



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, vergemakkelijken en efficiënter maken en de zorg verbeteren.

Bij Zorg van Nu laten we je daarom zien wat slimme zorg is, welke zorginnovaties er zijn, hoe je ze inzet, wanneer en waarom.

In deze folder geven we voorbeelden van zorginnovaties aan de hand van 6 thema's.



Foto: Margot Ennen

Ontdek meer geschikte zorginnovaties

Wil je ontdekken welke zorginnovaties er zijn voor een specifieke aandoening of situatie? Kijk dan op zorgvannu.nl en start de wegwijzer.

Hulp en advies

Daarnaast vind je op zorgvannu.nl praktische hulp en advies. En voor zorgprofessionals is er een implementatie stappenplan.



“De simpele trapaanpassingen geven mij de mogelijkheid om mijn eigen controle te behouden en dus ook in beweging te kunnen zijn. Het geeft je heel veel vrijheid terug, want je hebt zelf de regie in handen.”

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.





“Het grote voordeel van de slaaprobot is dat hij met één druk op de knop opnieuw begint met zijn ‘ademhaling’ en dan val ik gewoon heel snel in slaap. En dat is echt een heel groot voordeel. Ik heb zelfs een nacht zonder slaapmedicatie geslapen en dat is echt voor het eerst in jaren!”

Gezonder leven

Een gezond lijf en een gezond hoofd. We weten vaak wel dat het van belang is, maar het is niet altijd gemakkelijk 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 allemaal in het product zit of stelt een gezonder alternatief voor.



Foto: het Voedingssentrum

Lichttherapie voor thuis

Lichttherapie is er tegenwoordig 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. En ze kunnen het doen op een zelfgekozen moment, ook ’s avonds. Ook kost het mij als huisarts 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. En vervolgens kan er worden ingesprongen als dat nodig is.

Meer informatie: zorgvanu.nl/zorgopafstand

Thuismonitoring

Mensen met bijvoorbeeld hart-aandoeningen, diabetes, COPD of bij een risico zwangerschap 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 tegenwoordig ook digitaal. Bij online behandeling is therapie te volgen waar en wanneer 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 wanneer het uitkomt. In het bericht kan de arts meestal 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 het gemakkelijker kunnen maken en hierbij kunnen ondersteunen.

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 de medicijnen ingenomen moeten worden.

Mantelzorg apps

Mantelzorg apps maken het makkelijk om met meerdere mensen voor een familielid 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 zelfredzaamheid bevorderd wordt door de inzet van de slimme medicijn-dispenser. Mensen hebben minder momenten zorg nodig waardoor ze ook zelf het idee hebben dat ze meer regie over hun eigen leven 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 slimme oplossingen die voor veiligheid en zelfstandigheid kunnen zorgen. Ook kun je vaak met eenvoudige oplossingen al een ‘slim huis’ maken.

Meer informatie: zorgvannu.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.



Langer zelfstandig thuis met een spraakassistent

Een slimme 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 iemand gevallen is.



Draagbare alarmknop

Met een draagbare alarmknop, bijvoorbeeld als iemand gevallen is, wanneer er sprake is van een noodgeval. Dan wordt hulp 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 kan ik op de website van Digivaardig in de Zorg eenvoudig én op mijn eigen tempo mijn digitale vaardigheden verbeteren met behulp van verschillende oefeningen.”

Digitale vaardigheden

Rondom zorg en gezondheid kan er steeds meer digitaal. Dat maakt het vaak makkelijk, maar niet iedereen is even handig met het gebruik van een computer of apps op 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 iemand makkelijk foto's sturen en ontvangen, beeldbellen of een spelletje spelen.



Foto: Hélière Wissham - Compaan



Hulp bij digitale vaardigheden

Om digitale vaardigheden te verbeteren zijn er allerlei laagdrempelige manieren. Op digivaardigindezorg.nl is bijvoorbeeld hulp te vinden om digitale vaardigheden te verbeteren voor mensen in de zorg. Ook zijn er tal van cursussen online of bij de bibliotheek die stap voor stap helpen.

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 ook gamen met een speciaal kussen 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.