



Uitgangspunt...



Voeding in de Revalidatie

Jacqueline Bakker en Karin Kouwenoord, fysiotherapeut en diëtist Zorgbalans, locatie Zuiderhout: 1 april 2022

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

1

2

Start 2018

- Werkbezoek met 7 collega's aan Ziekenhuis Gelderse Vallei en militair revalidatiecentrum in Doorn
- Opracht voor de Alliantie Voeding
- Resultaat: adviesrapport van 6 Wageningen studenten
- Zie poster hiernaast



Voeding en bewegen in Zuiderhout

- Combinatie voeding en bewegen en de 3^e pijler is gezelligheid/warme sfeer. Daarin onderscheiden we ons van andere revalidatiecentra.
- Ontbijt en lunch in buffetvorm in het restaurant: revalidatie
- Warme maaltijd wel aan tafel geserveerd
- Eigen menucyclus (2 keuze menu) met input van onze cliënten, regelmatig bijstellen omdat populatie verandert
- Meer buitenlandse gerechten, meer groente en vaker vegetarisch!
- Momenteel opdracht stagiaire om eiwit aanbod restaurant af te stemmen op wensen van cliënten/revalidanten

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

3

4

Assortiment restaurant met het buffet



Eiwittenkaart

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

5

6

Woonzorgmedewerkers op de afdeling

- Onze 'ogen en handen', signalerende functie
- Bij opname voedingslijsten bijhouden
- Hulp bij eten en drinken
- Eiwitrijke tussendoortjes, oa smoothies
- Gezellige sfeer in de huiskamer



Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

7

Samenwerking fysio en diëtetik 🌟👥

- Handknijpkrachtmeting met de Jamar en
- Screenen op sarcopenie (SARC-F) door fysiotherapeuten
- bia-meting door diëtisten



Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

8

Samenwerking fysio en diëtetik 🌟👥

- Zelfde boodschap uitdragen, koppelen eiwitrijke snack aan therapie



Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

9

Samenwerking fysio en diëtetik 📄

- Folder ontwikkeld over voeding en bewegen in de revalidatie met input van onze cliënten



Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

10

Eten op afdeling met ondersteuning zorg en woonzorg door ft, et en lo.

- Met name op de CVA afdeling zijn hier vaste afspraken over
- Eten in het restaurant is vanwege oa slikproblemen, te druk, te veel hulp nodig, nog niet mogelijk
- Voeding als onderdeel van revalideren op de afdeling
- Doel is het vergroten van zelfredzaamheid
- Onder begeleiding lopen naar de huiskamer als dat kan.

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

11

Team aan zet: Op elke afdeling is een bewegplan. Eiwitposter/pitstop ontwikkelen als aanvulling hierop.



Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

12

Meedoen aan onderzoek

- Zuiderhout participeert in het Teams onderzoek (training en eiwit aanbeveling op maat voor kwetsbare senioren) van Michael Tieland
- Binnen het TEAMS-project analyseren onderzoekers welke trainingsbelasting het meest effect heeft op het fysiek functioneren en de zelfredzaamheid van kwetsbare ouderen. Ook de impact van voeding/eiwit op de trainingsbelasting nemen zij mee in het onderzoek

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

13

Samengevat



- Eten en drinken zijn zowel sociaal als functioneel belangrijk: combineer lekker, gezellig eten in een fijne omgeving met volwaardige, 'gezonde' voeding
- Eiwitten in combinatie met bewegen zijn in de revalidatie extra belangrijk.
- Maak gebruik van studenten/stagiaires en heb een lange adem
- Pak het multidisciplinair of interdisciplinair aan!
- En vooral: Samen met de cliënt/revalidant!

Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

14

En vergeet niet...



Z Voeding in de revalidatie, 1 april 2022

15