

NUZO: geleerde lessen en aanbevelingen in coronatijd

Corona heeft een grote impact op de levens van ouderen. Samen met de NUZO-partners en met ouderen heeft NUZO opgetekend welke lessen in 2020 van de crisis zijn geleerd. Wat betekenen de ervaringen uit coronatijd voor de integrale ouderenzorg en -welzijn? Wij willen deze ervaringen met u delen en stimuleren dat de geleerde lessen landen in de praktijk, ook na coronatijd.

1. Maatwerk

Er is juist in coronatijd behoefte aan maatwerk en ruimte voor autonomie. Bij ouderen én professionals.

Aanbevelingen: Maatwerk is nodig om goed te kunnen omgaan met het spanningsveld tussen kwaliteit van leven en veiligheid. Zoek samen – binnen de regels – naar ruimte voor wat wél kan. Deel informatie, mensen en middelen in acute en planbare zorg, en ga daarbij uit van het principe ‘de juiste zorg op de juiste plek’. Realiseer met welzijnspartners passende ondersteuning bij het onderhouden van het sociale netwerk van kwetsbare groepen.

2. De kracht van ouderen en hun netwerk

Ouderen zijn in coronatijd vooral op hun kwetsbaarheid aangesproken. Het is belangrijk om te blijven uitgaan van hun kracht, ook als zij door omstandigheden kwetsbaar zijn.

Aanbevelingen: Zorg is breder dan alleen medische zorg. Houd ook in crisissituaties oog voor welzijn, kwaliteit van leven en het belang van ieders persoonlijke netwerk. Combineer zorg met welzijn en geef de gemeente daarbij een regiefunctie. Ga met ouderen en naasten in gesprek over de laatste levensfase, over perspectief én over kwaliteit van leven en sterven. Door corona komt de afweging wat voor een oudere belangrijk is zeer dichtbij. Bied ruimte voor de vraag: ‘Wat kan en mag ik daarin vragen?’*

*Zie ook de oproep van de NUZO Ouderendelegatie ‘Wat kan en mag ik vragen?’
Kijk hiervoor op de website: www.nuzo-utrecht.nl/geleerdelessen.

3. Gevolgen uitgestelde (sociale) zorg

Een deel van de medische zorg is uitgesteld. Maar ook ‘sociale zorg’ lijdt onder de coronacrisis, met eenzaamheid als gevolg. De oversterfte is veel hoger bij migrantenouderen en mensen met een lagere sociaaleconomische status.

Aanbevelingen: Houd contact met ouderen: ga de wijk in, bel op en inventariseer behoeften. Zoek met elkaar naar creatieve oplossingen die onder corona-omstandigheden mogelijk zijn. Laat zorg en welzijn – als dit veilig kan – naar ouderen toe komen in plaats van andersom. Bevorder zelfzorg en maak gebruik van informele zorg. Organiseer zorg en welzijn dichtbij en ook met behulp van e-health. Let speciaal op migrantenouderen en ouderen met een kleinere beurs.

4. E-health en digitale communicatie

In coronatijd zijn veel ouderen zelfredzamer geworden met beeldbellen, ook in contacten met zorgverleners. Toch kan niet iedereen overweg met digitale communicatiemiddelen. Deze middelen kunnen fysiek en persoonlijk contact niet volledig vervangen.

Aanbevelingen: Kies voor een tweesparenbeleid: stimuleer digitale vaardigheden waar het kan, maar houd warme sociale contacten overeind. Blijf dus ook bellen zonder beeld, stuur brieven en folders, en af en toe een kaartje of attentie. Maak gebruik van de kennis van onderwijspartners die thuis zijn in didactiek. Zij weten hoe je kennis via digitaal contact effectief overbrengt.

5. Informatievoorziening en coördinatie

Organisaties in zorg en welzijn beschikken over crisisstructuren en protocollen. Deze kunnen beter op elkaar aansluiten. In de coronacrisis is de regievoering niet altijd duidelijk geweest. En welke rol hebben de (regionale) partners en de ouderen zelf?

Aanbevelingen: Durf elkaar te vragen wat de ander nodig heeft. Uit onderling je waardering en deel expertise en menskracht over de grenzen van organisaties en netwerken heen. Communiceer in begrijpelijke taal en attendeer ouderen en mantelzorgers op informatiekanalen van bijvoorbeeld KBO/PCOB en NOOM.

6. Verdeling schaarse middelen en zorg

De meeste ouderen wonen zelfstandig en bij coronaklachten zijn zij meestal thuis verzorgd. Beschermende middelen zijn dus ook nodig voor ouderen zelf, hun mantelzorgers en voor partners in de eerste lijn.

Aanbevelingen: Koop tijdig gezamenlijk in en verdeel schaarse middelen in eerste én tweede lijn. Werk intensief samen, over de domeinen heen. Bezie het geheel als een samenhangend netwerk voor eerstelijnszorg, zorg en welzijn thuis en zorg in ziekenhuizen en verpleeghuizen. Wat er in verpleeghuizen gebeurt, heeft effect op de acute zorg. Omgekeerd kunnen verpleeghuizen ziekenhuizen ontlasten door patiënten waar nodig over te nemen.

7. Woon- en leefomgeving

Een deel van de thuiswonende ouderen zou in coronatijd baat kunnen hebben bij nieuwe leef- en woonvormen. Veilige en gezonde omgevingsfactoren zijn cruciaal. Denk aan brede wandel- en fietspaden en veilige ontmoetingsplekken buiten en binnen.

Aanbevelingen: Zorg samen dat ouderen langer zelfstandig thuis kunnen blijven en zich daarop ook tijdig voorbereiden. Zet het wonen van ouderen hoog op de agenda van gemeenten en wooncorporaties. Met aandacht voor het bouwen voor senioren en slimme technologie. Stimuleer de samenwerking tussen gemeenten, wooncorporaties, ouderen en ouderenorganisaties en zorg- en welzijnsorganisaties. En deel goede voorbeelden over nieuwe woonvormen en slimme technologie met ouderen en samenwerkingspartners.

Dit is een uitgave van NUZO (Netwerk Utrecht Zorg voor Ouderen) in het kader van de door de NUZO-partners en ouderen 'Geleerde lessen en aanbevelingen in coronatijd', december 2020. Het volledige rapport is te vinden op www.nuzo-utrecht.nl/geleerdelessen of via het secretariaat van NUZO.

Voor meer informatie:

Secretariaat NUZO
088 75 681 22
secretariaatNUZO@umcutrecht.nl
www.nuzo-utrecht.nl