



Nieuwsbrief Ouderenberaad

Zuid-Holland Noord

Praat mét ouderen, niet óver

Jaargang 5, nummer 3 | juni 2025

Welkom

Dit is jaargang 5, nummer 3 van de *Nieuwsbrief Ouderenberaad ZHN*.

In dit nummer:

- De DANTON- studie: bloeddrukverlagende medicatie bij ouderen met dementie.
- Revalidatiezorg: samen onderzoek doen met ex-revalidanten, naasten én zorgverleners.
- mySupport: gesprekken tussen naasten en zorg-medewerkers bij dementie.
- Overleg Ouderenberaad met Zorg en Zekerheid.
- Kennismaking met drie nieuwe leden van het Ouderenberaad.
- Bijeenkomsten 'Keuzes'.

DANTON-studie: bloeddrukverlagende medicatie bij ouderen met dementie in het verpleeghuis

Veel ouderen gebruiken al lange tijd bloeddrukverlagende medicatie om de kans op het krijgen van hart- en vaatziekten te verlagen. Maar als de gezondheid van ouderen achteruit gaat, dan kan de balans tussen voor- en nadelen van deze middelen veranderen.



DANTON
Dementie | Bloeddruk | Onbegrepen gedrag

De DANTON-studie onderzocht of het stapsgewijs afbouwen van bloeddrukverlagende medicatie bij ouderen met dementie in een verpleeghuis leidt tot minder onbegrepen gedrag, zoals agressie en apathie, en tot een betere kwaliteit van leven.

Het ouderenberaad was in iedere stap van de studie, van opzet tot interpretatie van de resultaten, nauw betrokken.

Er deden 205 ouderen met dementie mee aan de studie uit 51 verpleeghuizen behorende tot 26 zorgorganisaties. De onderzoekers verdeelden hen in twee groepen: in de afbouwgroep bouwden de deelnemers de bloeddrukverlagende medicatie stapsgewijs af, in de controlegroep bleven ze die medicatie gewoon gebruiken.

De studie laat zien dat ouderen met dementie in het verpleeghuis meer nadelen dan voordelen ondervinden van het afbouwen van bloeddrukverlagende medicatie. Een onafhankelijke onderzoekscommissie adviseerde daarom om de studie vroegtijdig te stoppen.

Nieuwe studie raadt ouderen met dementie af om proactief te stoppen met bloeddrukverlagende middelen.

Er was geen verschil op het gebied van onbegrepen gedrag of kwaliteit van leven tussen beide groepen te zien, maar de afbouwgroep bleek wel een hoger risico te hebben op een 'ernstig ongewenst effect', zoals vallen of overlijden. Dit is volgens de onderzoekers een duidelijke reden om het proactief afbouwen van de bloeddrukverlagende middelen bij ouderen met dementie af te raden.

De resultaten van deze studie dragen bij aan het ontwikkelen van passende medische zorg voor ouderen. Vaak wordt gedacht dat het goed is om te stoppen met preventieve medicatie als ouderen kwetsbaarder worden. De uitkomsten van deze

studie laten zien dat dat niet altijd zo is. Kortom, vragen genoeg voor verder onderzoek. Onderzoekers binnen het LUMC Centrum voor Ouderengeneeskunde gaan hier samen met het ouderenberaad mee aan de slag.

De studie is onlangs gepubliceerd in het tijdschrift [Age and Ageing](#), en de promovendus, Jonathan Bogaerts, heeft op 16 april zijn proefschrift verdedigd, waarin de DANTON-studie uitgebreid werd behandeld. Het [proefschrift](#) is online beschikbaar.

*Namens het team van de Dantonstudie
Dr. Willeke Ravensbergen*

Nieuw: Henk Barink



Ik ben geboren in Winterswijk in 1955. In 1973 vertrokken naar Amsterdam om te studeren. Afgestudeerd in de politicologie. Ik heb tot begin 1989 in

Amsterdam gewoond en ben vervolgens verhuisd naar Leiden.

In mijn werkzame leven heb ik 40 jaar gewerkt bij de rijksoverheid, waarvan de laatste 20 jaar op directeursniveau bij verschillende departementen in Den Haag.

Ik ben sinds begin 2025 lid van het Ouderenberaad en daarbinnen lid van de werkgroep Beleid.

De vergrijzing wordt als een probleem ervaren. Als oudere kun je meedenken over oplossingen voor dit vraagstuk en participeren in het gesprek hierover. Het Ouderenberaad biedt daarvoor een geschikt platform. Met mijn kennis over en ervaring met beleid, overheidsorganisatie en openbare financiën lever ik graag een bijdrage aan het Ouderenberaad.

Revalidatiezorg - Samen onderzoek doen met ex-revalidanten, naasten én zorgverleners.

Twee en een half jaar geleden startte ik als fysiotherapeut en beginnend onderzoeker mijn promotietraject bij zorginstelling Pieter van Foreest. Dat doe ik onder begeleiding van het LUMC en in samenwerking met UNC-ZH.



Het onderzoek, [EAGER-2-TRAIN](#), is gericht op het gebruik van trainingsapps in de ouderenrevalidatie om te ondersteunen bij herstel.

Eind 2023 mocht ik mijn plannen presenteren aan een delegatie van het ouderenberaad. Zij kwamen op bezoek bij Pieter van Foreest om kennis te maken. De reden daarvoor: wat kunnen we voor elkaar betekenen zodat ouderen meer kunnen bijdragen aan onderzoek naar henzelf?

Namens het Ouderenberaad heeft Wies van den Nieuwendijk actief meegedaan in een aantal focusgroepen

Contactgegevens werden uitgewisseld, en dat leverde ook gauw iets op. Vorig jaar vroeg ik de leden van het ouderenberaad of zij iemand wisten om mee te denken over het ontwikkelen van een interventie met daarin een trainingsapp.

Dat lukte: namens het Ouderenberaad heeft Wies van den Nieuwendijk actief meegedaan in een aantal focusgroepen.

In co-creatie met ex-revalidanten, naasten, artsen, behandelaren, zorg, management en ICT medewerkers hebben we een interventie ontwikkeld, bestaande uit een behandelmodule met

trainingsapp en een zorgpad voor blended gebruik (combinatie van technologie en face-to-face zorg).

Dit deden we in een iteratief proces: vier werkgroepen waarin elke keer een volgende stap werd gezet met de data van de werkgroep ervoor, bij Pieter van Foreest en bij Omring, ouderenrevalidatie in Den Helder.

Samen met mijn collega fysio en promovenda Aurélie Oosterlynck van Omring zijn we nu druk bezig om de data uit de werkgroepen te vertalen naar een eerste versie van de behandelmodule en het zorgpad.

Field tests daarvan volgen later dit jaar. Daarin gaan we ouderen die een revalidatietraject volgen en zorgverleners vragen naar de bruikbaarheid en toegankelijkheid van de trainingsapp. Op die manier krijgen we opnieuw informatie voor nog een ontwikkelstap van de interventie. Zodra deze klaar is volgt onderzoek naar de effectiviteit ervan. We kunnen pas na de field test meer vertellen over de resultaten maar we zijn heel tevreden met deze eerste stap en de actieve rol van ouderen in dit onderzoek!

Loes Oostrik

Nieuw: Dick Bruin



Ik ben in 1949 geboren in Den Helder. Gedurende het grootste deel van mijn werkzame leven ben ik HRM adviseur bij het Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat geweest. Mijn opleidingen op dat gebied zijn Mbo

Arbeidsmarktpolitiek/Personeelsbeleid (AP/PB), Hbo AP/PB en de WO Personeelsmanagement.

Ik vind het belangrijk om lichamelijk en geestelijk actief te zijn. Dit betekent dat ik sport, vrijwilligerswerk doe en dat ik, omdat ik in veel zaken geïnteresseerd ben, heel veel lees.

Eerder was ik als lid van het netwerk van het Ouderenberaad al actief betrokken bij diverse activiteiten en vooral ook bij het onderwijs van de master HAS.

In dit kader is het lidmaatschap van het Ouderenberaad prima passend, omdat goed ouderenbeleid in de breedste zin van het woord, naar mijn mening, juist in deze tijd heel belangrijk is voor de samenleving.

mySupport: gesprekken tussen naasten en zorgmedewerkers bij dementie

Als naaste van iemand met dementie in het verpleeghuis is het belangrijk te weten dat er goede zorg geleverd wordt. Hoe mooi zou het zijn als een vertrouwde zorgmedewerker goede zorg in de laatste levensfase bespreekbaar maakt?



Informatiegids: Zorg in de laatste fase

Dat is de gedachte achter mySupport, een scholing ontwikkeld in een internationaal

project waarbij zorgmedewerkers zulke gevoelige gesprekken oefenen. Zij doen dit aan de hand van een informatiegids voor naasten over hoe dementie

mySupport
FAMILY CARER DECISION SUPPORT STUDY

kan verlopen en welke (palliatieve) behandelingen mogelijk zijn. Dat maakt het beslissen over zorg en behandeling later minder moeilijk.

Afgelopen jaar hebben wij, vanuit LUMC en Hogeschool Leiden, in vier verpleeghuizen in het westen en oosten van het land en op Hogeschool Leiden een training verzorgd.

Leden van het Ouderenberaad Zuid-Holland Noord en van het Nijmeegse UKON-cliëntpanel speelden de naasten bij wie zorgmedewerkers hun schroom om zo'n gesprek te starten, konden leren overwinnen. Al gauw bleek dat het helpt om daarbij een paar eenvoudige openingszinnen achter de hand hebben.

Daarvoor hebben wij gesprekskaartjes ontworpen met daarop enkele openingszinnen en -vragen als voorbeeld. Ook ontwikkelden wij een gespreksoefening met een digitale representatie van een naaste, en filmpjes waarin een teamleider vertelt over mySupport, en vooral over de voordelen ervan.



Geeske, bewoonster en UKON-cliëntpanellid speelt een naaste bij het oefenen van gesprekken in Rumah Kita (Wageningen)

Een handreiking voor de implementatie moet ervoor zorgen dat zorgorganisaties *mySupport* duurzaam invoeren.

Klik [hier](#) voor meer informatie

*dr. Ir. Jenny van der Steen
Universitair hoofddocent Public Health en
Eerstelijns geneeskunde LUMC*

Nieuw: Johan Hogendoorn



Ik ben geboren in 1947 in den Haag, en heb een Opleiding maatschappelijk werk gedaan, later ook de Hogere Bestuursdienst Opleiding, specialisatie welzijn.

Na omzwervingen ben ik sinds 1979 Leidenaar. Beleidsadviseur gemeente

sociaal domein. Voorzitter ambtelijk overleg wonen, zorg en welzijn gemeenten Zuid-Holland Noord.

Ik heb altijd vrijwilligerswerk gedaan, na 2012 onder meer vrijwilliger ouderenbeleid, ouderenbond, nierpatiëntenvereniging, vereniging mantelzorg, adviesraad sociaal domein Leiden, regiegroep sportakkoord Leiden en deelnemer gesprekken met gemeente Leiden over sociaal domein.

Vanwege mantelzorg heb ik gedurende een paar jaar enkele activiteiten stil gelegd, zoals een eerder lidmaatschap van het Ouderenberaad. Inmiddels draai ik daarin weer met plezier mee.

Ik ben weduwnaar, heb nu een LAT-relatie, en drie zoons, een in Nieuw Zeeland, een in Noorwegen, en een 200 meter van mij vandaan, met drie van de vijf kleinkinderen.

Overleg Ouderenberaad met Zorg en Zekerheid

Op 30 januari j.l. vond er een bijeenkomst plaats van de werkgroep Beleid van het Ouderenberaad met een zestal vertegenwoordigers van Zorg en Zekerheid. Dit was naar aanleiding van het (gevraagde) advies aan Zorg en Zekerheid over mantelzorg, opgesteld door de werkgroep.

Z en Z is natuurlijk bekend als reguliere zorgverzekeraar, groot in deze regio, maar daarnaast doet het de uitvoering van de verzekering voor langdurige zorg die met rijks gelden wordt bekostigd, zoals bijvoorbeeld de verpleeghuizen en het persoonsgebonden budget. Die functie wordt het Zorgkantoor genoemd.



Tijdens het overleg is onder meer gesproken over de vraag hoe mantelzorgers beter ondersteund kunnen worden en welke rol Z en Z daarin kan spelen.

De werkgroep heeft enkele concrete adviezen gegeven, bijvoorbeeld over het verbeteren van respijtzorg en het toegankelijk maken van informatie voor mantelzorgers. Zen Z gaf aan deze punten mee te nemen in hun verdere beleid en waardeerde de inbreng van het Ouderenberaad.

Dat Z en Z met zo'n grote delegatie aanwezig was, duidt er wel op dat het advies en het Ouderenberaad serieus worden genomen. Het was een zinvolle gedachtenuitwisseling die werd gekenmerkt door een positieve instelling van de Z en Z deelnemers.

Jan Landkroon

Lid Ouderenberaad en werkgroep Beleid

Drukbezochte bijeenkomsten 'keuzes'

Samen met welzijnsorganisaties, seniorenverenigingen en ouderenbonden organiseerde het Ouderenberaad Zorg en Welzijn Zuid-Holland Noord dit half jaar vier bijeenkomsten: *In gesprek over de dag van morgen - medische keuzes in de latere levensjaren*. De bijeenkomsten in Warmond, Kaag en Braassem, Hillegom en Zoetermeer werden elk door ruim 100 ouderen bezocht.



Er was veel aandacht voor de presentatie van Dorothea Touwen, docent medische ethiek en recht in het LUMC, en de plaatselijke huisarts kon veel vragen van de deelnemers beantwoorden. Na afloop kreeg iedereen de presentatie mee en het advies om vooral met hun huisarts over dit onderwerp te praten.

Mary Leune

Lid Ouderenberaad en coördinator werkgroep Communicatie

Colofon

Uitgave van Ouderenberaad Zuid-Holland Noord. Redactie: Ariane van Santen, Christina Harreveld en Toon Verlaan.

Verschijnt 4 x per jaar

Aan- of afmelden: ouderenberaad@lumc.nl onder vermelding van: 'aan-/afmelden nieuwsbrief'.

www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl