

## Gezocht: input en feedback van organisaties in de onderzoeksprojecten aan de hogescholen

Wil jij vanuit jouw organisatie, met een minimum aan tijdsinvestering, deelnemen aan een onderzoeksproject van een Vlaamse hogeschool? Dat kan! Als bonus kan je na afloop de projectresultaten onmiddellijk in jouw organisatie implementeren

Werktitel:

### **TANGST EN SLAPELOOSHEID BIJ BEWONERS IN WOONZORGCENTRA**

Expertisedomeinen: gezondheid, ruimte & infrastructuur

#### **Korte schets van de probleemstelling**

Personen die lijden aan een neurodegeneratieve aandoening rapporteren vaak slaapproblemen zoals insomnia of overmatige slaperigheid doorheen de dag. Deze symptomen zijn waarschijnlijk multifactorieel, en worden niet enkel veroorzaakt door de onderliggende neurologische aandoening. Ze zijn ook het gevolg van bijwerkingen van medicatie en andere co-morbiditeiten, geassocieerd met de progressieve aandoening. Verbetering van de slaap kan resulteren in het verbeteren van de neurologische symptomen en de kwaliteit van leven voor deze patiënten. Ook is er bewijs dat slaapproblemen de progressie van de neurodegeneratieve aandoening versnellen en een rol spelen in de pathogenese van deze ziekten (Malhotra, 2018). Bij personen met de ziekte van Alzheimer is er bovendien een verminderde productie van de neurotransmitter GABA, waardoor er minder remming is ter hoogte van de amygdala, wat tot verhoogde gevoelens van angst leidt. Wanneer angst niet herkend wordt, kan dit leiden tot geagiteerd of agressief gedrag naar medebewoners en zorgverleners. Tweëndertig procent van de bewoners met milde tot matige dementie vertonen angst en 30% 's nachts onrustig is of heeft symptomen van slapeloosheid (Gillis et al., 2022). Dit heeft veel impact op de werkomstan-

digheden van zorgverleners. Als antwoord hierop worden vaak benzodiazepines gegeven. Uit recente cijfers bij 544 bewoners in Vlaanderen blijkt dat 45% van deze bewoners dagelijks medicatie voor angst- en slaapproblemen krijgt voorgeschreven (Gillis et al., 2022). Deze cijfers liggen significant hoger dan cijfers uit vergelijkbare internationale studies (Jester et al., 2021; Giovanni et al., 2021).

Een onderzoeksteam van Odisee hogeschool ontwikkelde samen met UAntwerpen de methode behoeften gebaseerde zorg. De methode ondersteunt zorgverleners in residentiële zorgsettings in hun aanpak van veranderend gedrag en gemoed bij bewoners, in het bijzonder bewoners met neurocognitieve aandoeningen zoals dementie (Gillis et al., 2021). De methode omvat 3 kernelementen: (1) het identificeren en analyseren van gedrags- en gemoedsveranderingen, (2) herkennen van de onderliggende onvervulde behoeften, (3) het aanbieden van een niet-farmacologische behandeling. Een pilotstudie toonde een daling van 26% van het aantal bewoners met agitatie/agressie in twee weken tijd (Gillis et al., 2019). In tegenstelling tot het toedienen van medicatie vraagt de methode echter tijd en deskundigheid van zorgverleners, terwijl de sector kampt met een tekort aan personeel en een groot ziekteverzuim en personeelsverloop kent.



## Gezocht: input en feedback van organisaties in de onderzoeksprojecten aan de hogescholen

Wil jij vanuit jouw organisatie, met een minimum aan tijdsinvestering, deelnemen aan een onderzoeksproject van een Vlaamse hogeschool? Dat kan! Als bonus kan je na afloop de projectresultaten onmiddellijk in jouw organisatie implementeren

### Doelstelling van de projectidee

Via technologische innovaties willen we zorgverleners ondersteunen in hun geïndividualiseerde niet-farmacologische aanpak van angst en slaapproblemen bij bewoners door in te zetten op technologie die (1) eenvoudig is in gebruik en/of (2) weinig extra tijd vergt. Hiervoor zetten we enkele praktijkcases op die focussen op slaap, angst of slaap én angst. We willen de mogelijkheden exploreren en adviezen formuleren voor een doeltreffend gebruik van zo'n technologie bij ouderen in residentiële settings.

### Mogelijke activiteiten tijdens de uitvoering

- Organiseren van een 'gebruikersmarkt' waar verschillende bedrijven hun mogelijkheden voor moduleerbare toepassing van technologie en individuele kamers in zorgcentra voorstellen. De gebruikers (zorgverleners, directies, architecten, bewoners, financieel verantwoordelijken, ...) beoordelen de toepassingen op haalbaarheid (financieel, praktisch, lichteffect, technische complexiteit) en gebruiksvriendelijkheid voor zorgverleners en bewoners.
  - Twee of drie geselecteerde modellen worden getest en geëvalueerd in residentiële zorgcentra.
  - Ook in de thuissetting kan dit uiteraard aangewend worden. Bedoeling is om samen met Blindenzorg Licht&Liefde een drietal testcases bij mensen thuis uit te werken.
- Bij grondige renovatie en/of nieuwbouw kan men uiteraard verder gaan dan een moduleerbare oplossing. Ontwerp van een integratieve verlichtingsoplossing is echter niet evident en ontwerpers moeten begeleid worden in dit proces. Naast het verlichtingsplan is ook de lichtregeling anders dan de gangbare praktijk. Bedoeling is om innovatieve verlichtingsontwerpen te realiseren in cocreatie met het werkveld.
- Testen van de bruikbaarheid van ademhalingstechnologie op een 5-tal afdelingen in residentiële zorgcentra:
  - Ervaring gebruiksvriendelijkheid door zorgverleners
  - Begrijpbaarheid toepassen door bewoners (met en zonder cognitieve beperking bv dementie)
- Richtlijnen uitwerken voor zorgverleners ivm technologische mogelijkheden voor de aanpak van angst en slaap bij bewoners: richtlijnen voor implementatie en richtlijnen voor gebruik door de zorgverleners.
- Bekendmaking van mogelijkheden en impact van technologie in de aanpak van angst - en slaapproblemen bij bewoners adhv webinars, studiedagen, lerende netwerken en publicaties in vaktijdschriften. Integratie van de richtlijnen in bestaande zorg- en managementopleidingen.



### Verwachting van het projectresultaat

Met het gebruik van technologische innovaties mbt angst en slaap bij bewoners in residentiële zorgsettings verwachten we dat bewoners minder symptomen van angst (en bijhorende agitatie/agressie- vertonen en een betere slaapkwaliteit en efficiëntie ervaren. Hierdoor zal de zorgzwaarte en emotionele belasting bij zorgverleners dalen, wat het werken in een residentiële voorziening 'werkbaarder' maakt, tot minder ziekteverzuim (-10%) leidt en tot minder personeelsverloop (-10%). Maatschappelijk gezien verwachten we dat het gebruik van medicatie voor slaap- en angstproblemen bij ouderen significant afneemt (-15%).

### Profiel van de leden van de begeleidingscommissie

Producenten van technologie die een gunstige invloed heeft op slaap/angst, bouwverantwoordelijken van woonzorgcentra, architecten, technici werkzaam in WZC, zorgverleners, cognitief adequate bewoners uit WZC, productontwerpers, lichtexperten, financieel adviseurs wzc.

### Interesse?

#### Voor dit projectidee

Katrin Gillis

[luka.vanleugenhaege@ap.be](mailto:luka.vanleugenhaege@ap.be)

Check Katrin haar LinkedIn profiel.

Heb je zelf een projectidee? Neem contact op met

**Ria Bollen**

projectcoördinator *Blikopener*

beleidsadviseur onderwijs & innovatie

Vlaamse Hogescholenraad

[ria.bollen@vlaamsehogescholenraad.be](mailto:ria.bollen@vlaamsehogescholenraad.be)



AGENTSCHAP  
INNOVEREN &  
ONDERNEMEN



Vlaamse  
Hogescholen  
Raad

samen voor  
**#sterkondernemen**