

Draagt uw GRZ afdeling bij aan de kennis over de huidige praktijk?

FIT4FRAIL: meten is weten

Achtergrond

Binnen de geriatrische revalidatiezorg (GRZ) neemt functioneel oefenen een belangrijke plaats in. Maar wat bepaalt eigenlijk het optimale volume en de optimale intensiteit van de therapie? Voldoen we met onze trainingsprogramma's waarin functioneel oefenen centraal staat aan de aanbevelingen uit de inspanningsfysiologie? Of zouden we door de behandeling anders in te richten een beter resultaat kunnen bereiken?

Binnen het FIT4FRAIL-project onderzoeken we op welke manier het trainen van fysieke fitheid binnen de GRZ het best kan plaatsvinden. Daarbij zien we fysieke fitheid (spierkracht en uithoudingsvermogen) als basisvoorwaarde voor fysiek functioneren. We richten ons hierbij in eerste instantie op orthopedische revalidatie.

FIT4FRAIL: meten is weten

Binnen het FIT4FRAIL-project vergelijken we de aanbevelingen voor het trainen van fysieke fitheid met de huidige praktijk. Dit doen we door te meten

- met welk volume & intensiteit er binnen de huidige revalidatie wordt geoefend binnen en buiten de behandeling,
- wat het effect daarvan is op fysieke fitheid (kracht, power en uithoudingsvermogen) én op fysiek functioneren (EMS, 6 MWT, USER),
- welke andere factoren van invloed zijn op het revalidatieproces (zoals valangst, frailty, comorbiditeit, pijn en motivatie).
- Daarnaast leggen we een aantal gegevens vast over de revalidanten, zoals leeftijd, geslacht, opnamediagnose, opnameduur en medicatiegebruik.

In september 2017 starten we met het meten van honderd orthopedische revalidanten gedurende één jaar. Voor deze studie zoeken we tien verpleeghuizen met een orthopedische GRZ afdeling.

Wat betekent het om mee te doen aan de studie?

Als u deelneemt aan de studie helpt u mee om deelnemers te werven voor het onderzoek. Als de patiënten toestemming geven voor deelname zal een onderzoeker vragenlijsten afnemen en tijdens de revalidatie twee keer kracht, power en conditie meten. Fysiotherapeuten registreren de behandeling in een logboek en nemen een 6 minuten wandeltest en de Elderly Mobility Scale af. De zorgmedewerker helpt gedurende twee keer vijf dagen bij het om en afdoen van een beweegsensor en een hartslagmeter. Daarnaast vullen zij de USER in.

Aan het einde van de studie krijgt u een terugkoppeling van de gegevens in de vorm van spiegelinformatie.

Geschatte tijdsinvestering

De onderzoekers zullen regelmatig bij u aanwezig zijn om metingen uit te voeren, maar daarnaast vragen wij met name van de fysiotherapeuten en de zorgmedewerkers een extra inspanning. Voor de start van de studie wordt een training georganiseerd op uw locatie. Deze duurt maximaal een uur.

- werven (fysiotherapeut/ arts): 10 minuten;
- logboek bijhouden (fysiotherapeut): 5 minuten per dag;
- 6MWT en EMS (fysiotherapeut): 20 minuten per meting;
- Om- en afdoen meet apparatuur (zorgmedewerker): 5 minuten per dag;
- Invullen USER (zorgmedewerker): 5 à 10 minuten.

De patiënten zijn naast de metingen door de fysiotherapeut en de meetapparatuur ongeveer twee uur belast door de onderzoeker. Eenmalig één uur voor het invullen van vragenlijsten en twee keer een half uur voor het meten van de kracht en conditie.

Opbrengst voor uw organisatie

- Terugkoppeling van de gegevens in de vorm van spiegelinformatie.
- Training in het gebruik van de USER.
- Na validatie komt er mogelijk een training in het gebruik van de TALK-test.

Privacy en toestemming

De gegevens worden gecodeerd opgeslagen op het netwerk van het VUmc. De gegevens van de powermeting worden gecodeerd opgeslagen op de beveiligde server van de fabrikant (noodzakelijk voor analyse van de data). Alleen de hoofdonderzoeker heeft toegang tot de sleutel.

Het onderzoek is door de METc van het VUmc bestempeld als Niet-WMO plichtig onderzoek. Alle deelnemers moeten schriftelijk toestemming geven voor deelname. De deelnemers informatiebrief met het toestemmingsformulier is als bijlage toegevoegd.

Informatie / vragen

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met

- Dennis Visser den.visser@vumc.nl,
- Karin Gerrits karin.gerrits@vu.nl of
- Lizette Wattel l.wattel@vumc.nl.

Deze studie is onderdeel van het FIT4FRAIL-project. FIT4FRAIL is een gezamenlijk project van de afdeling Bewegingswetenschappen van de Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen en de afdeling Huisartsgeneeskunde & Ouderengeneeskunde van het VUmc.

Het project wordt gefinancierd uit een subsidie van ZonMW en een subsidie van het ministerie van VWS.

Fitness training voor kwetsbare ouderen tijdens orthopedische geriatrische revalidatie (FIT4FRAIL)

Inleiding

Geachte heer/mevrouw,

Wij vragen u vriendelijk om mee te doen aan een wetenschappelijk onderzoek. Meedoen is vrijwillig. Om mee te doen is wel uw schriftelijke toestemming nodig.

Dit onderzoek is opgezet door de afdeling Huisartsgeneeskunde & Ouderengeneeskunde VUmc in samenwerking met de afdeling Bewegingswetenschappen van de Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen, VU Amsterdam en wordt gedaan door onderzoekers in verschillende zorgcentra voor ouderen, welke deel uitmaken van het Universitair Netwerk Ouderenzorg (UNO-VUmc) Amsterdam. De toetsingscommissie van de METc van VUmc heeft beoordeeld dat dit onderzoek niet onder de Wet medisch-wetenschappelijk onderzoek met mensen (WMO) valt.

Voordat u beslist of u wilt meedoen aan dit onderzoek, krijgt u uitleg over wat het onderzoek inhoudt. Lees deze informatie rustig door en vraag de onderzoeker uitleg als u vragen heeft. U kunt er ook over praten met uw partner, vrienden of familie.

1. Doel van het onderzoek

Het doel van dit onderzoek is uitzoeken wat de kenmerken zijn van de fysiotherapeutische behandeling zoals die op dit moment wordt gegeven aan ouderen die gepland of door een ongeluk een orthopedische ingreep hebben ondergaan en revalideren in een zorginstelling voor ouderen. Ook kijken we hoe uw bewegen zich verhoudt tot uw lichamelijk functioneren, uw mate van zelfstandigheid en uw kwaliteit van leven. Tenslotte willen we uitzoeken of dit alles verandert tijdens uw behandeling in de zorginstelling.

2. Wat meedoen inhoudt

Als u aangeeft mee te willen doen aan het onderzoek zal de onderzoeker een afspraak met u maken om vragenlijsten af te nemen. Dit duurt ongeveer een uur. Daarnaast zullen er meerdere metingen worden gedaan:

- De fysiotherapeut neemt de gebruikelijke testen af die ook tijdens de normale behandeling worden afgenomen. Daarnaast houdt de fysiotherapeut een logboek bij waarin nog nauwkeuriger dan normaal wordt bijgehouden wat u allemaal doet tijdens de behandelsessies.
- De onderzoeker zal tijdens 2 fysiotherapiemomenten, in week 2 en in de week voor ontslag, de bloeddruk, de hartslag, de spierkracht en het zuurstofverbruik tijdens bijvoorbeeld fietsen op de hometrainer meten. Het meten van het zuurstofgebruik

gebeurt op twee manieren. Bij de eerste methode wordt gebruik gemaakt van gasanalyse apparatuur. Hierbij ademt de proefpersoon in en uit via een kapje dat met elastische banden op het gezicht wordt gehouden. Een apparaat dat middels een slang aan het kapje is verbonden meet waarden in de lucht die wordt in- en uitgeademd. Bij de tweede methode wordt het zuurstofverbruik geschat door het uitspreken van een standaardzin op vaste momenten tijdens de training. Deze testen kunnen vermoeiender zijn dan een gewone behandelsessie. Daarnaast ervaren sommige mensen het kapje dat gebruikt wordt bij het meten van het zuurstofverbruik als ongemakkelijk. Dit gevoel verdwijnt meestal na een paar minuten wennen.

- In week 2 en in de week voor ontslag zult u ongeveer een week lang een kastje bij u dragen. Dit kastje meet uw bewegingen. U draagt dit kastje middels een elastieken band op uw onderrug onder uw kleding. Daarnaast krijgt u een hartslagmeter om die met een elastieken band net onder uw borst op de blote huid zit. Over het algemeen hebben mensen geen last van het kastje of de hartslagband en is het om hulp moeten vragen voor en na het douchen het vervelendst.
- De zorgmedewerkers op uw afdeling vullen in dezelfde twee weken een vragenlijst in waarop zij aangeven hoe goed u in staat bent om de gewone dagelijkse handelingen zelfstandig uit te voeren.

3. Mogelijke voor- en nadelen

U heeft zelf geen voordeel van meedoen aan dit onderzoek.

Om het onderzoek goed te doen is het belangrijk dat u zich aan de volgende afspraken houdt:

- Het kastje (beweegmonitor) en de hartslagmeter dragen volgens de uitleg;
- Niet douchen of zwemmen met het kastje of hartslagmeter;
- Niet zelf dingen veranderen aan de meetapparatuur;
- Afspraken voor bezoeken/ therapie nakomen;
- Onderzoeker op de hoogte brengen als u:
 - In het ziekenhuis wordt opgenomen;
 - U plotseling gezondheidsklachten krijgt;
 - U niet meer mee wilt doen aan het onderzoek;
 - Uw contactgegevens wijzigen.

Nadelen kunnen zijn:

- Extra tijd die het u kost;
- Extra testen;
- Afspraken waaraan u zich moet houden;
- Mogelijke ongemakken van de metingen in het onderzoek.

Deze zaken zijn onder punt 2 beschreven.

4. Als u niet wilt meedoen of wilt stoppen met het onderzoek

U beslist zelf of u meedoet aan het onderzoek. Deelname is vrijwillig.

Doet u mee aan het onderzoek? Dan kunt u zich altijd bedenken. U mag tijdens het onderzoek stoppen. U hoeft niet te zeggen waarom u stopt. Wel moet u dit direct melden aan de onderzoeker. De gegevens die tot dat moment zijn verzameld, worden gebruikt voor het onderzoek.

5. Gebruik en bewaren van uw gegevens

Voor dit onderzoek is het nodig dat uw medische en persoonsgegevens worden verzameld en gebruikt. Voor het onderzoek is het nodig dat we uw geslacht, leeftijd, reden van opname, overige aandoeningen en gebruik van pijnmedicatie verzamelen. Elke proefpersoon krijgt een code die op de gegevens komt te staan. Dit heet gecodeerd. Uw naam wordt dan niet meer gebruikt.

Uw gegevens

Al uw gegevens blijven vertrouwelijk. Alleen de onderzoeker weet welke code u heeft. De onderzoeksgegevens zijn bij publicatie in bijvoorbeeld een (wetenschappelijk) tijdschrift niet te herleiden naar u. Na het verwerken van alle gegevens informeert de onderzoeker u over de belangrijkste uitkomsten van het onderzoek.

Als u de toestemmingsverklaring ondertekent, geeft u toestemming voor het verzamelen, bewaren en inzien van uw medische en persoonsgegevens.

De onderzoeker bewaart uw gegevens 5 jaar. Daarna worden de persoonsgegevens vernietigd.

Later gebruik gegevens

Wij willen uw gegevens graag bewaren. Misschien kunnen we daar later extra onderzoek mee doen. Het gaat dan om onderzoek met andere vragen over revalidatie bij ouderen. Op het toestemmingsformulier kunt u aangeven of u hiermee akkoord gaat. U kunt deze toestemming altijd weer intrekken. Uw persoonsgegevens worden dan vernietigd.

6. Geen vergoeding voor meedoen

Voor het meedoen aan dit onderzoek krijgt u geen onkostenvergoeding.

7. Heeft u vragen?

Bij vragen kunt u contact opnemen met het onderzoeksteam. Deze gegevens vindt u in bijlage A.

Dank voor uw aandacht.

Bijlagen

- A. Contactgegevens onderzoekers
- B. Foto's gasanalyse apparatuur
- C. Toestemmingsformulier

Bijlage A: Contactgegevens onderzoekers

Fitness training voor kwetsbare ouderen tijdens orthopedische geriatrische revalidatie (FIT4FRAIL)

Dennis Visser, MSc

Arts In Opleiding Tot specialist ouderengeneeskunde en Onderzoeker

Afdeling Huisartsgeneeskunde en Ouderengeneeskunde VUmc

020 444 56 81

den.visser@vumc.nl

Dr. Karin Gerrits

Onderzoeker en universitair docent

Faculteit der Gedrags- en Bewegingswetenschappen VU

020 598 8592

karin.gerrits@vu.nl

drs. Lizette Wattel

Onderzoeker en coördinator UNO-VUMC

Afdeling Huisartsgeneeskunde en Ouderengeneeskunde VUmc

020 444 93 66

l.wattel@vumc.nl

Bijlage B: Foto's gasanalyse apparatuur

Fitness training voor kwetsbare ouderen tijdens orthopedische geriatrische revalidatie (FIT4FRAIL)



Bijlage C: Toestemmingsformulier proefpersoon

Fitness training voor kwetsbare ouderen tijdens orthopedische geriatrische revalidatie (FIT4FRAIL)

- Ik heb de informatiebrief gelezen. Ook kon ik vragen stellen. Mijn vragen zijn voldoende beantwoord. Ik had genoeg tijd om te beslissen of ik meedoe.
- Ik weet dat meedoen vrijwillig is. Ook weet ik dat ik op ieder moment kan beslissen om toch niet mee te doen of te stoppen met het onderzoek. Daarvoor hoef ik geen reden te geven.
- Ik geef toestemming voor het verzamelen en gebruiken van mijn gegevens op de manier en voor de doelen die in de informatiebrief staan.
- Ik geef toestemming om mijn gegevens nog 5 jaar na dit onderzoek te bewaren. Mogelijk kan dit later nog voor meer onderzoek worden gebruikt, zoals in de informatiebrief staat.
- Ik geef **wel**
 - geen** toestemming om mij na dit onderzoek opnieuw te benaderen voor een vervolgonderzoek
- Ik wil meedoen aan dit onderzoek.

Naam proefpersoon:

Handtekening:

Datum : __ / __ / __

Ik verklaar dat ik deze proefpersoon volledig heb geïnformeerd over het genoemde onderzoek.

Als er tijdens het onderzoek informatie bekend wordt die de toestemming van de proefpersoon zou kunnen beïnvloeden, dan breng ik hem/haar daarvan tijdig op de hoogte.

Naam onderzoeker (of diens vertegenwoordiger):

Handtekening:

Datum : __ / __ / __

De proefpersoon krijgt een volledige informatiebrief mee, samen met een kopie van het getekende toestemmingsformulier.