# *Samen oefenen met een naaste na een beroerte: wat is het effect en hoe pas je het toe?*

Judith Vloothuis, Revalidatiearts en onderzoeker

Dit project wordt mogelijk gemaakt door:

ZonMw ondersteunt

# Caregiver-mediated exercises after stroke

Judith D.M. Vloothuis-de Boone




ZonMw


Reade
revalidatie / reumatologie


Amsterdam UMC
University Medical Centers


Ziekenhuis
Amstelland


heliomare


vivium
zorggroep


evean


olvg


RELVANT
MEDISCH SPECIALISTISCHE REVALIDATIE


Woonzorgcentrum
Leo Polak


Zonnehuis
Amstelveen


cordaan


Flinders
UNIVERSITY







Bewegen





Bewegen

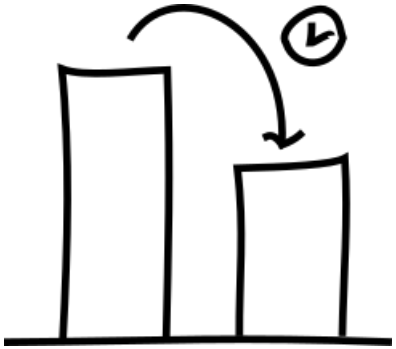


*Veerbeek et al, PloS One 2014; Lohse et al, Stroke 2014; French et al, Cochrane database Syst rev 2016; Otterman et al, Stroke 2012*





Functioneren
Bewegen



Opnameduur



Psychosociaal
welbevinden

*Langhorne et al, Lancet 2011; Fischer et al, Stroke 2011; Fearon et al, Cochrane database Syst rev 2012*

# CARE4STROKE project



1. Systematische Cochrane review[1]
2. Beschrijving CARE4STROKE interventie[2]
3. Beschrijving design gerandomiseerde CARE4STROKE trial[3]
4. Gerandomiseerde CARE4STROKE trial[4]
5. Kwalitatieve studie – Ervaringen van de deelnemers[5]

*[1]Vloothuis et al, Cochrane Database Syst Rev. 2016; [2]Vloothuis et al, Phys Res Int 2017; [3]Vloothuis et al, BMC Neurology 2015; [4]Vloothuis et al, PlosOne 2019; [5]Vloothuis et al, Disability and Rehabilitation 2018*

**Systematisch onderzoek van bestaande literatuur**

9 onderzoeken

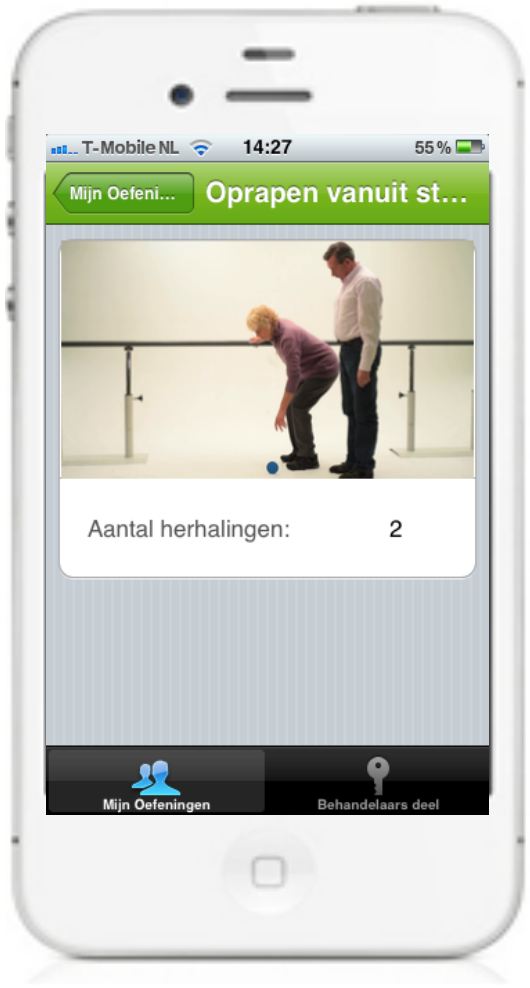
333 patient-naaste koppels

Grote verschillen

Verbetering in

- Stabalans
- Kwaliteit van leven
- loopafstand

# CARE4STROKE programma



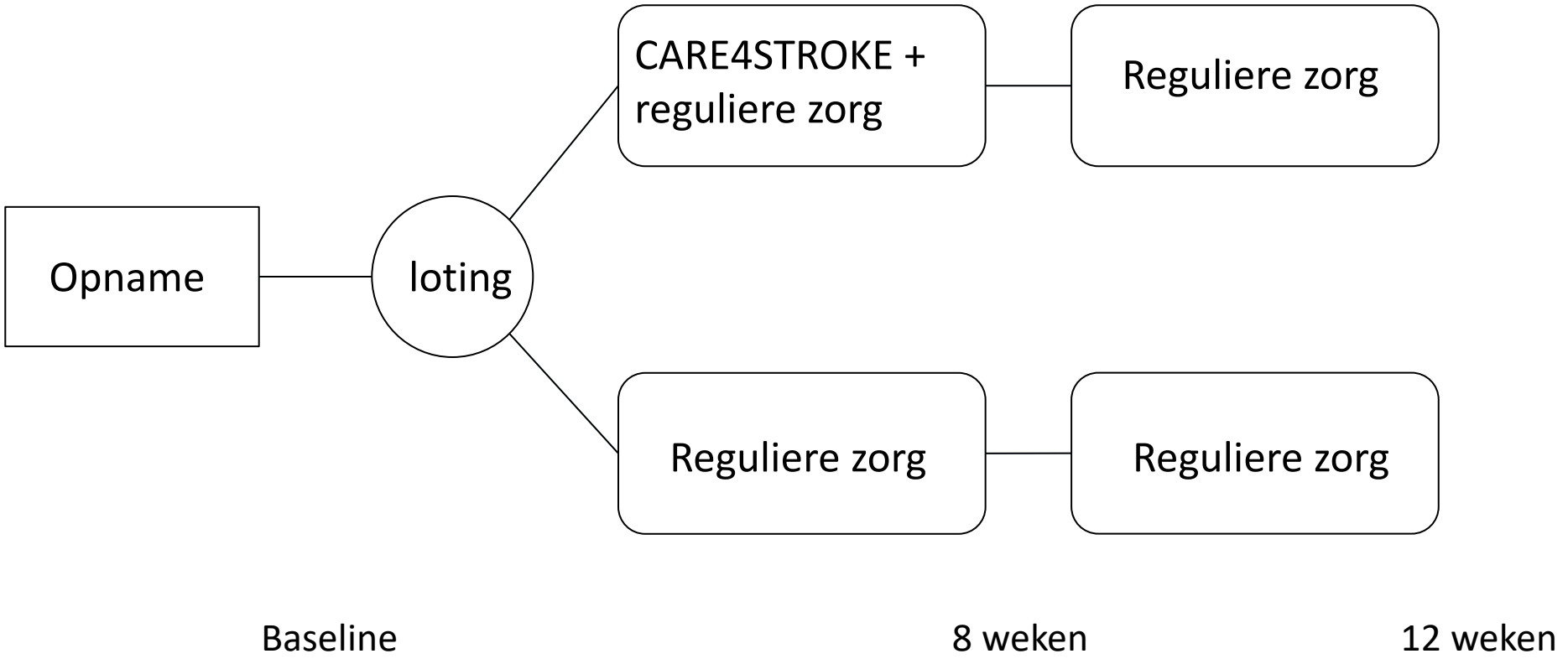

Patient en naaste oefenen
Naast de reguliere therapie

8 weken
5x 30 minuten per week
Start direct – tot en met thuis

37 oefeningen
Gericht op het bewegen
Ondersteund met app

1x per week contact met therapeut
Opbouwend oefenprogramma

# Gerandomiseerd onderzoek



# Methoden (Vloothuis et al, BMC 2015)

- Gerandomiseerd onderzoek, ‘proof-of-concept’
- Meetassistent geblindeerd
- Meerdere centra

Ziekenhuizen, revalidatiecentra, revalidatieafdelingen van verpleeghuizen









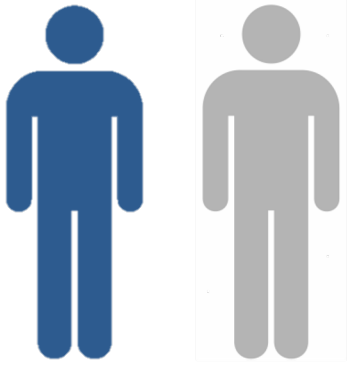
# Deelnemers

66 patienten en hun naaste(n)

<u>In- en exclusie criteria</u>

- Patienten met een beroerte, problemen met mobiliteit (FAC<5)
- Een beschikbare naasten waarmee de patient wil oefenen (en vice versa)
- Geen ernstige cognitieve of communicatieve problemen
- Geen co-morbiditeit die interfereert (fysiek of mentaal)

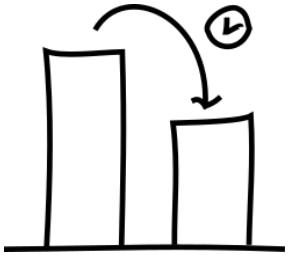
-> oefensessie met fysiotherapeut



## Primaire uitkomstmaten



Bewegen



## Secundaire uitkomstmaten



Functioneren



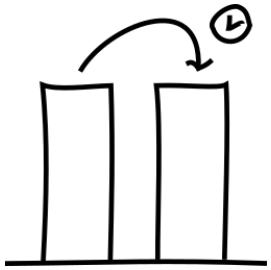
# Resultaten gerandomiseerde onderzoek

CARE4STROKE programma is veilig en haalbaar



Functioneren
Bewegen

Geen verschil



Geen verschil



Minder angst bij patiënten

Minder somberheid bij naasten

Ervaren zorglast voor naasten gelijk



# Thema’s

**Rolverdeling tussen patient en naaste**

1. De controle bij de patient

2. In samenwerking

3. De naaste neemt de verantwoordelijkheid



# Thema's

**Actieve betrokkenheid leidt tot personalisatie**

Patient: "*we maakten aanpassingen als wij dachten dat dat de oefeningen effectiever maakte*"

# Thema's

**Actieve betrokkenheid leidt tot personalisatie**

Patient: "*we maakten aanpassingen als wij dachten dat dat de oefeningen effectiever maakte*"

**Voorbereiding op de thuissituatie**

Naaste: "…*deelname gaf mij inzicht in wat hij wel en niet kon. Waar we aan moesten werken en ja, waar ik voor uit moest kijken.*"

# Thema's

**Actieve betrokkenheid leidt tot personalisatie**

Patient: "*we maakten aanpassingen als wij dachten dat dat de oefeningen effectiever maakte*"

**Voorbereiding op de thuissituatie**

Naaste: "… *deelname gaf mij inzicht in wat hij wel en niet kon. Waar we aan moesten werken en ja, waar ik voor uit moest kijken.*"

**Betrokkenheid op elkaar**

Naaste: *"Ik denk dat het heel goed is, als partner, als je een rol kunt hebben in het herstel."*

# Conclusie




Samen oefenen is veilig en haalbaar

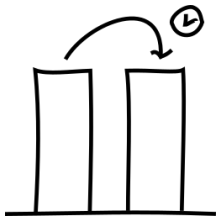
CARE4STROKE

- geen meerwaarde op ‘bewegen’ of opnameduur
- Minder angst patient, minder somberheid naaste



Mogelijk goede voorbereiding voor ontslag naar huis

- Leren van vaardigheden
- Thuis verder kunnen oefenen



# Discussie

Vervolg op intensiteit versus voorbereiding op ontslag

- Behandelcontrast
- effecten op psychosociale uitkomstmaten/ ontslag

Combineren in vroeg ontslag interventie?

- Belang intensiteit
- Belang voorbereiding naar huis

Beschikbare naasten

# Hoe verder

Ontwikkeling en onderzoek

ARMED4STROKE

- Rondom ontslag en thuis
- Stellen van doelen
- Telerevalidatie



# Adviezen

- Betrek de naaste(n) bij het oefenen
- Doe dit op een structurele manier
- Selectie van de koppels is van belang



Amsterdam UMC
Universitair Medische Centra

Reade
revalidatie / reumatologie

*j.vloothuis@reade.nl*

Judith Vloothuis, Revalidatiearts en onderzoeker

Amsterdam Movement Sciences

VU VRIJE UNIVERSITEIT AMSTERDAM

Amsterdam UMC
University Medical Centers

Dit project wordt mogelijk gemaakt door:

ZonMw ondersteunt
ZonMw