



Wegwijs in zorginnovatie



Voorbeelden van innovatie in zorg, gezondheid en welzijn

Zorg van Nu wijst je de weg in zorgtechnologie en digitale zorg

Zorginnovaties kunnen bijdragen aan de gezondheid en kwaliteit van leven van iedereen. Ook kunnen ze het werk van zorgprofessionals verlichten en efficiënter maken en de zorg verbeteren.

Zorg van Nu laat zien wat slimme zorg is, welke zorginnovaties er zijn en hoe en wanneer deze te gebruiken.

Deze folder geeft zorgprofessionals, mantelzorgers en cliënten voorbeelden van zorginnovaties aan de hand van zes thema's.



Foto: Margot Ennen

Ontdek zorginnovaties

Op zorgvanu.nl vind je advies en informatie over zorginnovaties. Zorgprofessionals vinden er een stappenplan. Kijk voor specifieke aandoeningen en situaties op www.zorgvanu.nl/ontdek-zorginnovatie-voorbeelden.



“Simpele trapaanpassingen zorgen ervoor dat ik de regie in eigen handen heb en zo in beweging kan blijven. Dit geeft me veel vrijheid terug.”

Hulp bij bewegen

Als in beweging blijven niet makkelijk (meer) is, dan zijn er allerlei zorginnovaties die kunnen helpen om de mobiliteit te vergroten. Zowel voor thuis als buiten de deur. Ook zijn er innovaties die ondersteunend zijn als het onderwerp even te veel wordt of bij angst om te vallen.

Meer informatie: zorgvanu.nl/bewegen

Rolstoel en rollator in één

Er zijn rollators die gemakkelijk tot rolstoel zijn om te bouwen. De situatie bepaalt de manier van gebruik: lopen achter de rollator of zitten in de rolstoel.



Foto: Rollz Motion



Berscherm je heupen met een heupairbag

Een riem met heupairbag voorkomt een gebroken heup bij een val. De zachte riem is onzichtbaar, omdat hij onder de kleding wordt gedragen.

Aanpassingen voor de trap

Om de trap beter op en af te kunnen zijn er speciale aanpassingen. Bijvoorbeeld trapondersteuning met een beugel die voor je uit beweegt. Of extra tussentreden die de hoogte van de trede verkleinen.





Foto: Sammax

“Het voordeel van de slaaprobot is dat hij steeds opnieuw begint met zijn ‘ademhaling’ waardoor ik snel in slaap val. Zo kan ik sinds jaren mijn slaapmedicatie wel eens overslaan.”

Gezonder leven

Een gezond lijf en een gezonde geest. We weten dat dit belangrijk is maar het is niet altijd makkelijk om gezonder te leven. Gelukkig zijn er digitale hulpmiddelen om hierbij te helpen, te motiveren en te ondersteunen.

Meer informatie: zorgvanu.nl/gezonder-leven

Beter slapen met een slaaprobot

Er zijn verschillende hulpmiddelen om 's nachts beter te slapen. Zoals een slaaprobot, die de ademhaling tot rust brengt. Het ritme van de robot geeft ontspanning.



Foto: Somnox

Letten op voeding met een app

Er zijn verschillende apps die helpen bij gezond eten. Bijvoorbeeld door producten en ingrediënten met elkaar te vergelijken. Soms is het mogelijk om met de camera op een telefoon barcodes van producten te scannen. De app laat zien wat er in het product zit of stelt een gezonder alternatief voor.

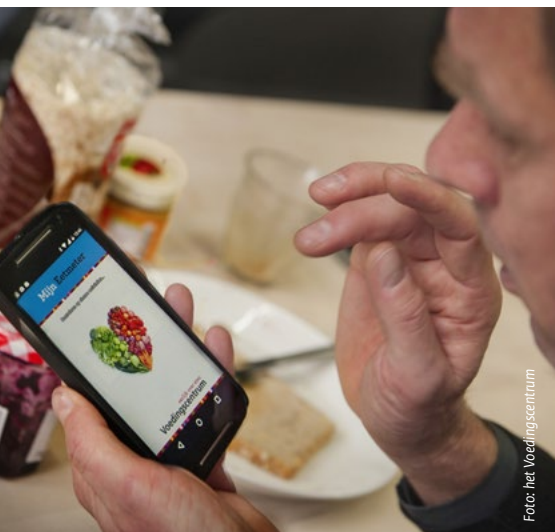


Foto: het Voedingssentrum

Lichttherapie voor thuis

Lichttherapie is er ook voor thuis. Zo bestaan er daglichtlampen en slimme brillen die natuurlijk licht nabootsen. Daarmee wordt het tekort aan daglicht aangevuld en krijgen mensen meer energie.





“Door een e-consult krijgen patiënten zelf regie. Het scheelt ze tijd, omdat ze niet naar de praktijk hoeven te komen. Digitaal een vraag stellen kan op een zelfgekozen moment, ook 's avonds. Als huisarts kost het mij minder tijd dan een gewoon consult.”

Zorg op afstand

Mensen kunnen thuis veel zelf doen en meten rondom gezondheid. Het is daarom niet altijd nodig om als patiënt naar een zorgverlener toe te gaan. Vanuit de huisarts, het ziekenhuis of de wijkverpleging kunnen waardes ook op afstand in de gaten worden gehouden. Als het nodig is, dan wordt er gelijk ingesprongen.

Meer informatie: zorgvannu.nl/zorgopafstand

Thuismonitoring

Mensen met bijvoorbeeld een hartaandoening, diabetes, COPD of bij een risicozwangerschap kunnen op afstand gemonitord worden door hun behandelaar. Hiervoor meten mensen thuis regelmatig hun waarden. De behandelaar ziet de resultaten in een app of online programma. Via chat, e-mail of beeldbellen is er contact als dat nodig is.



Online therapie

Psychologische hulp kan ook digitaal. Bij online behandeling is therapie te volgen waar het uitkomt. Hiervoor is alleen een smartphone of tablet nodig. Vaak bestaat de behandeling uit een aantal videogesprekken met de behandelaar. Maar ook het doen van opdrachten of invullen van vragenlijsten is mogelijk.

E-consult

De (huis)arts kan vragen van patiënten digitaal beantwoorden. Dat heet een digitaal consult, of e-consult. De patiënt stuurt een bericht, bijvoorbeeld met een vraag over medicatie of over de uitslag van een bloedtest. De arts geeft antwoord buiten de spreekuren om. In het bericht kan de arts ook foto's en lab uitslagen delen.





“Mantelzorg apps helpen mij en m’n moeder om voor oma te zorgen. Zo maken we goede afspraken over wie wat doet en wanneer. Het geeft ons rust te weten dat het goed geregeld is.”

Hulp voor mantelzorgers

Zorgen voor een familielid, een vriend(in) of een andere naaste, kan soms veel vragen. Er zijn innovaties die de mantelzorgers kunnen ondersteunen waardoor de zorg makkelijker wordt.

Meer informatie: zorgvannu.nl/mantelzorg

Leefstijlmonitoring

Met simpele sensoren in het huis van een naaste kan een oogje in het zeil worden gehouden. Dit heet leefstijlmonitoring. De sensoren meten bijvoorbeeld of het toilet gebruikt wordt en of de voordeur open gaat. Bij afwijkend gedrag krijgt de mantelzorg een melding. Zo kan iemand veilig thuis blijven wonen en wordt de mantelzorg ontlast.



Zorgrobots voor dagstructuur

Een zorgrobot helpt structuur te geven aan de dag. Zo kunnen ze taken en herinneringen uitspreken. Bijvoorbeeld wanneer er bezoek komt of dat de medicijnen ingenomen moeten worden.

Mantelzorg apps

Mantelzorg apps maken het makkelijk om met meerdere mensen voor een familielid of naasted te zorgen. In de meeste apps zijn foto's en verhalen te delen. Ook het afstemmen en verdelen van zorgtaken is mogelijk.





*“Ik merk als wijkverpleegkundige dat de slimme medicijn-
dispenser de zelfredzaamheid vergroot. Mensen hebben
minder vaak zorg nodig waardoor ze het gevoel hebben
meer regie op hun leven te hebben.”*

Langer thuis wonen

Het is fijn om zo lang mogelijk thuis te kunnen wonen, ook voor iemand die beginnende dementie of een verstandelijke of lichamelijke beperking heeft. Er zijn allerlei innovaties die voor veiligheid en zelfstandigheid kunnen zorgen. Ook kun je vaak met eenvoudige oplossingen al een ‘slim huis’ maken.

Meer informatie: zorgvanu.nl/langerthuis

Slimme medicijndispenser

Een slimme medicijndispenser geeft een signaal als het tijd is om medicijnen te slikken en geeft direct de juiste medicijnen uit. De dispenser registreert wanneer de medicijnen zijn gepakt en deelt deze informatie met de thuiszorg.



Foto: Meridjo

Langer zelfstandig thuis met een spraakassistent

Een spraakassistent is een systeem voor thuis waar je een gesprekje mee kunt voeren en die je opdrachten kunt geven. Zoals apparaten aan- of uitzetten of gordijnen open doen. Ook kan het apparaat hulp inschakelen, bijvoorbeeld als je gevallen bent.



Draagbare alarmknop

Een alarmknop kan de gebruiker indrukken bij nood waardoor automatisch hulp wordt gebeld. De ingebouwde GPS geeft aan waar de persoon zich bevindt. Zo'n alarmknop is er in verschillende vormen. Bijvoorbeeld als ketting of als horloge.





“Ik heb soms moeite om mijn zaken digitaal te regelen, zoals met internbankieren. Ook op werk merk ik dat steeds meer digitaal gaat en dat vind ik lastig. Gelukkig is er de website Digivaardig in de Zorg. Daar kan ik eenvoudig én in mijn eigen tempo mijn digitale vaardigheden verbeteren via verschillende oefeningen.”

Digitale vaardigheden

Rondom zorg en gezondheid kan er steeds meer digitaal. Dat maakt het vaak makkelijk, maar niet iedereen is even handig in het gebruik van een computer, apps of een smartphone. Er is ondersteuning voor mensen die daar nog wat minder goed mee overweg kunnen. Zo kan iedereen meedoen.

Meer informatie: zorgvanu.nl/digivaardigheid

De eenvoudige tablet

Is een computer bedienen moeilijk? Dan kan een eenvoudige tablet uitkomst bieden. Daarmee kan je makkelijk foto's sturen en ontvangen, beeldbellen of een spelletje spelen.



Foto: Hèlène Wieshaan - Compaan



Hulp bij digitale vaardigheden

Om digitale vaardigheden te verbeteren zijn er allerlei laagdrempelige manieren. Op digivaardigindezorg.nl is hulp te vinden om digitale vaardigheden te verbeteren voor mensen in de zorg. Ook zijn er online cursussen. De bibliotheek kan je altijd helpen met je digitale vaardigheden.

Gamen met een beperking

Voor mensen met een verstandelijke beperking zijn er leuke games om digitale basisvaardigheden te leren. In plaats van een muis of toetsenbord, is gamen met een speciaal kussen ook een mogelijkheid.



Foto: Pillo

Meer weten? Ga naar zorgvannu.nl

Volg ons op social media:

 www.linkedin.com/showcase/zorg-van-nu

 www.fb.com/zorgvannu

Zorg van Nu is een initiatief van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.