog *Lianne Sanders*, 29 jr, onderzocht de werkzaamheid van bewegen en de factoren die invloed hebben op de bewegeeffecten. Zij keek naar de effecten van zes maanden gecombineerd wandelen en spierversterkende beoefeningen versus een controleprogramma van spel- en ontspanningsactiviteiten, op de cognitieve en fysieke functies van ouderen met dementie. Daarnaast werd onderzocht of de effecten van bewegen kunnen worden beïnvloed door medicijngebruik, kenmerken van bewegingsprogramma's (intensiteit van bewegen, programmaduur, sessieduur en frequentie van beweegsessies) en dragerschap van het risicogen ApoE4. De bevindingen in het proefschrift laten zien dat bewegen positieve effecten heeft op de loopsnelheid van ouderen met dementie. De effecten waren het grootst na hoger intensief bewegen. Voor het beschermen van de cognitieve functies van ouderen met dementie lijkt iedere vorm van activiteit waardevol te zijn. De effecten van bewegen op de cognitieve functies waren het grootst bij beweegprogramma's met frequente, korte sessies.

Afwezigheid van het ApoE4 allel werd vastgesteld als mogelijke moderator van bewegeeffecten op globaal cognitief functioneren, maar moet nog verder getest worden. Gebruik van anticholinerge en sederende medicatie, programmaduur en type beweging konden niet worden vastgesteld als modererende of versturende variabelen op de effecten van bewegen bij ouderen met dementie.

Proefschrift *Efficacy of exercise for functional outcomes in older persons with dementia*, Rijksuniversiteit Groningen, 9 december 2019, 176 p, ISBN 978 94 0342 067 7. Promotores waren prof. dr. T. Hortobagyi, prof. dr. E.J.A. Scherder en prof. dr. E.A. van der Zee.

Bewegeadvies op maat kunnen ouderen met een beperking helpen om eenzaamheid te bestrijden

Bewegen -en dan liefst samen met anderen- bestrijdt gevoelens van eenzaamheid, ook bij ouderen. Maar als ouderen te kampen hebben met een lichamelijke beperking is dat effect een stuk minder. Beweginginterventies voor gezond ouder worden, moeten in hun adviezen dan ook veel meer rekening houden met die beperkingen. Dit blijkt uit het promotieonderzoek van gezondheidspsycholoog *Janet Boekhout* onder bijna 600 65-plussers in Heerlen, die alleenstaand zijn, zelfstandig wonen en mobiliteitsproblemen ondervinden door een lichamelijke beperking en/of chronische aandoening. Doel van het onderzoek was om een interventie te ontwikkelen voor deze doelgroep, die deze ouderen door adviezen op maat meer laat bewegen en mede daardoor minder eenzaam maakt. Hiertoe is een bestaande, bewezen effectieve beweginginterventie voor 50-plussers aangepast. De deelnemers kregen een programma van vier maanden aangeboden. Op basis van vooraf ingevulde vragenlijsten kregen ze aangepaste tips om meer te bewegen. Natuurlijk geldt ook voor hen dat alle beetjes helpen, al beweeg je maar tien minuten per dag extra: tuinieren, fietsen, wandelen, alles telt mee. Bewegen leidt tot minder eenzaamheid, maar als er sprake is van een lichamelijke beperking blijkt dat effect veel minder. Deelnemers gingen op korte termijn meer bewegen. De eenzaamheid nam ook af, maar veel minder dan op basis van eerdere ervaring met dit programma werd verwacht. De lichamelijke beperking heeft dus een veel groter effect op eenzaamheid dan vooraf gedacht.

Boekhout adviseert makers van programma's voor gezond ouder worden dan ook om veel meer rekening te houden met deze doelgroep. Samen koffie gaan drinken met een vriendin is voor deze doelgroep al veel lastiger. Ze raadt aan om in de interventies voor deze doelgroep veel concreter en gedifferentieerder te zijn. 'Geef bijvoorbeeld heel concrete bewegeadvies voor de tien meest voorkomende, chronische aandoeningen en concreet advies hoe je sociale activiteiten kunt inpassen in je dagelijks leven'. Vervolgonderzoek gaat zich ook richten op het versterken van de sociale competenties van de doelgroep, met tips hoe ze meer sociaal actief kunnen zijn.

Proefschrift *Physical activity and loneliness. A healthy ageing intervention for single older adults with physical impairments*, Open Universiteit Heerlen, 7 november 2019. Promotores waren prof. dr. L. Lechner en prof. dr. C.A.W. Bolman.

De relatie tussen alzheimerpathologie en neuropsychiatrische symptomen

De meeste mensen met de ziekte van Alzheimer (AD) ontwikkelen neuropsychiatrische symptomen (NPS). Dit kan ook al in de pre-dementie fase. De aanwezigheid van NPS hangt negatief samen met ziekte-uitkomsten zoals een snellere progressie van het ziektebeloop, eerdere opname in een verpleeghuis en een lagere kwaliteit van leven. Hoewel NPS nu als een belangrijk aspect van AD worden erkend, is hun etiologie nog altijd onduidelijk. Psycho(patho)loog *Leonie Banning*, 27 jr, deed promotieonderzoek naar de onderliggende neurobiologische mechanismen van NPS bij AD en onderzocht de relatie tussen biomarkers van AD en neuropsychiatrische symptomen. Zij maakte gebruik van de resultaten van diverse grote cohort studies, waaronder de Nederlandse 'BioBank Alzheimer Center Limburg' studie.

Zij vond géén associatie tussen APOE ε4 en symptomen als depressie, angst, apathie, agitatie, prikkelbaarheid of slaapstoornissen. NPS kunnen dus niet door één enkel gen worden verklaard.

Wat betreft AD biomarkers zoals bijvoorbeeld amyloïd-β levels en tau-eiwit in de hersenvloeistof, kunnen neuropsychiatrische symptomen zoals depressie, angst en apathie deels verklaard worden door onderliggende alzheimerpathologie.

Bij het onderzoek naar de impact van NPS, cognitief functioneren en somatische comorbiditeiten op (gezondheidsgerelateerde) kwaliteit van leven (HRQoL) bleek dat dit over de tijd fluctueerde: in het eerste jaar werd een toename van deze levenskwaliteit geobserveerd, gevolgd door een afname in latere jaren. Patiënten moeten dus over de tijd adequaat gemonitord en gevolgd worden.

De studies in dit proefschrift dragen bij aan de discussie in de literatuur betreffende de etiologie van NPS en geven daarnaast ook belangrijke startpunten voor toekomstig onderzoek.

Proefschrift *Neuropsychiatric symptoms in Alzheimer's disease. Associations with biomarkers*, Universiteit Maastricht, 20 december 2019, 251 p, ISBN 978 94 6375 681 5. Promotor was prof. dr. F.R.J. Verhey.

Nieuwe hoogleraar Ouderengeneeskunde, in het bijzonder Valpreventie

Arts en onderzoeker *Nathalie van der Velde*, 45 jr, is op 19 maart 2019 benoemd tot hoogleraar op deze leerstoel aan de geneeskundefaculteit van de Universiteit van Amsterdam. Zij is onder meer voorzitter van het landelijk netwerk Valklinieken en voorzitter van de commissie die de landelijke, multidisciplinaire richtlijn 'valpreventie bij ouderen' opstelt.

Op 1 november 2019 hield de nieuwe hoogleraar haar inaugurele rede *Vallen & Opstaan*.

Vallen is bij ouderen de belangrijkste reden voor letsel-gerelateerde bezoeken aan de Spoedeisende Hulp. In Nederland sterven er dagelijks twaalf ouderen door een valongeval: 6,5 keer zoveel als het aantal verkeersslachtoffers. Vallen is vaak een teken dat er meer aan de hand is, bijvoorbeeld een niet-herkende medicatiebijwerking of een onderliggende ziekte. Met een gepersonaliseerde aanpak, waarbij persoonskenmerken en biomarkers zoals genetische variatie worden meegenomen, kan onnodig vallen en bijkomend letsel worden voorkomen, aldus Nathalie van de Velde in haar oratie.

Afbouwen van valrisico-verhogende medicatie voorkomt vallen en bijkomend letsel, maar in de praktijk zijn zowel voorschrijvers als patiënten huiverig hiervoor. Om hen hierbij te helpen, wordt slimme beslissingsondersteuning ontwikkeld die rekening houdt met persoonskenmerken. Hierdoor kan op maat gemaakt advies worden gegeven om onnodig vallen te voorkomen.

Een andere, veel over het hoofd geziene oorzaak van vallen, is een onderliggende ziekte. Vooral kwetsbare ouderen presenteren zich bij een acute ziekte, zoals bijvoorbeeld blaasontsteking, met vage klachten zoals vallen. Als artsen, ouderen en hun mantelzorgers zich daar bewust van zijn, kan tijdig onderzoek en behandeling worden ingezet. Dit ontlast onder andere de Spoedeisende Hulp, doordat onnodige valongevallen worden voorkomen. Recent toonde Nathalie van der Velde aan dat vallen geassocieerd is met hart- en vaatziekten als hartritme stoornissen, problemen met hartkleppen of een slechte pompfunctie. Vervolgonderzoek richt zich op de vraag of patiënten minder vaak vallen als je deze aandoeningen behandelt. Met input van patiënten en zorgverleners en gebruik van innovatieve technieken kan een gepersonaliseerd zorgpad worden ontwikkeld.

Nieuwe hoogleraar Verplegingswetenschap, gericht op Geriatrische Zorg Thuis

Docent en onderzoeker *Sandra Zwakhalen*, 46 jr, is benoemd tot hoogleraar op deze leerstoel aan de Universiteit Maastricht. Op 14 december 2018 sprak zij haar oratie uit. Als hoogleraar gaat zij onderzoek opzetten in de Academische Werkplaats Ouderenzorg Zuid-Limburg dat zich richt op het zo lang mogelijk thuis wonen van kwetsbare ouderen.

De meeste ouderen willen in deze situatie graag thuis blijven wonen, terwijl dat niet altijd meer mogelijk is door lichamelijke en/of psychische beperkingen. Sommige ouderen kunnen terugvallen op mantelzorg, anderen kunnen dat minder omdat mantelzorg ontbreekt of overbelast is. Toch denkt Zwakhalen dat langer thuis wonen kan door kwalitatieve, hoogwaardige zorg te leveren en deze op maat te organiseren en in te zetten. In haar onderzoek en het zoeken naar oplossingen werkt Zwakhalen samen met ouderen, mantelzorgers en professionele zorgverleners. Daarnaast richt zij zich op 'essentiële zorg'. Hieronder wordt verstaan de zorg die mensen nodig hebben om hun basisbehoeften te vervullen. Ouderen die thuis wonen, moeten worden ondersteund bij aspecten waar het echt om gaat: eten en drinken, wassen en aankleden, maar ook mobiliteit zijn van groot belang voor het dagelijks functioneren. Het stelt thuiswonende ouderen immers in staat de dagelijkse activiteiten zo goed mogelijk uit te voeren.

Behalve onderzoek verrichten zal prof. dr. Sandra Zwakhalen ook onderwijs (blijven) geven aan studenten

Gezondheidswetenschappen en Geneeskunde van de Universiteit Maastricht en studenten Verpleegkunde van de Zuyd Hogeschool.

Titel van haar oratie van 14 december 2018 : *De zorg voor ouderen thuis: veel spreiding, niet gemiddeld.*

Neuropsychologische diagnostiek bij ouderen. Een overzicht van veelgebruikte instrumenten door Ouderenspsychologie Noord

Ouderenpsychologie Noord is een netwerkgroep die een betere samenwerking tussen ouderenpsychologen in de regio Noord wil bewerkstelligen. Deze regiogroep van de Sectie Ouderenpsychologie van het Nederlands Instituut van Psychologen (NIP) richt zich op de ouderenpsychologen in de provincies Groningen, Friesland en Drenthe. Het doel is om onderling contact tussen de leden te bevorderen en om snel en gemakkelijk informatie te kunnen delen en ontvangen. Denk hierbij aan het coördineren van intervisiegroepen, het delen van kennis doordat ouderenpsychologen uit de regio scholingen naar het Noorden halen en het organiseren van symposia.

Daarnaast is er een werkgroep testbatterij die diagnostische instrumenten bij ouderen up-to-date houdt. Deze werkgroep heeft in 2019 is een eerder ontwikkeld *Testoverzicht voor neuropsychologische diagnostiek* geactualiseerd. Voor negen domeinen op het gebied van cognitie, gedrag en stemming zijn 45 instrumenten beschreven volgens een vast stramen van 'meetpretentie', 'algemene inhoud', 'normgegevens' en 'achtergrondliteratuur'. Normgegevens zijn waar mogelijk ontleend aan recent Nederlands onderzoek. Het testoverzicht sluit aan op de Monodisciplinaire richtlijn neuropsychologisch onderzoek bij lichte cognitieve stoornissen (MCI) en dementie, van de NIP Sectie Neuropsychologie, maar biedt ook een gedetailleerde uitbreiding daarop.

Het testoverzicht informeert psychologen in de ouderenzorg over veelgebruikte testen en de meest recente normen. Het document blijft in ontwikkeling. De nieuwste versie is steeds op de website te vinden en te raadplegen:

www.ouderenpsychologie-noord.nl

Auteurs

Redactie

Vilans, Kenniscentrum voor langdurende zorg

Mr. C. S. M. (Cordulia) Hermans-van Leeuwe (rubriek Signalementen)

Dr. Annette Plouvier (redactiesecretaris per 1 september 2020)

Mr. drs. P. J. F. (Paul) van der Kooij (redactiesecretaris tot 1 september 2020)
