

Congres kwaliteit en bekostiging van de langdurige zorg

15 maart 2018

Healthy Ageing Family Care, Health Literacy & Quantified Self

Han de Ruiter & Wolter Paans
Centre of Expertise Healthy Ageing
Hanzehogeschool, Groningen



Healthy Ageing Network
Northern Netherlands
Region of Knowledge and Development



Hanze
University of Applied Sciences
Groningen



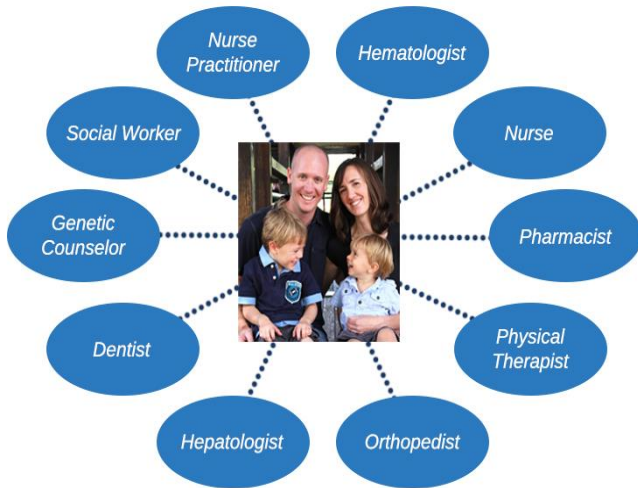
Research Group Nursing Diagnostics

HEALTHY AGING®

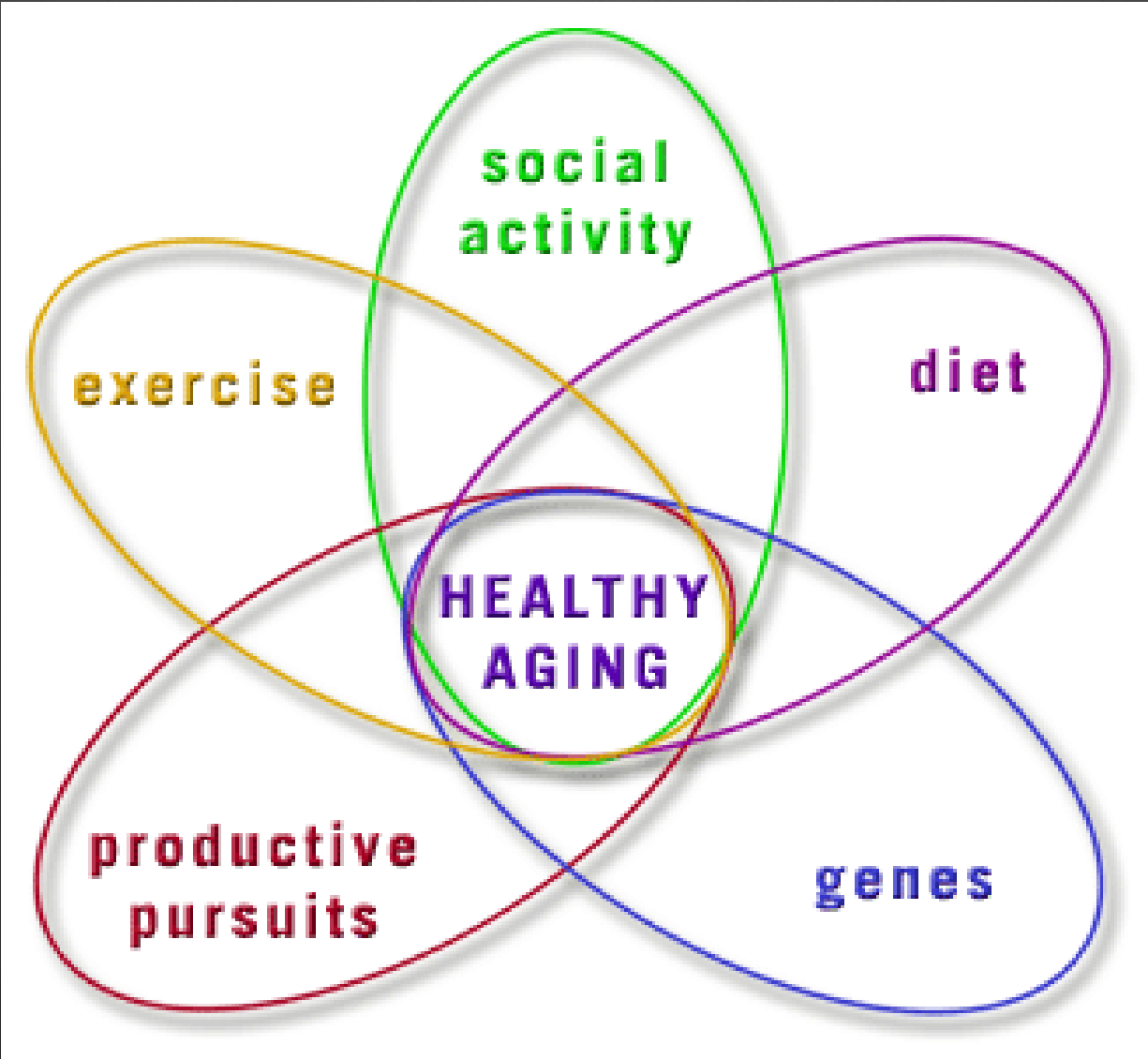
September is Healthy Aging Month

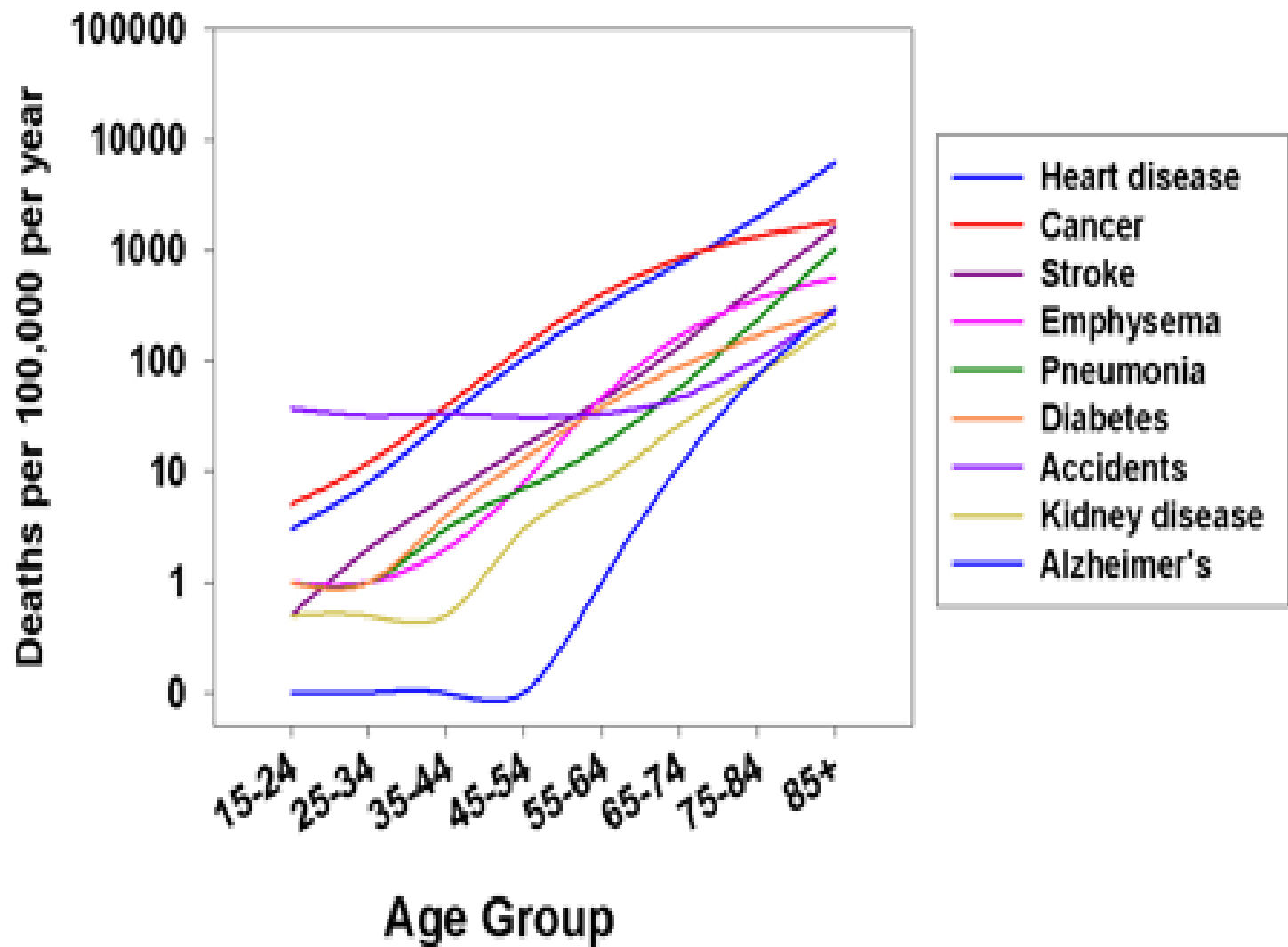


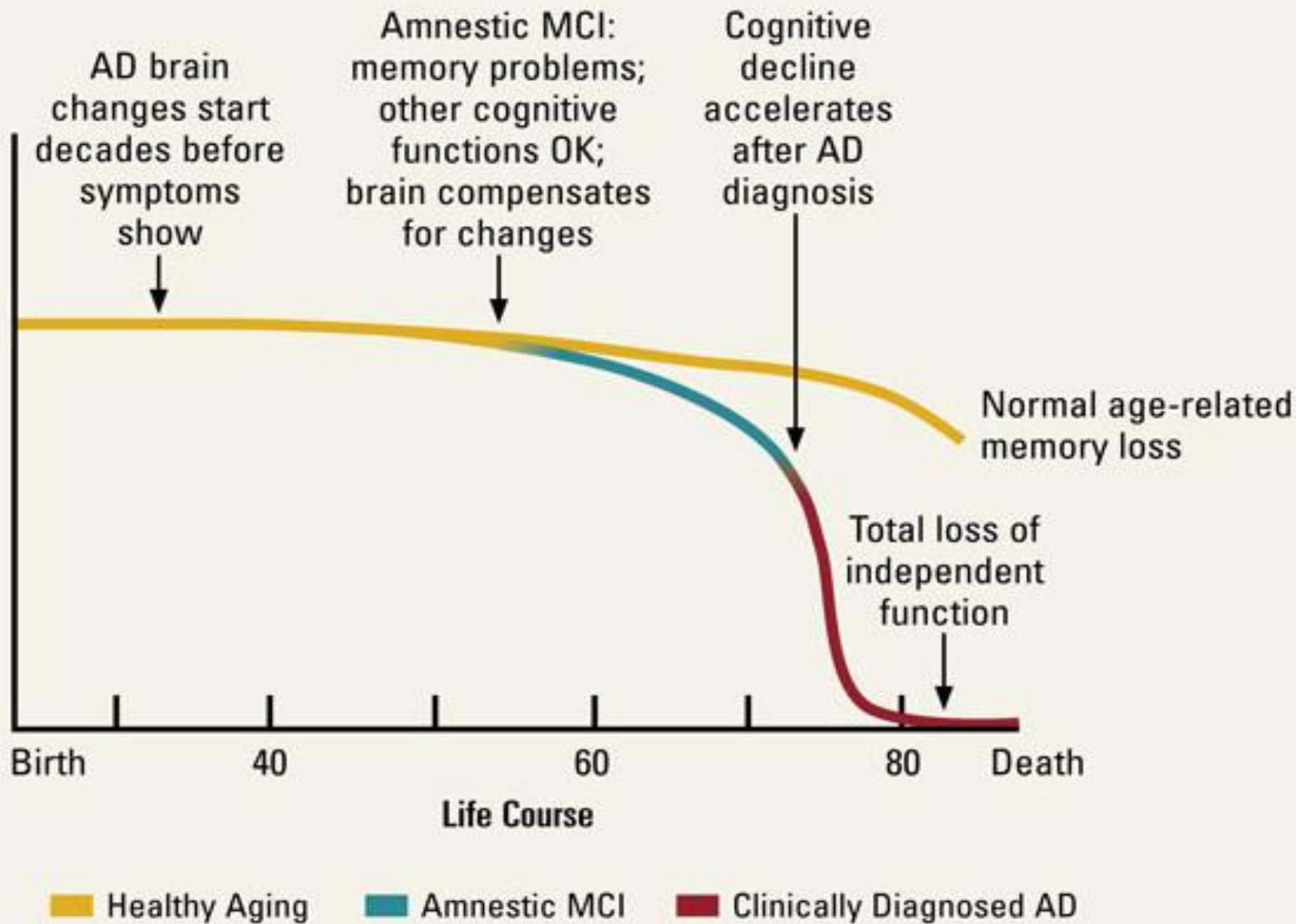
Family-Centered Care



Healthy Ageing...
Waar hebben we het over?



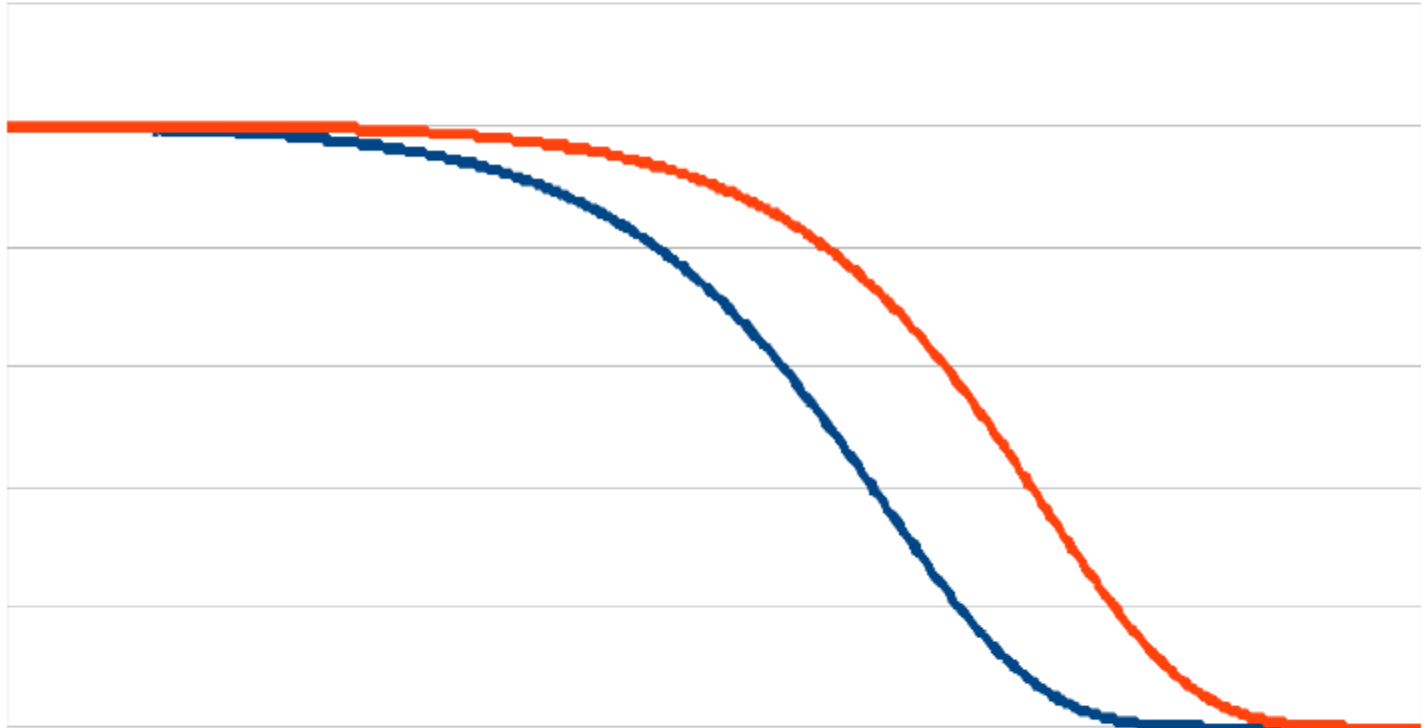




Delayed Aging

both mean and max life span

Number remaining alive----->



Age----->

GELUKKIG EN GEZOND 100 JAAR OUD WORDEN; HOE DOE JE DAT?

Gelukkig en gezond leven én dan ook nog heel oud worden. Hoe doe je dat? Dat laat de tentoonstelling Gelukkig Gezond! van het Universiteitsmuseum in Groningen zien die op 22 juni opende. Wist je dat 's werelds allereerste 100 jarige een Groninger was en in 1888 leefde? Wat was zijn geheim? En wat leert de geschiedenis ons over gelukkig en gezond leven?

Door Groningen, City of Talent - Geplaatst op 22 juni 2017

ER GAAT NIETS BOVEN 
GRONINGEN

city
of
talent

Groningen is een stad waar het bruist van nieuw talent. Ieder jaar weer. En dat willen we graag vertellen. Want talent verdient de aandacht. Daarom voeren de Rijksuniversiteit Groningen, de Hanzehogeschool, het Universitair Medisch Centrum en de gemeente Groningen samen met Marketing Groningen de landelijke campagne 'Groningen, City of Talent'.

NCBI Resources How To

PubMed.gov
US National Library of Medicine
National Institutes of Health

PubMed Healthy Aging |

Create RSS Create alert Advanced

Format: Summary ▾ Sort by: Most Recent ▾ Per page: 20 ▾

Send to ▾

Search results

Items: 1 to 20 of 31235

<< First < Prev Page 1 of 1562 Next > Last >>

- [Nerve Conduction Studies as a Measure of Disease Progression: Objectivity or Illusion?](#)
1. Lanza G, Kosac A, Trajkovic G, Whittaker RG.
J Neuromuscul Dis. 2017;4(3):209-215. doi: 10.3233/JND-170243.
PMID: 28869485
[Similar articles](#)
- [Tai Chi Chuan and Baduanjin Increase Grey Matter Volume in Older Adults: A Brain Imaging Study.](#)
2. Tao J, Liu J, Liu W, Huang J, Xue X, Chen X, Wu J, Zheng G, Chen B, Li M, Sun S, Jorgenson K, Lang C, Hu K, Chen S, Chen L, Kong J.
J Alzheimers Dis. 2017 Aug 30. doi: 10.3233/JAD-170477. [Epub ahead of print]
PMID: 28869478
[Similar articles](#)

CENTENARIANS IN GERMANY.

[DISPLAYING ABSTRACT]

Some curious statistics have come to light at the last census in Germany, which was taken about a year ago. According to these there were at the end of 1885 no less than 72 male and 160 female centenarians in Germany.

PERMISSIONS

 View the full article in TimesMachine.

- ▲ INED « Nombre de centenaires » ; data.
- ▲ Insee "Pyramide des âges au 1er janvier 2016", January 2016.
- ▲ Magazine Focus 2013-2-8, retrieved 14. Nov. 2013
- ▲ [Displaying Abstract] (25 October 2010). "CENTENARIANS IN GERMANY". *New York Times*. Retrieved 4 November 2010.
- ▲ "Döbbenet: egyre többen élnek 100 évnél tovább". *borsonline.hu*. 07 October 2013. Retrieved 26 November 2016.

© De Cetera.

DAMN.
Another rerun on
the Food Channel
again.

That's the
microwave,
Bob.



A Johns Hopkins Press Health Book



**A MAN'S GUIDE TO
HEALTHY
AGING**

STAY SMART, STRONG, AND ACTIVE

EDWARD H. THOMPSON, JR., AND LENARD W. KAYE





Levensstijl bepaalt helft van dementiekans 50-plusser

✍ Wim Köhler 🕒 16 mei 2017



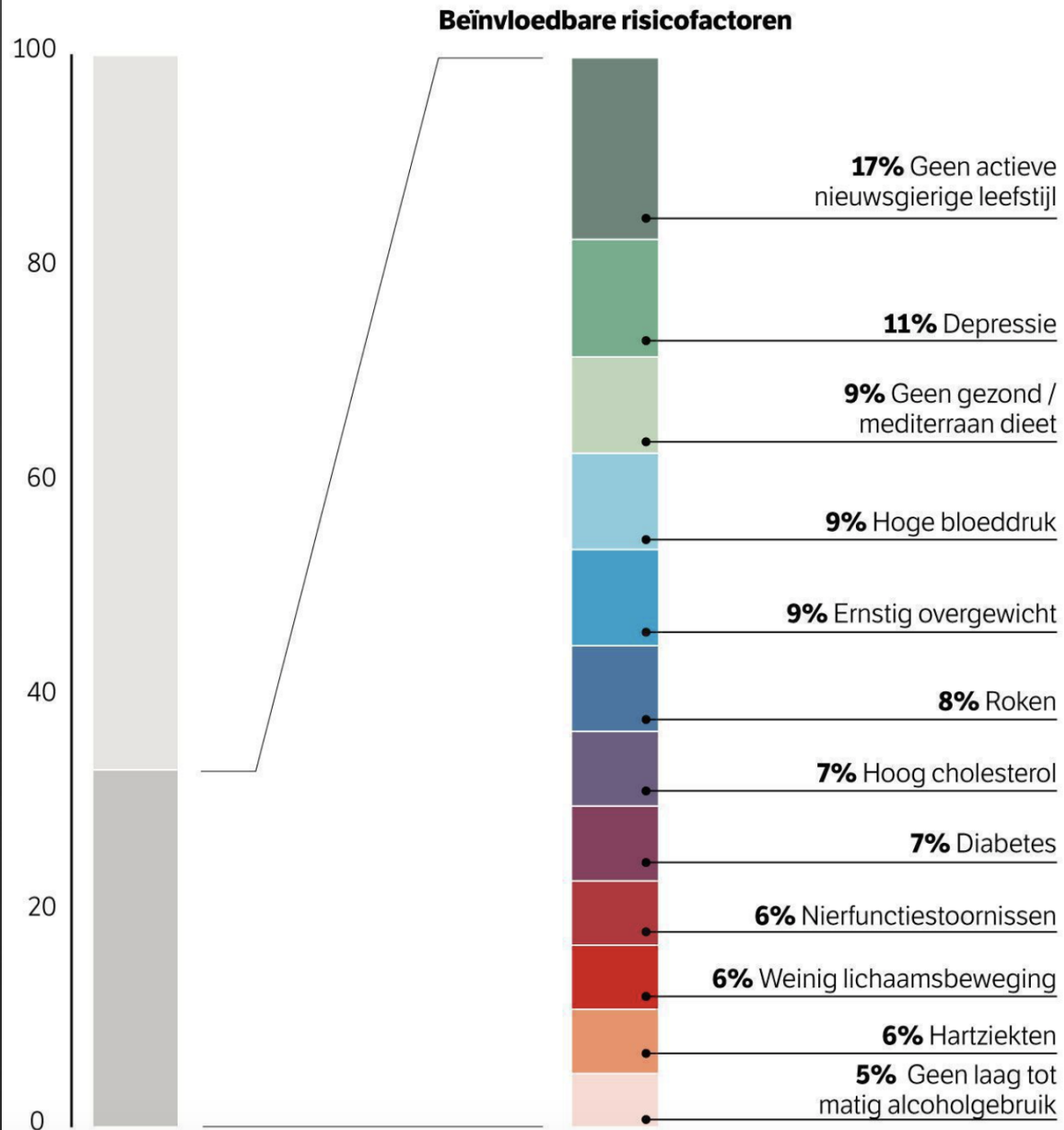
Foto Roos Koole/ANP 📷



Vijftigers en zestigers die ongezond leven, kunnen hun kans om dement te worden halveren door gezonder te gaan leven. Dat blijkt uit een dementie-voorspellend rekenmodel - de LIBRA-index, ontwikkeld aan de Maastrichtse universiteit en het

Eenderde van de kans op dementie wordt bepaald door beïnvloedbare risicofactoren.

Niet beïnvloedbare risicofactoren zijn onder meer leeftijd, geslacht, opleidingsniveau en genen



FAMILY CARE



Project Concept



1

most elderly patients
prefer home care to
residential care

(Higginson et al., 2000)



OPINIE

Meer aandacht nodig voor omgeving patiënt

Er is weinig te merken van echte aandacht voor familie of mantelzorgers rondom patiënten of cliënten. En dat terwijl steeds meer mantelzorgers overbelast raken.

MARIE LOUISE LUTTIK, WOLTER PAANS EN MARGREET LUINGE

Hoe kan het dat in vijf jaar behandeling en begeleiding van een man met de ziekte van Parkinson door het behandelteam nooit gesproken is met de drie zonen in dit gezin? En dat terwijl er mensonteerende situaties plaatsvonden en de moeder totaal overbelast raakte.

Dat kan omdat de gezondheidszorg al decennia lang, en nog steeds, het motto 'de patiënt centraal' ahangt, verwijzend naar autonomie, zelfmanagement en eigen regie van de patiënt. Dit motto was in de jaren tachtig en negentig functioneel en een stap vooruit in de overgang van het denken vanuit het belang van de organisatie naar het denken vanuit het belang van de individuele patiënt. De vraag is of dit motto nog steeds past bij de huidige ontwikkelingen in de maatschappij en onze gezondheidszorg.

Ondanks de breed gedragen visie dat zorg aan patiënten zoveel mogelijk dicht bij huis moet plaatsvinden, zijn we in onze gezondheidszorg helaas de aandacht voor de omgeving en de context van patiënten goeddeels kwijtgeraakt. Er is nog bitter weinig te merken van echte aandacht voor familie of mantelzorgers rondom patiënten of cliënten. En dat terwijl een steeds groter wordend deel van de familieleden en mantelzorgers in Nederland inmiddels overbelast raakt, veelal leidend tot gezondheidsklachten of een burn-out.

Het netwerk notarissen meldde



Patiënt en zijn omgeving verdienen aandacht. FOTO ARCHIEF ANP

Zorg aan familieleden of andere naasten kan zwaar zijn

middels breed onderkend. Het onderwerp overbelasting van mantelzorgers krijgt veel aandacht in de media. Het huidige ondersteuningsaanbod vanuit de WMO (Wet Maatschappelijke Ondersteuning) voor familie en mantelzorgers in de vorm van bijvoorbeeld een individueel gesprek of een kortingspas is echter veel te simpel en volstrekt ontoereikend.

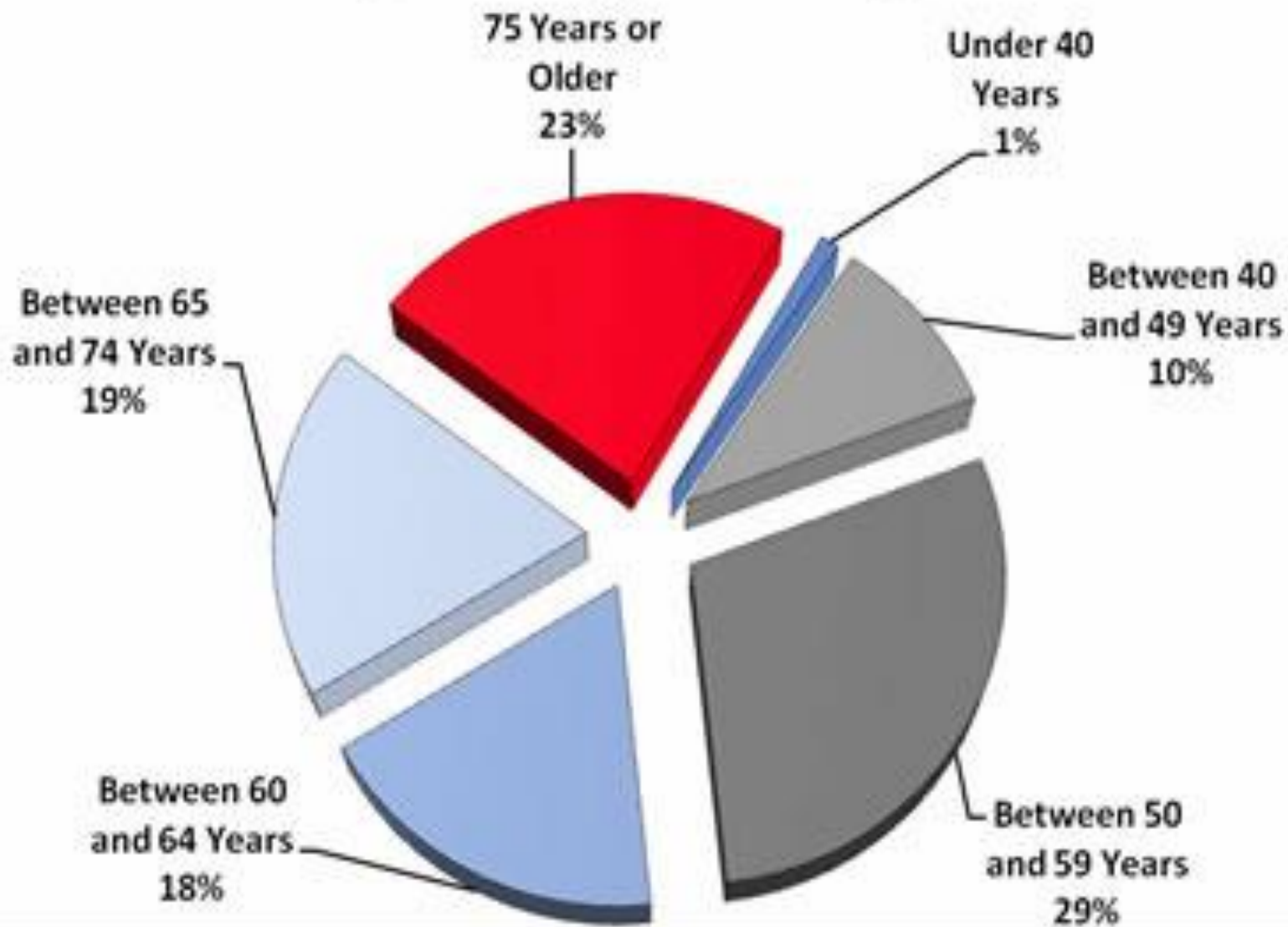
De transitie van een onhoudbare

telzorgers centraal te stellen. Door hen gezamenlijk te ondersteunen, met kennis over en aandacht voor onderlinge relaties. Dat betekent dat zorginstellingen en zorgprofessionals verstand moeten hebben van de patiënt en zijn aandoening, maar zeker ook van de gevolgen van ziekte en zorgafhankelijkheid op relaties en het functioneren van een familie.

Waar motto 'de patiënt centraal' destijds een stap vooruit was is het nu niet meer passend bij de huidige maatschappelijke ontwikkelingen in de richting van een participatiesamenleving. 'De patiënt en zijn familie centraal' zou vanaf nu wellicht een beter motto zijn.

Dr. Marie Louise Luttik, Dr. Wolter Paans en Dr. Margreet Luinge zijn

Figure 1. Age of Caregiver



Familiezorg: een voorbeeld

Het inzetten van Systemisch Denken en Werken. Een voorbeeld is de interventie 'Familiegesprek' ter ondersteuning van de professionele zorgverlening met als doel te komen tot een doelmatige en duurzame inzet van het Familiegesprek voor verpleegkundigen waardoor zij, in samenwerking en met inzet van het familiesysteem, optimale ondersteuning kunnen aanbieden aan de zorgvrager.

- Het **versterken** van de kracht en kwaliteiten van het **familiesysteem**
- Goede **verbinding** en informatieoverdracht tussen **formele en informele zorg**
- De **optimale inzet** van **formele en informele zorg**
- **Preventie** van **overbelasting** van de **mantelzorger** en het **familiesysteem**

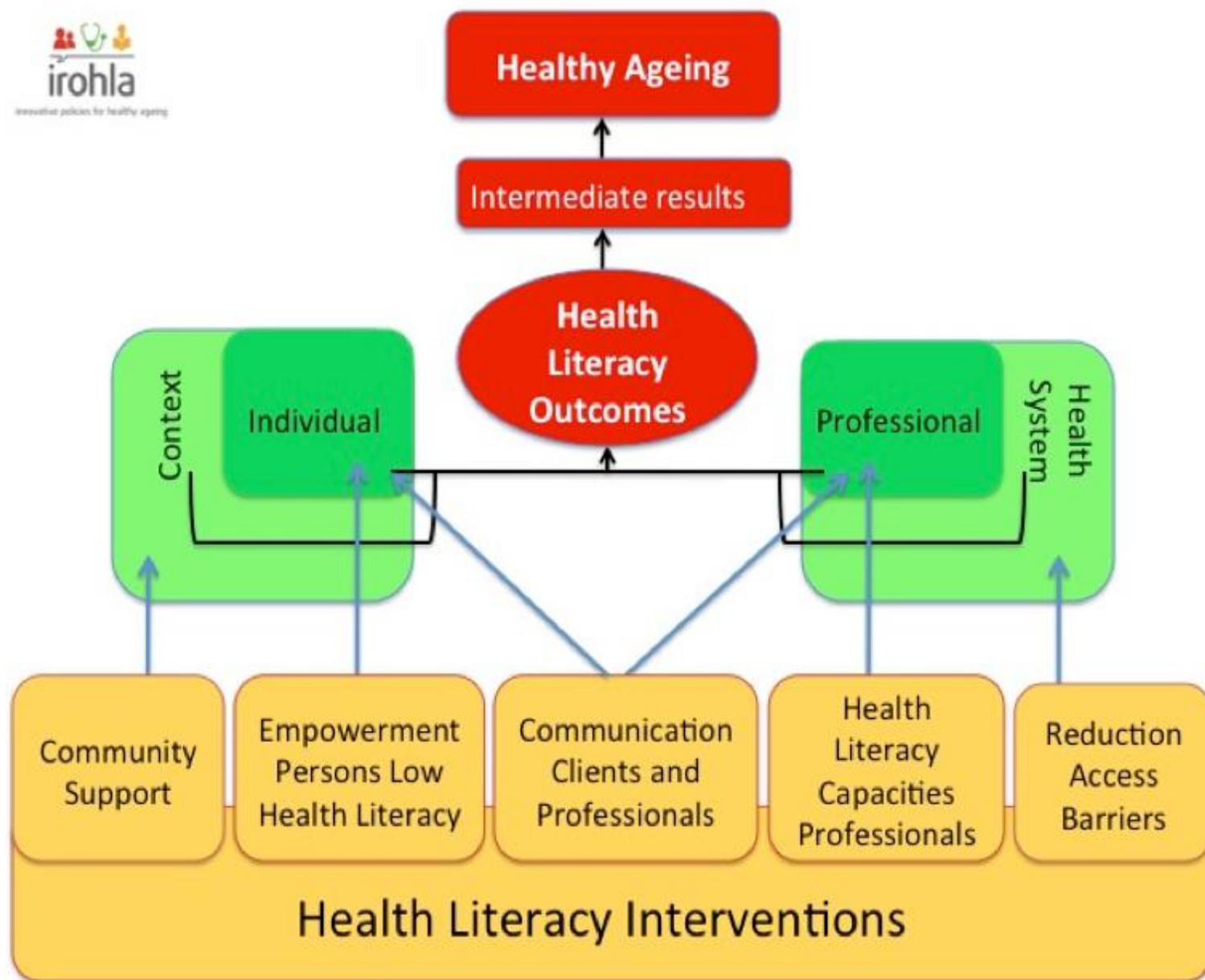
HEALTH LITERACY

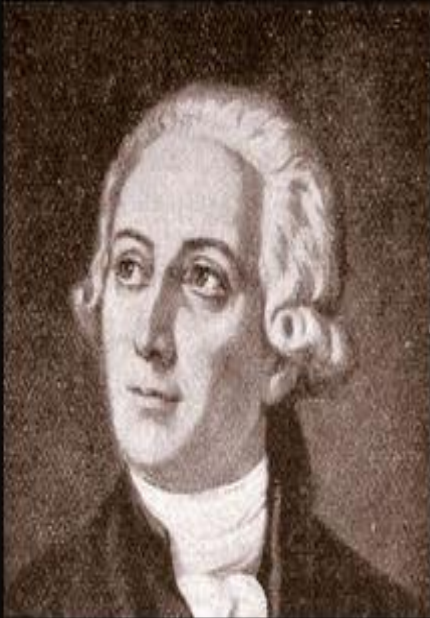
health literacy

noun / 'helth 'li-t(ə-)rə-sē

: capacity to obtain, process, and understand basic health information and services to make appropriate health decisions

literacy
health
communication
informed
education
decisions
skills
research
tools
information
decision
medical
understand
complex
data
support
aids
numeracy
visual
outcomes





Nothing is lost, nothing is
created, everything is
transformed

~ Antoine Lavoisier





A service of the U.S. National Library of Medicine and the National Center for Biotechnology Information
www.pubmed.gov

[All Databases](#)
[PubMed](#)
[Nucleotide](#)
[Protein](#)
[Genome](#)
[Structure](#)

Search for

[Limits](#)
[Preview/Index](#)
[History](#)
[Clipboard](#)
[Details](#)

To get started with PubMed, enter one or more search terms.
 Search terms may be [topics](#), [authors](#) or [journals](#).

[About Entrez](#)
[Text Version](#)
[Entrez PubMed Overview](#)
[Help](#) | [FAQ](#)

WHAT IS PUBMED?

SEARCH
PORTAL

BIOMEDICINE
LITERATURE AND
RELATED FIELDS
(RECORDS SINCE 1948)

LINKS TO
FULL-TEXT

DEVELOPED BY NATIONAL LIBRARY OF MEDICINE AND NATIONAL CENTER OF BIOTECHNOLOGY INFORMATION

+ DE 23 MILLION REFERENCES

THE QUANTIFIED SELF MOVEMENT



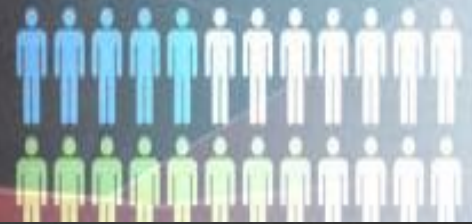
Quantified Self

Jan Feb. Mar Apr May Jun Jul Aug Sept Oct Nov Dec



280

15632





Pregnant

je

$$e^{2\pi i} + 1 = 0$$

Euler Identity

This universal process gives us a concept of the moment of now with oneness, unity and a concept of zero

$$(E = \gamma M_0 C^2)^\infty$$

Quantum Atom Theory

$$K = 1/4\pi \epsilon_0$$

Positive + symmetry

Ψ square of probability C^2

$$\Delta E \Delta t \geq h/2\pi$$

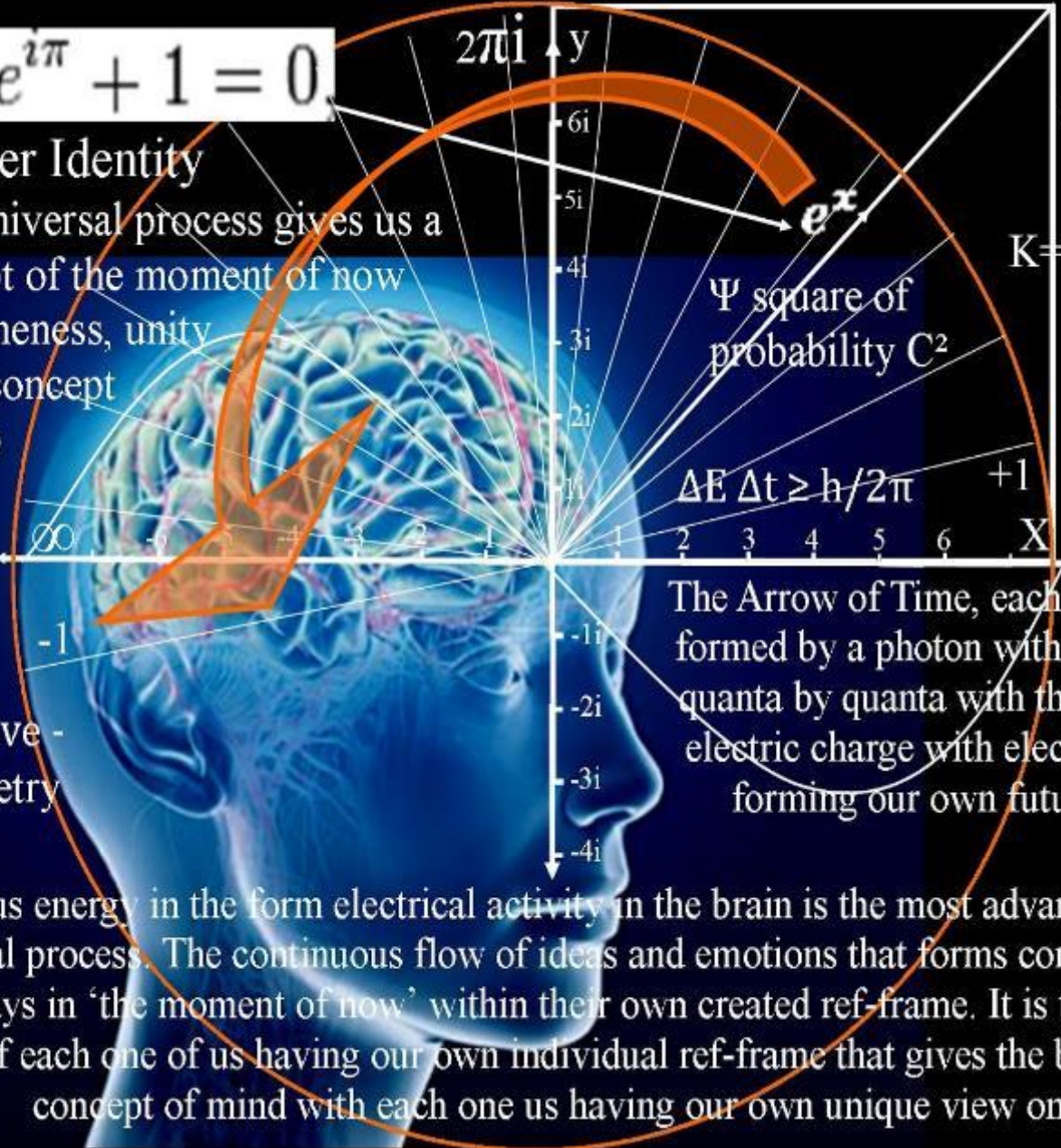
Past

Future

The Arrow of Time, each new moment is formed by a photon with time unfolding quanta by quanta with the movement of electric charge with electrical potential forming our own future potential

Negative - symmetry

Conscious energy in the form electrical activity in the brain is the most advanced part of this universal process. The continuous flow of ideas and emotions that forms consciousness are always in 'the moment of now' within their own created ref-frame. It is this process of each one of us having our own individual ref-frame that gives the brain the concept of mind with each one us having our own unique view on life.



Wearables

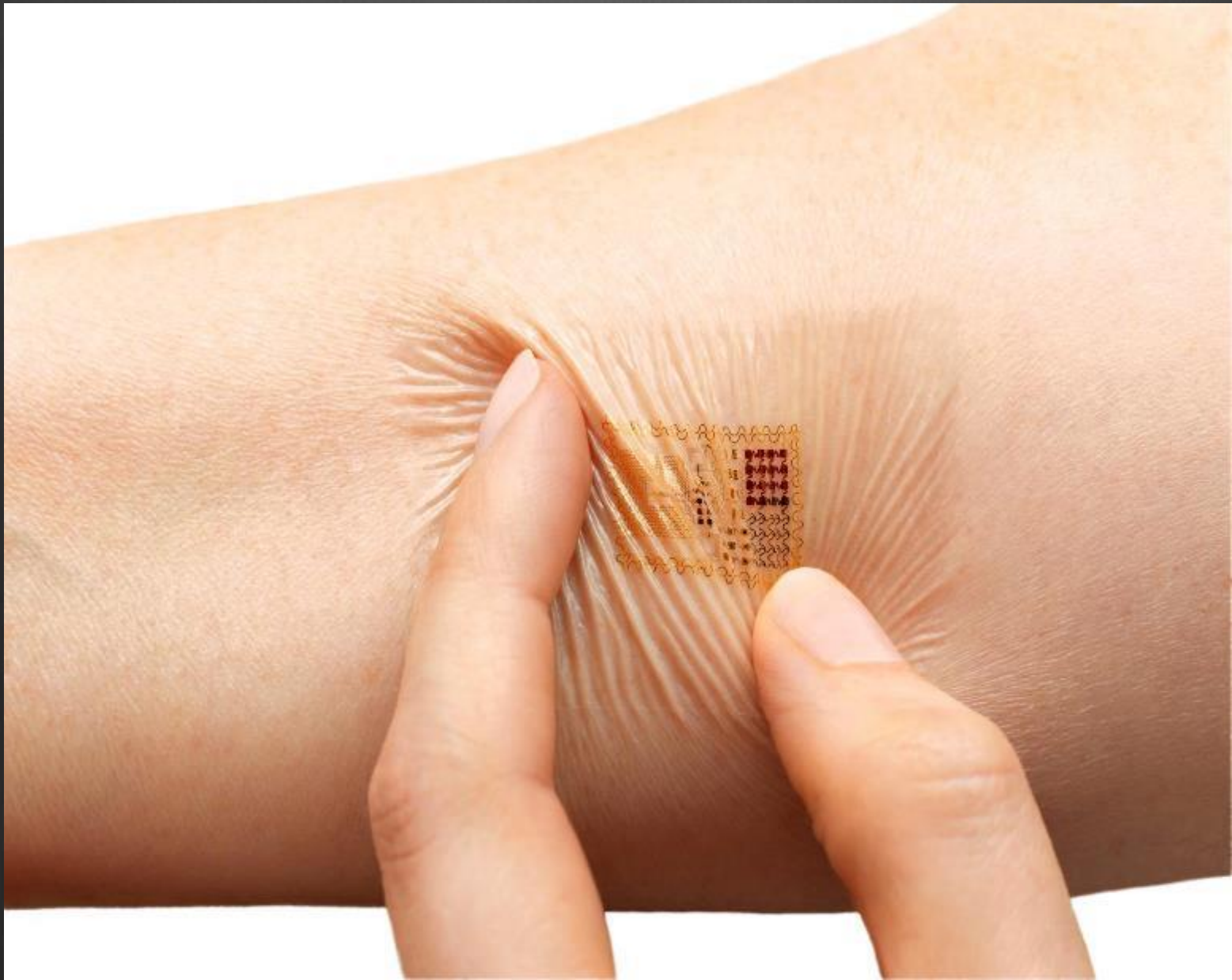
- “The Quantified Self”
- Smartphone proxies
- Location-aware devices
- Fitness trackers
- Augmented reality
- Cloud publishing

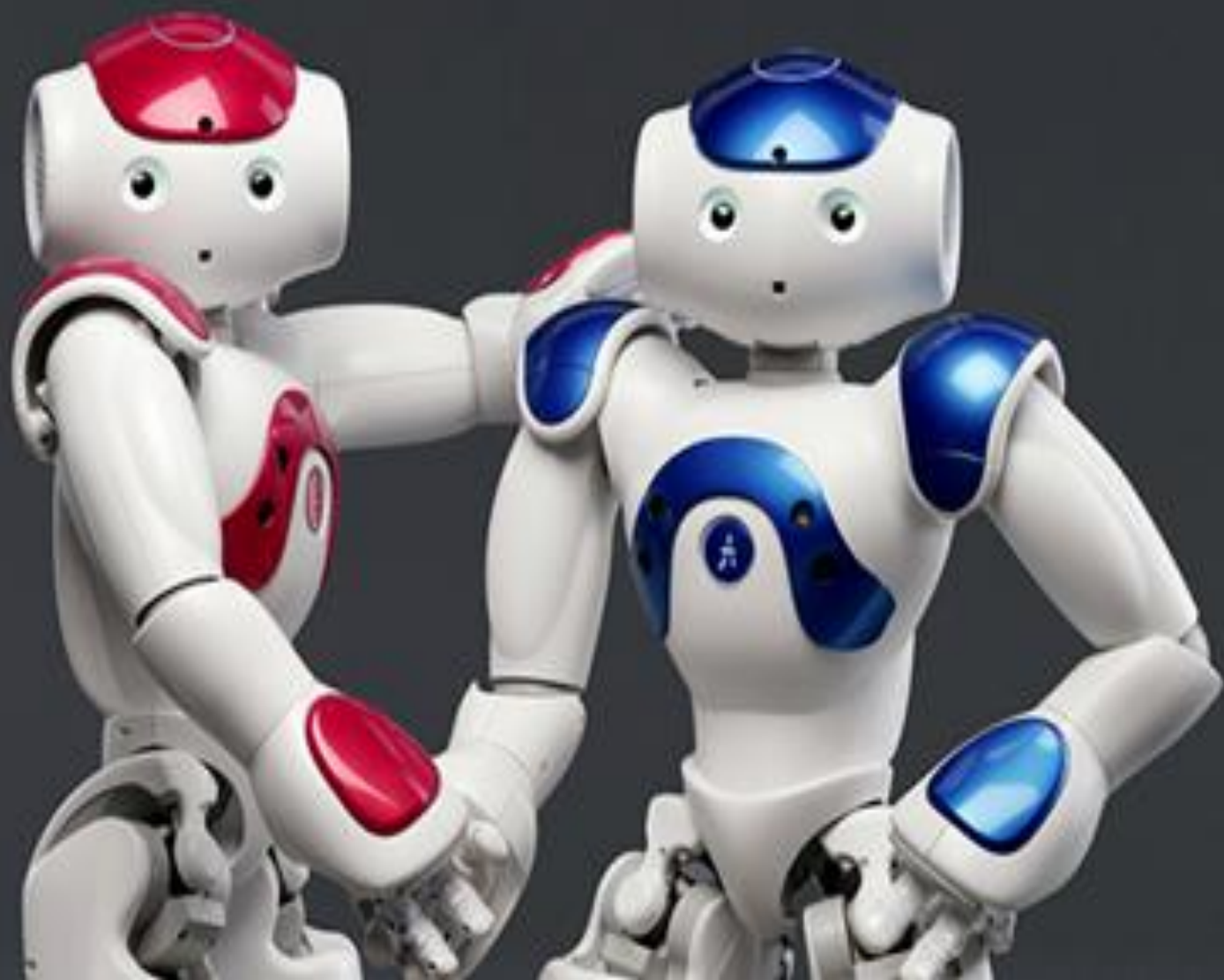




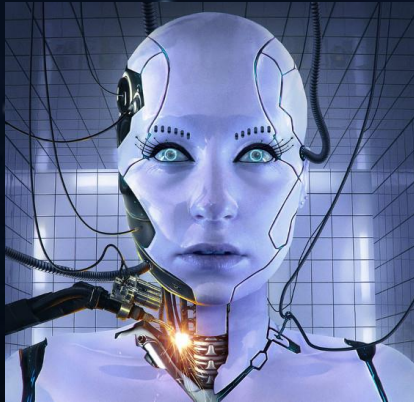


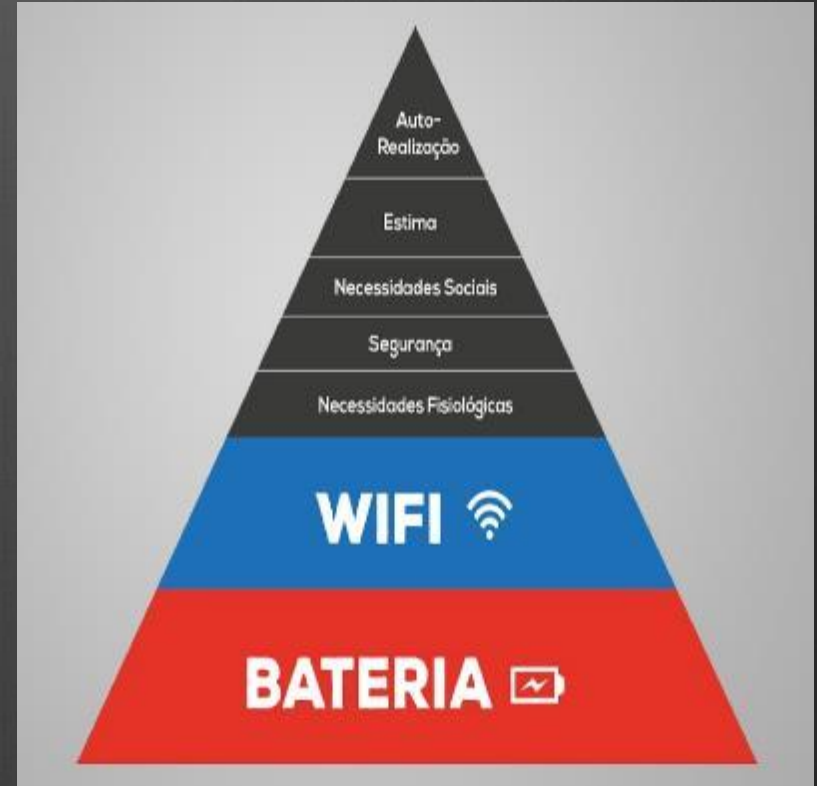




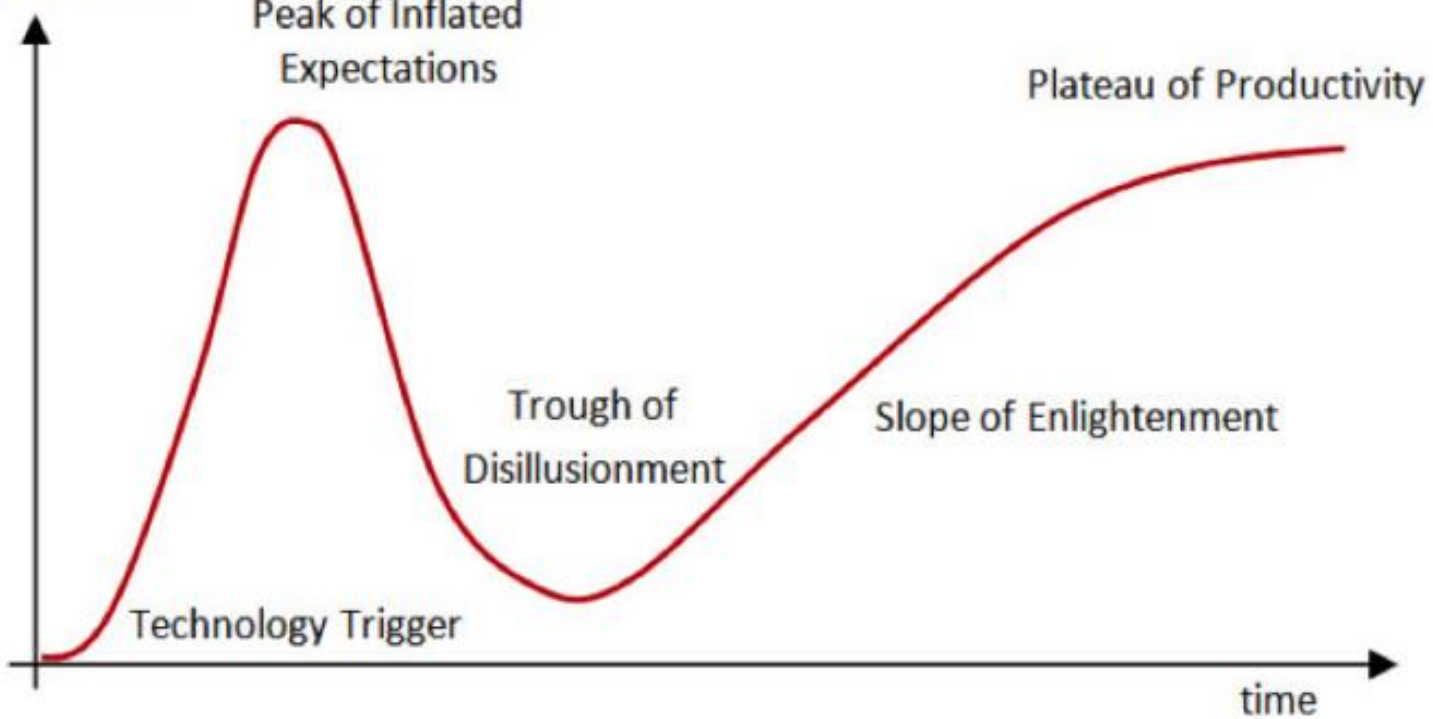




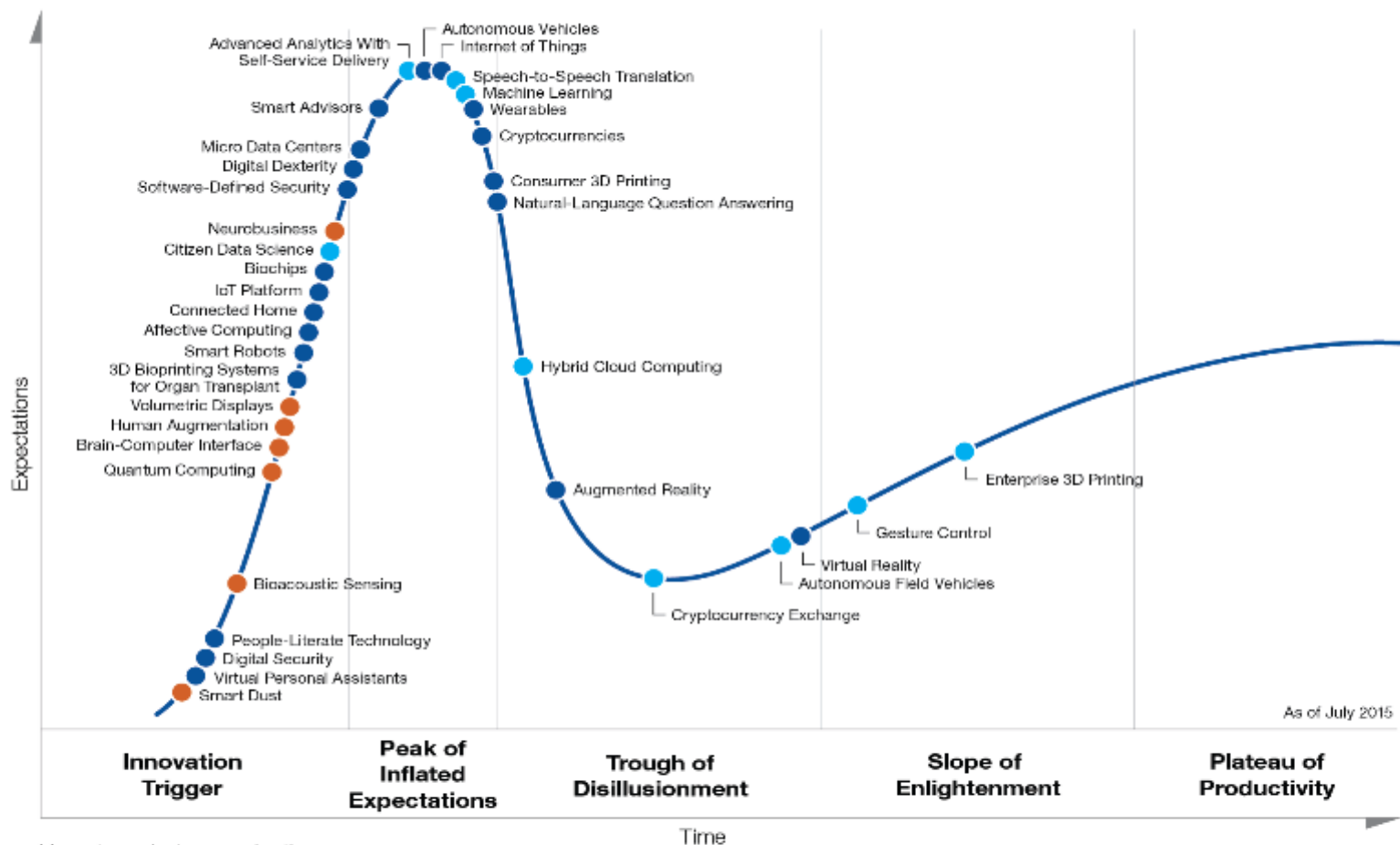




visibility,
or expectations



Emerging Technology Hype Cycle



Years to mainstream adoption:



gartner.com/SmarterWithGartner

© 2015 Gartner, Inc. and/or its affiliates. All rights reserved.

Gartner

Wat brengt de combinatie Healthy
Ageing, Health literacy, Family
Care & QS ons?



**Gimme
My
Damn
Data!™**

ePatientDave.com

- Richard Davies deBronkart Jr.
- Cancer survivor & blogger
- Found proper cancer treatment through online social network after diagnosis
- Activist for participatory medicine & patient engagement through information technology



How e-Patients are changing healthcare



Society for
Participatory
Medicine



“e-Patient Dave” deBronkart

Twitter: @ePatientDave

facebook.com/ePatientDave

LinkedIn.com/in/ePatientDave

dave@epatientdave.com



Discussie I

In de zorgorganisatie waarbinnen ik werk wordt voldoende / onvoldoende rekening gehouden met belangrijke grote innovatieve stromingen.

Dit blijkt uit.....

Discussie II

De kennis van professionals en bestuurders over **effectief en efficiënt innoveren** op het gebied van gezond oud worden, kennis delen in co-creatie en sensortechnologie is in de organisatie waar ik werk voldoende / onvoldoende aanwezig.

Ik zie de volgende mogelijkheden...

Discussie III

Cliënten en hun directe naasten zijn binnen de organisatie waar ik werk over het algemeen voldoende / onvoldoende geïnformeerd over diagnose -en behandelmogelijkheden en de technologische zorgondersteuning die zij kunnen krijgen.

Ik zie de volgende concrete verbetermogelijkheden...

Discussie IV

Als er rekening gehouden wordt met belangrijke stromingen...

Dan zijn in de periode 2018-2022 de volgende vijf strategische doelen van zorgorganisaties in de langdurige zorg het belangrijkste:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.



CHANGE AGENT

COLLECTIVE

CREATING POSITIVE CHANGE



Becoming an Agent of Change



Becoming an agent of change in healthcare is not easy. Working with clinicians and healthcare operational leaders across has exposed two trends.

1. First, discussions dominated by a common theme — tight budgets and cost cutting.
2. Second, many clinicians have become progressively cynical and disengaged, distancing themselves from healthcare reform debates.



Change Agent Credo... BEing a Leader that Changes the World

- 1) You're **Open** to New Possibilities for Yourself and for Others
- 2) You are (or are willing to be) **Adventurous!**
- 3) You are willing to **Release** Your Ego to Build a more Profitable Future
- 4) You **Question** "why" rather than just agree with the masses
- 5) You Listen to Your **Intuition**, before doing
- 6) You **Blend** a savvy business sense with your intuitive nature and creativity
- 7) Your **Passion** is Contagious (and everyone tells you so!)
- 8) You are known as **Fearless**
- 9) You are willing to **BE** different than others
- 10) You are a **Pioneer** (or wish to be)
- 11) You fully recognize that your **Playing Small Does Not Serve the World**
- 12) You are concerned about **Profits** for Yourself and Others

"You must be the change you want to see in the world"
~ Gandhi ~



The recent years of the Grant Study
have shown that our lives when we
are old are the sum of all of our
loves.

— *George Vaillant* —

AZ QUOTES

Dank voor uw aandacht!

