



# GEZOND & ZEKER

**Krijg je collega's mee** - *De zeven lessen van Sneeuwwitje* - **Verzorgend wassen en het norovirus** - **Vernieuwde Arbochecks VVT** - *sneller leren door variëren* - **Workshopoverzicht Kennisdagen** - **Ik heb er schoon genoeg van** - *Doe als... Zideris* - **Tipstrip**

*Odille Kruisman en  
Annet de Wildt, Stadzicht*

Als ergocoach zal er vast niet onmiddellijk een belletje bij je gaan rinkelen bij deze titel. Toch zijn er mooie verbanden te leggen. Verpleeg- en verzorgingshuis Stadzicht in Rotterdam heeft dat de afgelopen jaren laten zien met de invoering van verzorgend wassen. Dat leidde tot tevreden bewoners en zorgverleners en minder fysieke belasting, maar opmerkelijk genoeg ook tot minder noro-uitbraken.



## VERZORGEND WASSEN EN HET NOROVIRUS

*Betere en lichtere zorg bij Stadzicht*

Het norovirus staat bekend als een zeer hardnekkig virus dat forse diarree kan veroorzaken, lastig te bestrijden is en bij oudere of kwetsbare mensen de kans op overlijden sterk vergroot. Bovendien kunnen ook zorgverleners deze buikgriep

krijgen waardoor het ziekteverzuim tijdens een uitbraak kan stijgen. Op een symposium van Laurens, de zorgorganisatie waar Stadzicht deel van uitmaakt, presenteerden teamleider Annet de Wildt en Odile Kruisman



**Hanneke Knibbe,**  
bewegings-  
wetenschapper  
LOCOmotion



**GEZOND  
& ZEKER**

(EVV, eerst verantwoordelijke verzorgende) hun ervaringen.

### Verzorgend wassen

Een paar jaar geleden begon Stadzicht met verzorgend wassen. Bij verzorgend wassen gebruik je geen water, zeep en handdoeken maar voorverpakte en verwarmde washandjes of -doekjes met een speciale reinigende en verzorgende lotion. Daarmee kun je de bewoner een prima wasbeurt geven. De laatste tien jaar zijn steeds meer zorgorganisaties stap voor stap overgestapt naar verzorgend wassen als standaard wasmethode. Ze zetten verzorgend wassen dus niet alleen in voor bewoners die terminaal zijn of veel pijn hebben. Aanvankelijk was er weerstand bij zorgverleners omdat men dacht dat bewoners dit verzorgend wassen niet zouden willen of dat het te duur zou zijn. Het bleek echter dat veel bewoners juist de voorkeur gaven aan verzorgend wassen. Zij ervoeren het als minder vermoeiend en pijnlijk en dat motiveerde om het te gaan gebruiken. En alles bij elkaar opgeteld, bleek het net zo duur en soms zelfs goedkoper te zijn.

Maar overschakelen op verzorgend wassen gaat niet vanzelf en vergt veel aandacht. Het 'naar-binnenschuiven-van-een-paar-dozen-washandjes' en het afschaffen van de waskommen is niet genoeg. Goede voorlichting, uitleg en een goede introductie is hard nodig, zo bleek ook uit het landelijke ZorgvoorBeterproject Verzorgend Wassen. In Stadzicht, een van de locaties van ouderenzorgorganisatie Laurens in Rotterdam, werd de invoering dan ook zorgvuldig aangepakt. De resultaten waren goed: zorgverleners hoefden minder lang in moeilijke houdingen te werken: de statische

## NOROVIRUS

Norovirussen zijn de belangrijkste oorzaak van gastro-enteritis oftewel buikgriep. Zeker voor kwetsbare doelgroepen zoals ouderen en zieken kan een infectie ernstige gevolgen hebben en zelfs dodelijk zijn. Daarom is het van groot belang om de risico's op uitbraken te beperken en, als er sprake is van een uitbraak, deze zo snel mogelijk een halt toe te roepen. Er zijn strenge richtlijnen over hoe er gehandeld moet worden bij een uitbraak. Toch blijkt dat het in de praktijk lastig is om die richtlijnen volledig in te voeren en zorgvuldig op te volgen. Een noro-uitbraak is ook heel lastig voor een instelling. Het kan leiden tot het sluiten van afdelingen en een opnamestop, en het vergt veel extra tijd en inzet van personeel om de uitbraak de kop in te drukken.



belasting werd teruggedrongen. En dat is een grote en onderschatte risicofactor voor het ontstaan van rugklachten zoals landelijk onderzoek onlangs nog liet zien. Daarnaast verliep de wasbeurt sneller en rustiger. Maar bewoners hadden er nadrukkelijk ook baat bij. De weerstand viel mee, er was meer tijd voor persoonlijke aandacht, het wassen verliep meer ontspannen en de huidkwaliteit van bewoners verbeterde.

### Bouillon van bacteriën en virussen

Er zitten meer voordelen aan verzorgend wassen. Zo is er geen vies afvalwater. Als je wast met washand-

jes en waskommen, spoel je het washandje steeds uit in de waskom. Elke keer dat je het washandje uitspoelt, zal het water viezer worden. Die viezigheid veeg je eigenlijk daarna weer deels uit over de bewoner. Sommige hygiëne-experts die dit water onderzochten, noemen het 'een bouillon van bacteriën en virussen'. Met verzorgend wassen pak je voor elk deel van het lichaam een schoon washandje. Ook het afdrogen werkt anders. Met een gewone handdoek verspreid je het virus sneller, ook al gebruik je twee of meer handdoeken. Met verzorgend wassen is afdrogen niet nodig: de vloeistof verdampt snel. Na afloop gooi je de gebruikte



verzorgende washandjes in een afvalzak. Bij gewoon wassen heb je meer op te ruimen en schoon te maken met de bijbehorende risico's op verspreiding van viezigheid, bijvoorbeeld bij het schoonmaken van de waskommen en het verzamelen van het wasgoed. Johnson<sup>1</sup> e.a. onderzochten bijvoorbeeld wastafels en gootstenen waar water uit waskommen in werd weggegooid.

deze snel de baas te worden. Er zijn natuurlijk officiële protocollen hoe je moet handelen.. Centraal daarin staat dat je moet voorkomen dat het virus van de ene plek naar de andere plek gaat, en dat gaat heel snel via verontreinigde handen, kleding of materialen. Dat betekent handen op de goede manier en zeer zorgvuldig wassen, geen sieraden dragen, speciale beschermende kleding

duidelijke verbetering op meerdere punten. Het aantal uitbraken daalde van 2,2 naar 1,2 per jaar en het aantal afdelingssluitingen nam af van 2,4 naar 1,1 per jaar. In feite een halvering van de ernst van de problemen. Er ontstond bovendien veel draagvlak onder het personeel. Dat alleen al is cruciaal om verspreiding van het norovirus te voorkomen. Bestrijden van het virus lukt immers alleen als iedereen zich nauwgezet aan de afspraken houdt. Elke persoon die dat niet doet vormt in feite een 'lek' in het beleid en een kans voor het virus om zich te verspreiden. Het onderzoek liet verder zien dat de meer traditionele maatregelen uit het noroprotocol, zoals het weggoien van overgeefbakjes en afvoeren van wasgoed goed geregeld waren. Er waren nog verbeteringen mogelijk op het punt van het dragen van sieraden, kunstnagels en het dragen van kleding die heet wasbaar moet zijn. Ook dat werd besproken en is verbeterd. Dat was niet altijd leuk. In een zo huiselijk mogelijke setting wil je immers liefst zo min mogelijk klinische kleding dragen en ook sieraden zijn populair onder zorgverleners.

Het gebruik van verzorgend wassen liep dus goed. Er waren wel hele praktische vragen over bijvoorbeeld het dragen van handschoenen, het van tevoren en natuurlijk na afloop wassen van je handen en iets simpels als de techniek waarmee je de afvalzakjes sluit: namelijk zonder er nog even snel lucht eruit te persen. Want daarmee kun je ook weer een 'wolkje' virus maken. Ook ontstond er discussie over of je met verzorgend wassen maar met één streek hoeft te wassen of dat je ook heen en weer kunt gaan met een washandje. Dat laatste voelt soms prettiger voor



Zij ontdekten dat niet alleen de gootsteen zelf geïnfecteerd was, maar ook de omgeving ervan en zaken als tubes zalf, lotion en haarborstels. Dit alles bracht de medewerkers van Stadzicht op het idee om een volgende stap te zetten en te zien of verzorgend wassen een bijdrage kon leveren aan een goed noropreventiebeleid. Het doel was het aantal uitbraken terug te dringen en, mocht er toch een uitbraak zijn,

dragen, zeer strenge hygiëne rond de toiletgang, toewijzing van toiletten en ga zo maar door. Bepaald niet eenvoudig.

### Beter norobeleid

Opnieuw pakte Stadzicht het zorgvuldig aan. Ze lieten ook weer onderzoek doen, nu naar de bijdrage van verzorgend wassen aan goed norobeleid. En inderdaad: het bleek te helpen. Er was sprake van een



## VERZORGEND WASSEN

De onderzoeken uitgevoerd bij Stadzicht laten een aantal voordelen voor de bewoner zien:

- er is meer persoonlijke aandacht;
- de wasbeurten verlopen meer ontspannen, bewoners hebben minder pijn en meer plezier;
- vaak hoeven bewoners minder gedraaid te worden tijdens de wasbeurt: dat is minder vermoeiend en pijnlijk voor de bewoner en voor de zorgverlener lichter;
- de huidkwaliteit verbetert: bewoners hebben minder droge huid en minder irritatie en smetplekken.

En voor de zorgverlener werden de volgende fysieke belasting voordelen duidelijk:

- een wasbeurt geven is minder zwaar en minder vermoeiend omdat er minder til- en transferhandelingen zijn, dus minder dynamische belasting;
- zorgverleners werken beduidend minder lang in moeilijke houdingen, waardoor ook de statische belasting afneemt;
- de methode is sneller en efficiënter, en tegelijk kun je betere zorg verlenen.

de bewoner: een beetje een massage. Maar kan er ook voor zorgen dat je vuil niet echt van de huid afneemt, maar het juist een beetje heen en weer 'smeert'. Gekozen is voor het 'één-streeks-wassen' bij een noro-uitbraak. Er werd bovendien een knoop doorgehakt over het op een later moment nog mogen gebruiken van een eventueel overblijvend washandje uit een pakje. Dat kan immers ook besmet zijn. Daarom worden eventuele restanten toch weggegooid bij een noro-uitbraak.

### Lekken in het norobeleid

Het norovirus werd dus minder verspreid, maar het was duidelijk dat er meer lekken zaten in het norobeleid dan vooraf werd gedacht. Bijvoorbeeld door het gebruik van een glijzeil bij meerdere mensen, of het gebruik van een tillift rond de toiletgang bij meerdere mensen, de besmette handset van een tillift of een tilband die bij meerdere bewoners gebruikt wordt. Landelijk wordt daar maar zelden aan gedacht in de

ouderenzorg. Voor de tilbanden die iemand volledig 'dragen' bij een passieve tillift worden in toemende mate persoonsgebonden of verblijfsbanden gebruikt. Dan kun je makkelijker een individuele tilband bij een bewoner laten en elke keer de tilband goed wassen. Je hebt dan wel meer tilbanden nodig. Het 'kast-kont-was'-principe: één in de kast, één in gebruik en één in de was. Maar bij actieve tilliften wordt de band die achter iemands rug zit zelden tot nooit vervangen als de lift na de toiletgang bij een andere bewoner wordt gebruikt. En juist deze actieve tilliften worden veel rond het toilet gebruikt. Dat maakt de kans op verspreiding van het virus groot. Soms zijn er wel hoezen die om zo'n rugband heen kunnen. Maar je kunt je vast voorstellen dat als je iemand met een noro-infectie rond de toiletgang helpt, niet alleen de band niet fris meer zal zijn, maar ook de handset en duwbeugels. Dan kun je er natuurlijk voor kiezen om tijdelijk geen hulpmiddelen te gebruiken,

maar een goed arbeidsomstandighedenbeleid mag natuurlijk niet lijden onder een noro-uitbraak.

### Geen uitbraken meer

Stadzicht ging ook met deze uitkomsten voortvarend aan de slag. De teamleiders voerden een aantal maatregelen in zoals persoonsgebonden tilbanden en glijzeilen. Op elke etage werden hygiëne-/infectiespecialisten benoemd. Een hygiënist van het Maasstad Ziekenhuis trainde deze medewerkers en zij hadden de taak om alles wat met hygiëne te maken had goed te implementeren en te borgen. Een voorbeeld hiervan is het letten op de persoonlijke hygiëne van de medewerkers. En nu, weer een jaar later, konden Annet en Odile op het symposium melden dat ze zelfs helemaal geen uitbraken van noro meer hadden gezien. Een bijzonder en knap resultaat. Een prachtig voorbeeld van hoe beleid fysieke belasting, vernieuwingen in de zorg en vooral actieve, betrokken zorgverleners de zorg ook echt beter maken door daar zelf een actieve rol in te spelen. Een mooi succes door te verbeteren, bij te sturen en weer verder te verbeteren met oog voor de bewoner en voor arbeidsomstandigheden. 📌

*Ga voor meer informatie naar [goedgebruik.nl](http://goedgebruik.nl) of doe de verzorgend wassen module op [free-learning.nl](http://free-learning.nl) die in opdracht van Zorg voor Beter/ ZonMw werd ontwikkeld. Met je collega-ergocoaches verder praten over dit onderwerp? Dat kan op de GezondenZeker Facebookpagina! Meer informatie over de onderzoeken uitgevoerd bij Stadzicht? Mail dan naar [info@gezondenzeker.nl](mailto:info@gezondenzeker.nl).*

<sup>1</sup> Ref. Johnson, D., L. Lineweaver, L.M. Maze, PATIENTS' BATH BASINS AS POTENTIAL SOURCES OF INFECTION: A MULTICENTER SAMPLING STUDY, Am J Crit Care, 2009, 18, 1, 31-38.