

Leefomgeving

Veilige geluidsomgeving voor verpleeghuisbewoners met dementie

Titel: *Bewustwording geluidsomgeving helpt bij probleemgedrag bij mensen met dementie.*

Korte beschrijving: Studenten meten de geluidsomgeving, gaan in gesprek met elkaar en het team over de bevindingen en bedenken in teamverband micro-interventies.

Tijdsduur: 6 tot 8 SBU

Doelgroep: (Toekomstige) zorgmedewerkers zoals helpenden, verzorgenden en verpleegkundigen.

Plaats in curriculum: Aanvullend op reguliere stage- en onderwijsactiviteiten. Bij voorkeur aansluitend op psychogeriatrische zorg in onderwijs of tijdens BPV.

Links: Deze leerpraktijk is als opdracht voor studenten opgenomen in onderwijs- en examenmateriaal van Consortium Beroepsonderwijs.



Dementie en de fysieke omgeving | CCE (Centrum voor Consultatie en Expertise).



UNO-UMCG: Geluiden in het verpleeghuis.

Verpleeghuisbewoners met dementie zijn voor een prettige leefomgeving afhankelijk van zorgmedewerkers. Zorgmedewerkers zijn over het algemeen de ogen en oren voor deze doelgroep. Deze leerpraktijk gaat in op het vergroten van het bewustzijn bij helpenden, verzorgenden en verpleegkundigen (hierna te noemen zorgmedewerkers) voor de geluidsomgeving van verpleeghuisbewoners met dementie.

TEKST: FRANCINE QUITTNER, IVONNE LESMAN

Bij mensen met dementie komt probleemgedrag, ook wel onbegrepen gedrag genoemd, vaak voor. Oorzaken hiervan zijn divers. Bekend is dat de geluidsomgeving van invloed is op de stemming en het gedrag van mensen met dementie. Dit komt doordat mensen

met dementie geluiden minder goed kunnen filteren. Het Universitair Netwerk Ouderenzorg UMCG (UNO-UMCG) heeft onderzoek gedaan naar het effect van geluid op neuropsychiatrische symptomen bij verpleeghuisbewoners met dementie. Met de uit het onderzoek

Figuur 1. Bewustwording geluidsomgeving helpt bij probleemgedrag bij mensen met dementie (Cartoon door: A. van Dam. In opdracht van het UNO-UMCG.)



voortkomende interventies zijn zorgmedewerkers meer bewust gemaakt van de impact van geluid. Vervolgonderzoek heeft aangetoond dat door toepassing van de interventies zichtbaar minder probleemgedrag werd gezien bij de verpleeghuisbewoners met dementie. Deze leerpraktijk heeft als doel om de (toekomstige) zorgmedewerker bewust te maken van geluiden in het verpleeghuis en hun aandeel in het creëren van een veilige geluidsomgeving voor mensen met dementie.

Vorbereiding

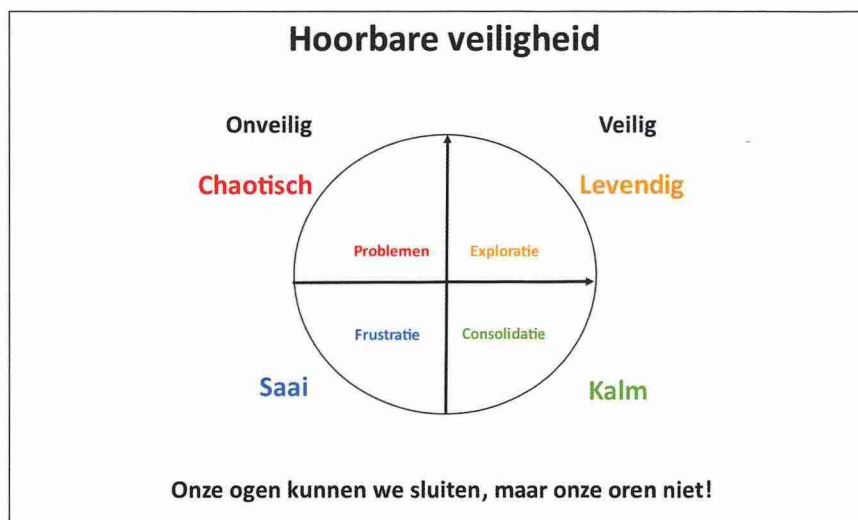
Deze leerpraktijk gaat in op de uitkomsten van het kwalitatieve onderzoek naar een veilige geluidsomgeving voor mensen met dementie. Het onderzoek is uitgevoerd door een promotieonderzoeker van het UNO-UMCG (*referentie MoSART resultatenpaper*). Voor meer informatie over het UNO-UMCG en het onderzoek naar geluid, zie QR-codes onderaan het artikel.

Met deze publicatie stellen we actuele en *evidence based* kennis beschikbaar voor zorgmedewerkers over een veilige geluidsomgeving voor mensen met dementie die wonen in een verpleeghuis. De leeractiviteiten van deze leerpraktijk staan vermeld op het werkblad (zie pagina's 14 en 15). Een introductievideo kan gezamenlijk of individueel worden bekeken. Een poster met micro-interventies om de geluidsomgeving te verbeteren is als hulpmiddel beschikbaar. Hierna volgt achtergrondinformatie om de leerpraktijk te kunnen duiden.

Geluiden in het verpleeghuis

Geluid kan enorm storend zijn. Een deur die dichtslaat, piepend gekras van bestek op een bord, een keffende hond. Mensen in goede gezondheid zorgen dat het geluid ophoudt of lopen ervan weg. Verpleeghuisbewoners met dementie zijn voor een prettige leefomgeving afhanke-

Figuur 2. Geluidskwadrant



Mensen met dementie zijn (vaak) niet meer in staat om onprettige geluidsomgeving onder woorden te brengen

lijk van zorgmedewerkers. Mensen met dementie zijn (vaak) niet meer in staat om deze onprettige geluidsomgeving onder woorden te brengen, te veranderen of hiervoor weg te lopen. De geluidsomgeving in verpleeghuizen wordt vormgegeven door de zorgmedewerkers en niet door de bewoners, omdat zij dit simpelweg vaak niet kunnen. Maar de zorgmedewerker accepteert vaak onbewust meer geluid, omdat zij in hun werkomgeving zijn, zoals hard met elkaar praten, karren die over de gang rijden en andere onrustig makende geluiden. Dit kan leiden tot een geluidsomgeving die onprettig is voor de bewoners en zelfs probleemgedrag bij mensen met dementie kan veroorzaken. Bovendien is de prikkelverwerking van mensen met dementie verminderd, waardoor ze erg kwetsbaar zijn en afhan-

kelijk van de mensen om hen heen om een veilige (geluids)omgeving te creëren. Naast frustratie en probleemgedrag wordt een onprettige geluidsomgeving ook in verband gebracht met depressie, agressie, en zelfs hart- en vaatproblemen. Dit zijn problemen die zowel bij mensen met dementie worden gezien als bij mensen zonder beperkingen. Geluid is dus van grote invloed op het leven van mensen.

Toepassing leerpraktijk

Deze leerpraktijk wordt toegepast tijdens een stage in een verpleeghuis, maar kan ook uitgevoerd worden door ervaren zorgmedewerkers die in het team aandacht willen besteden aan dit onderwerp. De leerpraktijk kan in een vroeg stadium van een opleiding zorg of welzijn worden aangeboden tijdens een

stage of op de werkplek in een verpleeghuis. De activiteiten zijn geschikt voor niveau 2 t/m 6 van de opleiding. Het is aan de docent of praktijkopleider om daar waar nodig ondersteuning te bieden.

Uitvoering

De leerpraktijk kan individueel of in een groepje worden uitgevoerd op de werkplek in het verpleeghuis. Deelnemers hebben een mobiele telefoon met dictafoonfunctie nodig waarmee geluidsopnamen gemaakt kunnen worden. Het is de bedoeling dat de geluidsomgeving in verschillende ruimtes wordt opgenomen. Met behulp van het zogeheten geluidskwadrant (zie figuur 2) worden de opna-

mes beoordeeld. Het beoordelen van de opnames stelt deelnemers vervolgens in staat om verschillende geluidsomgevingen van elkaar te onderscheiden.

Het is essentieel dat zowel de bevindingen als de beoordeling van de geluidsmeting in teamverband besproken worden. Het teamleden kunnen op deze manier gezamenlijk beslissen wat zij zien als een prettige of veilige geluidsomgeving voor hun bewoners. Vervolgens kan het team zelf micro-interventies kiezen die geschikt zijn om toe te passen in specifieke situaties en waarvan het team verwacht dat ze een positief effect zullen hebben. De leerpraktijk bestaat uit vier deelopdrachten met een totale omvang van

ongeveer zes studiebelastingsuren. Deelnemers kunnen zelfstandig aan het werk en presenteren tijdens een bijeenkomst hun bevindingen aan elkaar. Introductie, coaching en reflectie door een docent en/of stagebegeleider kan helpend zijn bij het beoordelen van de bevindingen.

Ervaringen

Vijf studenten van een opleiding voor verzorgende IG volgden een leerroute in een verpleeghuis. Zij hebben de opdrachten uit deze leertaak gebruikt voor het examen kwaliteitszorg en een verbeterplan opgesteld. Ook is de opdracht uitgevoerd door een dertigtal studenten van de opleiding verzorgende en verpleeg-

WERKBLAD

Leeractiviteit 1. Introductie van de leertaak (15 min, individueel of in groepsverband)

Hiervoor wordt de inleiding van deze leerpraktijk gebruikt door docent/begeleider. Doel van de opdracht wordt verduidelijkt. Docent laat filmpje (<https://www.youtube.com/embed/oxZgm1pme48>) zien voor herkenning en duiding van de opdracht.

Leeractiviteit 2. Kritisch kijken en luisteren naar de geluidsomgeving van jezelf én de bewoner, inventariseren van knelpunten (2 uur, individueel en in groepje)

Onderzoek de geluidsomgeving in je eigen omgeving én die van een huiskamer in de zorgorganisatie waar je werkt of stageloopt. Gebruik gedurende één week de dictafoon van je mobiele telefoon om geluidsopnamen van de genoemde omgevingen te maken:

- twee keer per dag neem je ongeveer vijf minuten het geluid op dat je hoort in de ruimte waar je je bevindt.
- doe de metingen thuis en in de zorginstelling waar je werkt op vaste tijden, en steeds in dezelfde omgeving. Zowel tijdens reuring- en rustmomenten.

Leg van tevoren op je werkplek uit wat de bedoeling is en vraag toestemming! Vertel dat de opnames na afronden van de opdracht worden weggegooid.

2.1 Bedenk dat wat voor jou je werkomgeving is, voor een bewoner thuis is.

Bewoners met een vorm van dementie kunnen geluiden vaak niet goed plaatsen. Geluiden komen extra hard binnen en ze raken sneller overprikkeld. Dit kan probleemgedrag

veroorzaken. Beantwoord daarom de volgende vragen:

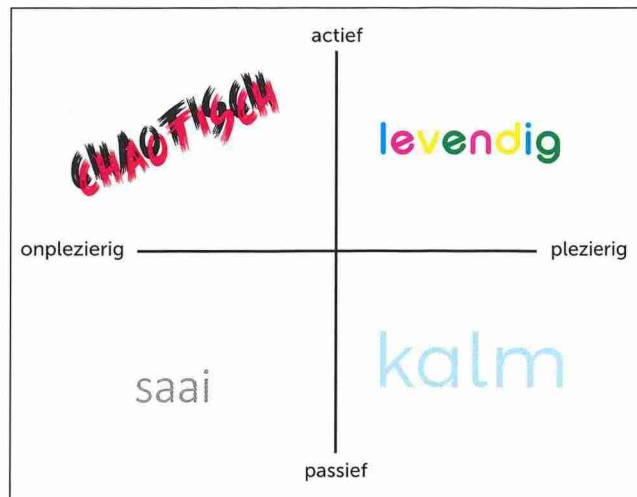
- Wat betekent voor jou 'thuis'?
- Welke geluiden horen hierbij?
- Hoe ervaar jij je werkomgeving?
- Welke geluiden horen hierbij?

Vergelijk de geluiden van thuis en van je werkomgeving. Zijn er verschillen in hoe je de geluiden ervaart? Hoe reageer jij op de geluiden? Reageer je anders op de geluiden in je thuissituatie dan in je werkomgeving?

Welke conclusies trek jij hieruit?

2.2 Na de metingen in de huiskamer, ga je met medestudenten en/of zorgmedewerkers in overleg en bespreken jullie de bevindingen uit de vorige opdracht.

Er zijn sterke verschillen in de beleving van geluiden. Wat de één als levendig ervaart kan voor de ander chaotisch zijn.



kundige mbo in het kader van het keuzedeel Zorg en Technologie.

De opdrachten vonden ze interessant en er was direct sprake van herkenning. Bovendien kregen de studenten direct ideeën om verbeteringen door te voeren. Verder vonden ze de opdrachten goed leesbaar en passend bij het niveau van de student. Ze gaven aan dat het 'geluidsbe-wustzijn' als vanzelf vergroot werd door de opdrachten opeenvolgend te maken. Het maken van meerdere geluidsopnames werd als een eyeopener ervaren. Ze lieten weten dat ze gemotiveerd waren om deze opdrachten te maken en de urgentie voor het onderwerp te voelen. Als grootste leerrendement werd genoemd: het vergroten van de bewust-

wording ten aanzien van de geluids-omgeving bij zichzelf en het team. Maar ook het direct hoorbare effect van micro-interventies, zoals deurdrangers of viltjes onder stoelen. Door micro-interventies toe te passen leren studenten dat ze zelf van invloed zijn op de geluidsomgeving.

Referenties

- ZonMw, VIMP subsidie
- Publicatie MoSART studie: Soundscape Awareness Intervention Reduced Neuropsychiatric Symptoms in Nursing Home Residents With Dementia: A Cluster-Randomized Trial With MoSART. Kusters J, Janus SIM, van den Bosch KA, Andringa TC, Hoop EO, de Boer MR, Elburg RAJ, Warmelink S,

Zuidema SU, Luijendijk HJJ Am Med Dir Assoc. 2023 Feb;24(2):192-198.e5. doi: 10.1016/j.jamda.2022.11.010. Epub 2022 Dec 14. PMID: 36528077 Clinical Trial.

- Consortium Beroepsonderwijs
- Netwerk ZON
- Sound Appraisal

Over de auteurs

Francine Quittner, implementatieadviseur bij het Universitair Netwerk Ouderenzorg UMCG (UNO-UMCG). **Ivonne Lesman**, is eveneens als implementatieadviseur verbonden aan het Universitair Netwerk Ouderenzorg UMCG (UNO-UMCG).

Beluister de geluidsfragmenten. Bespreek met elkaar de volgende vragen en maak notities van de uitkomsten.

- Wat hoor je?
- Vind je het een prettig geluid?
- Bij welke geluidsomgeving van het kwadrant (zie afbeelding) zou je dit geluid indelen?

Maak een analyse van deze geluiden met behulp van de volgende vragen:

- Wat gaat goed?
- Vind je dit prettige geluiden en waarom?
- Wat kan beter?
- Wat zijn onprettige geluiden en waarom?
- Bij welke geluidsomgeving zou je dit indelen?
- Heb je gezien hoe een bewoner hierop reageerde?
- Hoe zou een bewoner dit geluid ervaren?

Leeractiviteit 3. Inventariseren van mogelijke micro-interventies (1 uur, in groepjes/team)

Bestudeer de theorie die beschikbaar is over dit onderwerp. Kijk daarbij op Waardigheid en trots (www.waardigheidentrots.nl/tools/e-learning-dementie-fysieke-omgeving/) en op de website van het UNO-UMCG (www.umcg.nl/-/uno-umcg). Bedenk welke micro-interventies je, naast de poster (www.umcg.nl/documents/68138/9116813/poster_veilige_geluids-omgeving_uno-umcg.pdf/8efef07b-89df-7feb-811c-859f3b7d5055?t=1671021208696) van het UNO-UMCG, kan toepassen voor een individuele bewoner op de huiskamer. Kies een bewoner waarvan je vermoedt dat de kwaliteit van leven erop vooruit kan gaan.

Bedenk welke micro-interventies je, naast de poster van UNO-UMCG, kan toepassen voor de hele groep bewoners van de huiskamer (een kleine interventie is makkelijk uitvoerbaar). Bespreek met je collega's welke interventie(s) je hebt bedacht

en onderbouw dit. Onderbouw ook hoe deze interventies passen binnen de kwaliteitskaders en richtlijnen binnen je organisatie.

Geluidsomgeving en beroepsethiek hebben met elkaar te maken. Denk bijvoorbeeld aan een praatje dat je maakt met een collega in de huiskamer of dat je familie aanspreekt wanneer ze te luidruchtig aanwezig zijn in de huiskamer. Ga met je begeleider in gesprek en probeer samen te bedenken hoe dit met elkaar te maken heeft en hoe je hier, individueel en als team, mee om kunt gaan.

Leeractiviteit 4. Kiezen van een micro-interventie ter verbetering van kwaliteit van zorg (4 uur, individueel/team)

Je kiest één of meerdere micro-interventies die passen bij de organisatie en redelijk eenvoudig uit te voeren zijn, door jou, je team of eventueel facilitaire/technische dienst. Je onderbouwt je keuze en kan die toelichten op basis van het geluidskwadrant. Je schetst daarmee de te verwachten effect(en) voor de bewoner(s).

Leg je micro-interventie voor aan je team en vraag om inhoudelijke feedback. Verwerk deze feedback zodat je voorstellen passen bij het team en de richtlijnen en kwaliteitseisen van de zorginstelling. Bedenk ook hoe je rekening hebt gehouden met het ethische perspectief.

Samen met je team ga je de komende vier weken de interventies uitvoeren. Handig is om dit planmatig aan te pakken: kies een aanpak die past bij de eisen van de organisatie of je opleiding.

Na vier weken evalueer je de interventies op basis van de te verwachten effecten voor de bewoner en bespreek je dit met je team.