



**VitaDem-studie: vitaal blijven en meedoen,
ondersteuning op maat voor mensen met
dementie en hun naasten**

VitaDem interventies

**Protocol 2
Functionele Training Mantelzorgers (FTO)**

januari 2015

Petra Simonsma, Ariëtte van Hespen en Carola Döpp, TNO

Functionele training ouderen

Behandelprotocol

Naam deelnemer(s)

Geboortedatum

Naam behandelaar

Start datum

NB: dit blad niet meezenden naar onderzoek

Clëntpaarcodenummer:

Datum inclusie:

Door cliëntpaar bepaald doel:

Vorbereiding Functionele Training Ouderen

1. Lees voorafgaand aan de intake de samenvatting van de behoefte-inventarisatie door die toegestuurd is door de casemanager en het verslag van de caseconference en het adviesgesprek. Wanneer deze niet gestuurd is graag opvragen bij de betreffende casemanager.
2. Welke informatie mis je nog uit de behoefteanalyse of met Functionele Training te starten?
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.
 - f.
3. Registreer op het formulier de informatie die al beschikbaar is voor het stellen van de fysiotherapeutische diagnose. Vraag in de intake enkel naar informatie die nog niet bekend is.
4. Ook voor het specificeren van de doelen alleen naar informatie vragen die nog niet bekend is vanuit de behoefteanalyse.

A Intake Functionele Training Ouderen

1. Wat is de belangrijkste reden voor u om mee te doen aan het beweegprogramma?

.....

2. Heeft u klachten of aandoeningen die relevant zijn voor de trainer?

.....

.....

	Vraag	Ja	Nee
3.	Is er ooit door een arts geconstateerd dat u last van hart- en vaatziekten heeft en dat u alleen lichamelijke activiteit op advies van een arts moet uitvoeren?		
4.	Heeft u pijn op de borst tijdens lichamelijke activiteit?		
5.	Heeft u in de afgelopen maand last gehad van pijn op de borst in rust?		
6.	Verliest u uw balans als gevolg van duizeligheid of verliest u het bewustzijn wel eens?		
7.	Heeft u bot- of gewrichtsaandoeningen zoals artrose, artritis of reuma die verergeren door inspanning?		
8.	Gebruikt u momenteel medicijnen die door een arts zijn voorgeschreven (bijvoorbeeld plaspillen) in verband met uw bloeddruk of voor uw hart?		
9.	Is er een goede reden die nog niet genoemd is waardoor u (misschien) niet mee zou kunnen doen aan een beweegprogramma? Zo ja, welke?		

Bron vraag 4-10: Physical Activity Readiness Questionnaire (PARQ). American College of Sports Medicine. Guidelines for exercise testing and prescription. Philadelphia: Lea Febiger, 2002.

10. Zijn er Rode vlaggen geriatric: JA / NEE

- Onbegrepen tekenen of symptomen (ook na trauma)
- Belasten niet mogelijk
- Onverklaard gewichtsverlies
- Langer bestaande (onverklaarde) koorts
- Pijn die progressief is en die 's nachts optreedt of verergerd
- Kanker in de voorgeschiedenis
- Algemeen onwelbevinden
- Uitgebreide neurologische symptomen of tekenen
- Veranderingen in mentale gesteldheid zoals geheugenverlies, verwardheid, bewustzijnsdaling, slaperigheid, verhoogde prikkelbaarheid
- Gedeprimeerdheid
- Plotselinge verandering in mobiliteit en continentie
- Eerste episode van lage rugpijn of hoofdpijn
- Pijn op de borst
- Hartproblemen (waarbij alleen fysieke inspanning mag plaats vinden op advies arts)
- Respiratoire problematiek waarbij saturatie onder de 90% is
- Evenwichtsproblemen
- Vallen

Bron: Masteropleiding Geriatrie Utrecht

11. CONCLUSIE algemene intake

- 1) trainbaar
- 2) eerst aanvullend onderzoek/informatie
- 3) niet trainbaar

OPMERKINGEN:

Fysiotherapeutische diagnose/conclusie

1. Aard en ernst van problemen:
 - 1.1. op niveau van activiteiten:
 - 1.2. op niveau van participatie en zelfredzaamheid:
 - 1.3. op niveau van stoornissen:
2. Onderliggende medische factoren:
3. Onderliggende externe factoren:
4. Onderliggende persoonlijke factoren:
5. Gebruikte meetinstrumenten in diagnostisch proces:

<i>Datum</i>	<i>Meetinstrumenten</i>	<i>Uitkomst</i>

6. INVENTARISEREN DOELEN VAN DE PATIENT

Patiënt Specifieke Klachten (PSK)

Het is voor de trainer belangrijk om te weten waar de verbetering van uw dagelijks functioneren uit moet bestaan.

Om na te gaan welke activiteiten bij uw persoonlijke doel(en) horen willen wij u vragen hieronder die activiteiten aan te kruisen die:

- vaak voorkomen in uw situatie én
- nu moeilijker uitvoerbaar zijn dan enkele jaren geleden én
- u door het trainingsprogramma wilt verbeteren.

Het betreft activiteiten die betrekking op het zich verplaatsen/staan en gaan, de persoonlijke verzorging, het huishouden, sociale activiteiten en het uitvoeren van hobby's. U mag ook andere, voor u belangrijke activiteiten opschrijven.

Activiteitenlijst Functioneel trainen	
Zich verplaatsen / staan en gaan	Huishouden
<input type="checkbox"/> opstaan uit een stoel, bank of fauteuil	<input type="checkbox"/> maaltijd klaarmaken
<input type="checkbox"/> staan en vooroverbuigen, b.v. naar laag Kastje	<input type="checkbox"/> voorwerp optillen en dragen
<input type="checkbox"/> staan en reiken, b.v. naar hoog kastje	<input type="checkbox"/> voorwerp oprapen van de vloer
<input type="checkbox"/> opstaan vanaf de vloer	<input type="checkbox"/> boodschappen doen
<input type="checkbox"/> lopen in huis	<input type="checkbox"/> lichte huishoudelijke activiteiten, namelijk
<input type="checkbox"/> in / uit de auto stappen	<input type="checkbox"/> zware huishoudelijke activiteiten, namelijk
<input type="checkbox"/> lang achtereen staan	
<input type="checkbox"/> traplopen	Overige activiteiten
<input type="checkbox"/> buitenshuis lopen naar	<input type="checkbox"/> wandelen
	<input type="checkbox"/> fietsen
Persoonlijke verzorging	<input type="checkbox"/> op bezoek gaan bij familie, vrienden of Kennissen
<input type="checkbox"/> aan- en uitkleden	<input type="checkbox"/> op reis gaan
<input type="checkbox"/> (zich) wassen en afdrogen	<input type="checkbox"/> in de tuin werken
<input type="checkbox"/> in / uit bad of douche komen	<input type="checkbox"/> klussen, doe-t-zelven
<input type="checkbox"/> anders, namelijk	<input type="checkbox"/> sporten, namelijk
	<input type="checkbox"/> uitvoeren van hobby's, namelijk
	<input type="checkbox"/> andere activiteit, namelijk

Selecteer de **3 belangrijkste activiteiten** en rangschik ze naar mate van belangrijkheid voor u (activiteiten die u het liefste zou zien veranderen in de komende maanden):

1.
2.
3.

INVULVOORBEELD:

Activiteit: lopen naar het winkelcentrum met boodschappen

Hoe moeilijk was het voor u in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

Scoort u 0, dan kost het lopen naar het winkelcentrum u geen enkele moeite

Scoort u 10, dan is het lopen naar het winkelcentrum onmogelijk voor u

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Geen enkele moeite									Onmogelijk	

Activiteit 1:

Hoe moeilijk was het in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
helemaal geen moeite									onmogelijk	

Activiteit 2:

Hoe moeilijk was het in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
helemaal geen moeite									onmogelijk	

Activiteit 3:

Hoe moeilijk was het in de afgelopen week om deze activiteit uit te voeren?

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
helemaal geen moeite									onmogelijk	

7. SAMENVATTING

7.1. Indicatie voor FTO: ja / nee

Indien JA:

1.1. Het belangrijkste doel is:

1.2. Daarnaast wordt gewerkt aan de doelen:

Indien NEE, graag toelichten:

B Behandeling *(beschrijving per sessie, dus dit stuk meerdere keren erin)*

Algemeen

Datum:

Sessienummer:

Behandelaar:

Locatie(s): in huis / om huis / in de buurt / in de wijk / anders, namelijk

Starttijd:

Eindtijd:

Indien de vorige sessie is vervallen/verschoven, graag reden aangeven:

.....

Geoefende activiteit(en)

1.

2.

3.

4.

5.

Uitgevoerde verrichtingen / verzwaren

1. Verzwaren JA / NEE

 A. vergroting complexiteit / dubbeltaken, namelijk

 B. fysieke verzwaaring, namelijk

2. Advisering actieve(re) leefstijl JA / NEE

 Indien ja, graag beschrijven

Fysieke metingen JA / NEE

	Score
PSK	
TUG (Timed Up & Go)	
10 meter looptest	
Patiënt relevante fysieke test:	

Ruimte voor opmerkingen / afspraken / bijstellen doelen

Scores door patiënt

De **zwaarste** oefening van vandaag was voor mij:

- Niet inspannend
- Een beetje inspannend
- Behoorlijk inspannend
- Heel erg inspannend

De **moeilijkste** oefening van vandaag was voor mij:

- Niet ingewikkeld
- Een beetje ingewikkeld
- Behoorlijk ingewikkeld
- Heel erg ingewikkeld

C Evaluatie van het gehele behandelproces

In te vullen door de fysiotherapeut ter afsluiting van de gehele behandeling.

In welke mate is het gelukt om voor deze deelnemer de volgende zaken in de trainingen te gebruiken?

Score 0 tm 10: 0 = niet gelukt 10 = helemaal gelukt; nvt = dit item is niet van toepassing voor deze cliënt

	Cijfer 0 – 10
Opbouw van eenvoudig naar complex	
Opbouw van intensiteit	
Opbouw naar situatie van de cliënt	
Opbouw naar verschillende omstandigheden	
Opbouw van reserve capaciteit	
PSK tweemaal afnemen	
TUG tweemaal afnemen	
10 meter looptest tweemaal afnemen	
Functionele tests tweemaal afnemen	
Sociale omgeving betrekken bij de activiteiten	
Een actieve leefstijl bewerkstelligen	

Wat waren belangrijke bevorderende en belemmerende factoren?

.....

Beoordeling resultaat FTO door fysiotherapeut (kruis 1 mogelijkheid aan)			
	Ja	Beetje	Nee
<p>De behandeldoelen zijn bereikt (beschrijf elk doel kort en geef elk doel een score)</p> <p>Doel 1:</p> <p>Doel 2:</p> <p>Doel 3:</p>
De resultaten zijn merkbaar voor de patiënt op het niveau van activiteiten en participatie in zijn/haar dagelijks leven
<p>De patiënt heeft nu meer:</p> <p>Fysieke reservecapaciteit</p> <p>Mentale reservecapaciteit</p> <p>.....</p>
<p>De sociale omgeving is nu meer actief betrokken bij:</p> <p>De activiteiten van de mantelzorger</p> <p>De activiteiten van de persoon met dementie</p>
De mantelzorger en de persoon met dementie hebben in algemene zin meer voordelen dan nadelen ondervonden van de behandeling

Ruimte voor opmerkingen: