

Programma

sterkz.org
EERSTE LIJN UTRECHT STAD
OUDEREN

SYMPOSIUM BRENG VALLENDE OUDEREN IN EVENWICHT



Dit Symposium is voor iedereen die werkt in de eerste lijn en het sociaal domein in Utrecht stad.

DONDERDAG 16 NOVEMBER 2023
16.30 - 20.30 UUR

Accreditatie wordt aangevraagd

Praktische informatie

Wat?

Samenwerking op het gebied van kwetsbare ouderen is cruciaal om ouderenzorg te verbeteren. Wij geloven dat samen leren aan de basis ligt van een goede samenwerking. Tijdens dit symposium komen alle zorgprofessionals uit het sociaal domein en de eerste lijn in Utrecht stad samen om te leren hoe vallende ouderen weer in evenwicht te brengen.

Het symposium belooft een avond te worden waarbij niet alleen kennisdeling, maar vooral ook ervaring en interactie centraal staan. Tussen de scholingsmomenten in zijn interactieve intermezzo's gepland die je in de schoenen (soms letterlijk) van de kwetsbare oudere plaatst en vanuit verschillende perspectieven leert over het verbeteren van de zorg.

Waar?

Cursus- en vergadercentrum Domstad
Koningsbergerstraat 9, Utrecht

Wanneer?

Donderdag 16 november 2023.
16.00 – 20.30 uur.

Voor wie?

Voor iedereen die werkzaam is binnen de ouderenzorg in het sociaal domein en de eerste lijn in Utrecht stad.

Accreditatie

3 accreditatiepunten zijn aangevraagd voor:

- Huisartsen (KNMG)
- Praktijkondersteuners (NvvPO, instellingsaccreditatie | V&VN)
- Verpleegkundig Specialisten (V&VN)
- Paramedici, waaronder diëtisten, ergotherapeuten en oefentherapeuten (ADAP)
- Fysiotherapeuten
- Apothekers (krijgen een certificaat van deelname met daarop de accreditatiecode van een andere BIG-geregistreerde accreditatie. Daarmee kan je de accreditatiepunten zelf kosteloos indienen).

Investing

Deelname aan dit Symposium is gratis.

Annulering

Tot twee weken voor aanvang van het Symposium kan je jouw deelname kosteloos annuleren. Na deze datum worden de kosten à € 65,- alsnog in rekening gebracht. Annuleren doe je per mail (academie@huisartsenutrechtstad.nl).

Aanmelding

Aanmelden doe je via [dit aanmeldformulier](#). Er zijn in totaal 130 deelnameplekken beschikbaar. Hiervan zijn in ieder geval 40 plekken gereserveerd voor deelnemers uit het sociaal domein

Programma

PROGRAMMA SYMPOSIUM OUDERENZORG

16.00 - 16.30 uur	Inloop & registratie
16.30 - 17.15 uur	Welkomstwoord & Keynote huisarts en postdoctoraal onderzoeker Vincent van Vugt over duizeligheid
17.15 - 17.45 uur	Etenstijd met "Proeven & Proberen"
17.45 - 18.45 uur	Kennissessies - ronde 1
18.45 - 19.15 uur	Intermezzo "Balans Boosters"
19.15 - 20.15 uur	Kennissessie - ronde 2
20.15 - 20.30 uur	Wrap-up: De Balans Opmaken

Inhoud

Openingskeynote

Duizeligheid: hoopvolle toekomst!

Door: Vincent van Vugt, huisarts en postdoctoraal onderzoeker

Duizeligheid is een veelvoorkomende klacht die vooral vaak wordt gezien bij ouderen. Het vereist een andere aanpak dan bij jongere mensen en het is een subjectieve sensatie met verschillende verschijningsvormen. Gelukkig is de toekomst voor de behandeling van duizeligheid hoopvol! In deze keynote vertelt Vincent van Vugt over de meest effectieve behandelingswijze voor langdurige duizeligheid – vestibulaire revalidatie – en waarom dit nog nooit zo toegankelijk is geweest als nu. Hij vertelt wat je móét weten over de diagnose en prognose én hoe je deze veilige en effectieve behandeling ook zelf kan inzetten.

Kennissessies

Tijdens het symposium zijn er twee rondes met diverse kennissessies. Bij de aanmelding geef jij jouw keuze aan. Maar wees er snel bij, want vol=vol.

Draaiduizeligheid (medische workshop)	Vincent van Vugt, huisarts en postdoctoraal onderzoeker	Voor: huisarts, praktijkondersteuner, praktijkverpleegkundige en fysiotherapeuten	Veel huisartsen en fysiotherapeuten zien draaiduizeligheid als een moeilijke klacht. Toch is de meeste draaiduizeligheid goed te behandelen in de eerste lijn zonder verwijzing naar de medisch specialist. Wat heb je hiervoor nodig? Betere kennis en vaardigheden: tijdens deze medische workshop leer je de meest voorkomende aandoeningen van draaiduizeligheid diagnosticeren en behandelen. De anatomie van het evenwichtsorgaan wordt uitgelegd en de pathofysiologie van de vijf aandoeningen waar je aan moet denken bij draaiduizeligheid wordt besproken. Er is daarbij speciale aandacht voor de relatief nieuwe Head Impulse Test (HIT) die gebruikt kan worden om neuritis vestibularis van een beroerte te onderscheiden. Ook belangrijke technieken bij benigne paroxismale positieduizeligheid (BPPD) zoals de Dix-Hallpike en de Epley-manoeuvre komen uitgebreid aan bod. Na deze workshop zal je met meer vertrouwen patiënten met draaiduizeligheid gaan zien.
Verlichting & valproblematiek	Koninklijke Visio	Voor: iedereen die wil leren hoe verlichting bijdraagt aan valpreventie bij ouderen	Licht is het meest onderschatte hulpmiddel in de ouderenzorg. Adequate verlichting is een voorwaarde voor oriëntatie, mobiliteit en veiligheid. Het niet aanwezig zijn van adequate verlichting heeft direct gevolgen voor het functioneren van ouderen. Preventief kan het onnodig hoge zorgkosten tegengaan. Soms zal er minder intensieve zorg nodig zijn, omdat door goed licht de leefomgeving van de oudere veiliger is en de kans op vallen lager wordt. Ook is de oudere in staat om actiever te zijn en zal het dag-/nachtritme meer op orde zijn. Tijdens de presentatie leer je over de vier gouden regels waarmee de verlichting te verbeteren valt.
Ketenaanpak valpreventie	Linda Willemse (Sport Utrecht) Yvonne Pijnacker (Sterkz.org), Careyn, FUS	Voor: iedereen die wil weten welke stappen genomen worden na de valanalyse	De valanalyse is instrument om een verhoogd valrisico bij een oudere te signaleren en daarna te beoordelen. Maar dan? Wat gebeurt er na de valanalyse? De afgelopen periode zijn het sociaal domein, de eerste lijn en gemeente bij elkaar gekomen om de keten rondom valpreventie in kaart te brengen. In deze kennissessie leer je over deze ketenaanpak en over hoe ervoor wordt gezorgd dat de juiste zorg, passend bij het valrisico, kan worden geboden?
Migrantenouderen in beweging	Mathieu de Greef, lector ouderenzorg verbonden aan Sociaal Vitaal in Kleur	Voor: alle geïnteresseerden	Nederland telt steeds meer ouderen. Ook het aandeel ouderen met een migratieachtergrond neemt toe. Tussen ouderen met een migratieachtergrond en ouderen met een Nederlandse herkomst zitten veel verschillen op het gebied van maatschappelijke positie en kwetsbaarheid. Hierdoor is er ook behoefte aan een verschil van aanpak op bijvoorbeeld het gebied van valpreventie. Sociaal Vitaal in Kleur in Utrecht richt zich op ouderen met een Marokkaanse, Turkse en Chinese achtergrond. In deze inspiratiesessie leer je meer over het project en de bijdrage aan valpreventie bij deze groep ouderen.
Apotheekinterventies: BenZoMoe & Blauwe Stickers	Floor van Steenis, apotheker Elinkwijk & Denise Dijkstra, apotheker BenzoMoe	Voor: apothekers en iedereen die nieuwsgierig is naar de apothekervoorbeelden	Ben jij apotheker en ben je nieuwsgierig hoe je zelf met BenZoMoe of blauwe stickers aan de slag kunt gaan? Of zie je als bijvoorbeeld wijkverpleegkundige weleens een blauw stickertje op medicatie, maar heb je eigenlijk geen idee wat dat betekent? In deze bijpraat-sessie gaat over twee apothekervoorbeelden: BenZoMoe & de Blauwe Stickers. Je leert wat elke interventie inhoudt, hoe het "eruit ziet" en hoe je er gebruik van kunt maken. Raak geïnformeerd én geïnspireerd om met deze interventies in de slag te gaan in je eigen praktijk.

Wegrakingen en syncope: Geruystellen of verdere diagnostiek?	Annemieke Wind, Cardioloog Diakonessenhuis Utrecht, werkzaam op de syncope poli	Voor: huisarts, praktijkondersteuner, praktijkverpleegkundige	Een syncope kan heel veel oorzaken hebben, van onschuldig tot levensbedreigende oorzaken. Waaraan herken je het verschil? Tijdens deze workshop werken we, aan de hand van casuïstiek, aan jouw plus/niet-plus gevoel bij wegrakingen. Wat zijn de rode vlaggen en wat kun je binnen de praktijk doen aan diagnostiek en lichamelijk onderzoek? In dit kader kijken we ook naar orthostatische hypotensie en de samenwerking met cardiologen en neurologen binnen de syncope poli.
Valpreventie: Zo krijg je verschillende type ouderen in beweging!	Stephanie van Emmerik, stadscoördinator Leefstijl	Voor: alle geïnteresseerden	Het is niet makkelijk om ouderen in beweging te krijgen om aan valpreventie te doen. Je krijgt als zorgprofessional vaak te maken met weerstand als je iemand wil stimuleren om aan valpreventie te gaan doen. Verschillende factoren (psychologisch en extern) zorgen voor deze weerstand. Denk bijvoorbeeld aan de oudere die niet bekend is met het risico op vallen behorend bij hun leeftijd. Of de oudere die gewoonweg vindt dat hij nog niet bij de "echt oude mensen" behoort. Op basis van de factoren kan je de 65+er grofweg in drie categorieën verdelen, zogenaamde persona's. Als je de persona kunt herkennen, kun je je eigen strategie aanpassen om meer aansluiting te vinden op de behoefte van de oudere en is de kans groter dat de oudere in beweging komt.
Onderwerp wordt binnenkort bekend gemaakt			Meer informatie over deze inspiratiesessie volgt binnenkort
Alcohol 55+	Stasja Draisma, PhD., senior onderzoeker bij Trimbos	Voor: alle geïnteresseerden	Het alcoholgebruik van 55 plussers in Nederland neemt al enige decennia toe. Ook consumeert deze leeftijdsgroep relatief veel in vergelijking met jongere leeftijdsgroepen. Dit vormt een probleem door o.a. de langzamere afbraakduur van alcohol bij ouderen. Er is een toenemende kans op ongelukken, medische aandoeningen en opname in een verpleeghuis als gevolg van alcoholmisbruik. Trimbos deed onderzoek naar risicofactoren voor alcoholmisbruik van ouderen: wat beïnvloedt het alcohol misbruik en welke ouderen drinken overmatig veel? Op welke symptomen moet er gelet worden bij de diagnostiek van alcoholmisbruik? Welke acties zijn nuttig en effectief bij behandeling van alcoholmisbruik?

Intermezzo

Proeven & Proberen

Tijdens dit intermezzo staat eten & drinken centraal. Niet alleen is er een lekkere maaltijd voor de aanwezigen, maar je neemt ook een kijkje in de keuken van kwetsbare ouderen.

Balans Boosters

Tussen de twee kennissessie-rondes is het tijd om de benen te strekken. Letterlijk. We laten je zien en ervaren hoe je ouderen kunt stimuleren tot bewegen. Doe jij ook mee?