

# Preventie van depressie in verzorgingshuizen

## Project ter voorkoming van depressie klachten en ter verbetering van het adequaat omgaan met depressieve ouderen in verzorgingshuizen

### Toelichting

In verzorgingshuizen is het percentage ouderen met depressieve klachten tweemaal zo hoog (21% resp. 11%) als bij zelfstandig wonende ouderen. In verzorgingshuizen lijdt 21% van de bewoners aan depressieve symptomen en 11% aan een depressie in engere zin. Medewerkers hebben veelal onvoldoende kennis en vaardigheden om depressie te signaleren en deze ouderen adequaat te begeleiden. Door een gericht aanbod voor personeel, bewoners en familieleden kunnen depressieve klachten bij ouderen worden voorkomen of teruggedrongen.

### Werkwijze

Het project wordt integraal aangeboden aan een verzorgingshuis en bevat verschillende activiteiten voor zowel het personeel, de bewoners als de familieleden:

- 1. Deskundigheidsbevordering leidinggevenden**  
Drie bijeenkomsten (3 x 2,5 uur) voor leidinggevenden gericht op het vroegtijdig herkennen van depressieve klachten bij bewoners. Ook leren zij hoe zij de zorg voor depressieve bewoners in hun verzorgingshuis kunnen verbeteren.
- 2. Deskundigheidsbevordering verzorgenden**  
Vier bijeenkomsten (4 x 2,5 uur) voor verzorgenden over vroegtijdig onderkenning van depressieklachten en adequate begeleiding van depressieve bewoners.
- 3. Deskundigheidsbevordering overig personeel en vrijwilligers** Voorlichtingsbijeenkomst (1,5 uur) voor overig personeel en vrijwilligers over het onderkennen van depressieve klachten en het bieden van ondersteuning.
- 4. Familieleden van depressieve ouderen**  
Voorlichtingsbijeenkomst (2 uur) voor familie-

leden en direct betrokkenen van depressieve ouderen met informatie over depressie bij ouderen, het bieden van ondersteuning en het zelf omgaan met een depressieve oudere.

### 5. Nieuwe bewoners

Gespreksgroep (6 x 1,5 uur) voor nieuwe bewoners om de stress die de overgang naar het verzorgingshuis met zich meebrengt, te verminderen. Bij de nieuwe bewoners wordt de autonomie zoveel mogelijk in stand gehouden en versterkt. Zij worden gestimuleerd zelf dingen te blijven doen en voor eigen behoeften en wensen op te komen.

### Specificatie

<b>Tijdsduur</b>	<b>looptijd van ongeveer een jaar</b>
<b>Deelnemers</b>	<b>er zijn activiteiten voor verschillende doelgroepen</b>
<b>Type preventie</b>	<b>universeel/selectief</b>
<b>Soort interventie</b>	<b>project bestaande uit verschillende activiteiten: deskundigheidsbevordering, voorlichtingsbijeenkomsten en gespreksgroep</b>
<b>Fase</b>	<b>gestandaardiseerd</b>
<b>Wetenschappelijke status</b>	<b>evidence based</b>

### Resultaten

Dit preventieproject is op effectiviteit onderzocht door het Trimbos instituut. De resultaten waren positief. Er is sprake van een afname van depressieve klachten bij bewoners en van verbetering van de sociale vaardigheden en zelfwaardering van de bewoners. Voorlichtingsbijeenkomsten voor familieleden blijken ondersteuning te bieden en de her- en erkenning van hun zorg voor een depressief familielid te vergroten. Gespreksgroepen voor nieuwe bewoners stimuleren assertief optreden en autonomie.