

Groenhuysen

Oefenen met een app

Het verhogen van oefenintensiteit tijdens de geriatrische revalidatie na een CVA.

In de CVA richtlijn Herseninfarct & Hersenbloeding staat beschreven, dat een CVA patiënt een intensieve behandeling moet krijgen, wil hij zo snel mogelijk verbeteren in zijn ADL-zelfstandigheid. Naast alle bestaande therapie wordt er onderzocht wat het effect is van een oefen app op de tijd besteed aan therapeutische activiteiten.

De verschillende fases

Nulmeting

↓

App kiezen

↓

App inrichten en multidisciplinaire afspraken vastleggen

↓

Inzetten van de app

↓

Nulmeting herhalen

↓

Verhoogde oefenintensiteit!

De Nulmeting

Methode

Om het effect van een oefen app goed in beeld te krijgen, moet er eerst duidelijk zijn hoeveel tijd er nu besteed wordt aan therapeutische activiteiten. De nulmeting is verricht door middel van het meetinstrument Behavioural Mapping. Het meetinstrument Behavioural Mapping is een observatielijst waarbij iedere 10 minuten wordt beschreven welke activiteit de cliënt uitvoert. De observaties begonnen vanaf half negen in de ochtend tot tien over vijf in de avond.

Activiteit	*Gemiddelde (minuten)*
Totaal therapeutische activiteiten	**78.4**
Individuele fysiotherapie	21.7
Groepsfysiotherapie	11.7
Individuele ergotherapie	6.7
Groepsergotherapie	0
Logopedie	13.3
Neuropsychologische training	11.7
Verpleegkundige zorg	13.3
Medische zorg	0
Fitness	0
Andere sporten	0
Zelfstandige oefeningen of trainingen	0
Andere therapeutische activiteiten	0
Totaal niet therapeutische activiteiten	**428.2**
Zitten	138.3
Eten	80
Transport	1.6
Liggen of slapen	63.3
Communiceren	88.3
Aankleden en hygiëne	11.7
Actieve vrijetijdsbesteding	10
Passieve vrijetijdsbesteding	35
Andere niet therapeutische activiteiten	0
Niet gedetecteerd	0

Resultaat

Alle tijd besteed aan de verschillende activiteiten door de verschillende cliënten zijn bij elkaar gevoegd en vormen samen de resultaten. De resultaten zijn onderverdeeld in therapeutische activiteiten en niet therapeutische activiteiten. Hieruit kwam naar voren dat er gemiddeld **78.4 minuten besteed wordt aan therapeutische activiteiten** tegenover **428.2 minuten aan niet therapeutische activiteiten.**

Vervolg

Het kiezen van de juiste app samen met het multidisciplinair team. Daarna zal het team eerst zelf ervaring gaan opdoen met de app zodat later de werkafspraken opgesteld kunnen worden.



ellen.van.ommeren@
groenhuysen.nl