



ZELFSTANDIG

MET EEN BEETJE HULP

Hoe de hulpmiddelentas zelfstandigheid teruggeeft

Al 25 jaar woont mevrouw Stornebrink zelfstandig in Hilversum. De kwieke dame met Friese roots is nog goed bij de pinken en doet het liefst zoveel mogelijk zelf. Toch had ze de afgelopen maanden op gezondheidsvlak een zware tijd. Juist daarom waardeert ze het des te meer dat ze, met een klein hulpmiddel uit de zogenoemde ‘hulpmiddelentas’, weer iets belangrijks in eigen hand heeft: het zelf druppelen van haar ogen.

“Ik doe heel graag dingen zelf,” zegt mevrouw Stornebrink beslist. “In het halve jaar dat ik het zwaar had qua gezondheid, heb ik geleerd om vertrouwen te hebben in de zorgmedewerkers. Dus toen een van de zorgmedewerkers vertelde over de druppelbril, dacht ik: laat ik het proberen.”

De druppelbril uit de hulpmiddelentas

De druppelbril is een simpele maar doeltreffende uitvinding: een bril zonder sterkte, met drie openingen

in de glazen, geschikt voor verschillende soorten flacons. Mevrouw Stornebrink legt uit hoe het werkt: “Je klikt het flesje in de bril, zet de bril op, kijkt omhoog en knijpt. De druppel komt dan precies goed in je oog. Geen gemors meer, geen verspilling – en ik kan het gewoon zelf doen, wanneer het mij uitkomt.”

Wijkverpleegkundige Esther van Garderen van Inovum in Hilversum Zuid is enthousiast over het effect van dit soort hulpmiddelen. ►

MEVROUW STORNEBRINK:

“Alles wat ik zelf kan doen, doe ik zelf. Daar geloof ik ook in: dat je daarmee langer scherp en zelfstandig blijft.”

“In de hulpmiddelentas zitten allerlei slimme oplossingen waarmee cliënten zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven. Denk aan een lange stok met een washandje voor tussen de tenen, een rugschrobber, of een bodyapplicator voor het aanbrengen van zalf. En dus ook de druppelbril.”

Klein hulpmiddel, groot verschil

Voor mevrouw Stornebrink was het even spannend, geeft ze toe. “De eerste paar keer was er een zorgmedewerker bij. Dat was fijn, dan kreeg ik het vertrouwen dat het goed ging. En zij wist ook zeker dat ik niet zat te tobben.”

Maar het ging meteen goed, en dat gaf haar veel voldoening. “Sommige mensen vinden het misschien fijn om geholpen te worden. Maar ik ben altijd zelfstandig geweest. Zoiets kleins als zelf mijn ogen druppelen geeft me het gevoel dat ik weer grip heb. Dat ik niet hoeft te wachten op de wijkverpleging. Alles wat ik zelf kan doen, doe ik zelf. Daar geloof ik ook in: dat je daarmee langer scherp en zelfstandig blijft.”

Esther ziet dat vaker bij cliënten. “Als we uitleg geven over een hulpmiddel, en iemand krijgt de kans om het uit te proberen, dan zeggen ze vaak achteraf: ‘Had ik dit maar eerder geweten.’ Met de hulpmiddelentas besparen we niet alleen zorgminuten, maar geven we mensen ook hun autonomie terug.”

Niet afhankelijk, maar zelfstandig met steun

Na een korte proefperiode mocht mevrouw Stornebrink de druppelbril zelf aanschaffen. “Ik vind het geweldig dat zulke hulpmiddelen bestaan. Het maakt echt verschil. Ik weet ook dat, als het ooit niet meer gaat, ik terugkeer naar mijn geboortestreek, naar Franeker. Maar zolang ik het hier zelfstandig red, wil ik dat blijven doen. Mede dankzij dit soort hulpmiddelen kan dat.”

Volgens Esther is dat precies waarom de hulpmiddelentas bestaat. “De zorgverzekeraar vraagt ons steeds

meer in te zetten op reablement: zorg die gericht is op het behouden of terugwinnen van zelfstandigheid. Natuurlijk is het soms even zoeken wat bij iemand past. Niet iedereen staat er direct voor open. Maar door het goed uit te leggen en samen te oefenen, lukt het vaak toch.”

De druppelbril is inmiddels ook opgepikt door de oogpoli's, vertelt Esther. “Daar kijken ze of een cliënt geschikt is, geven uitleg en helpen desnoods bij de eerste keer gebruiken. Zo zie je hoe de inzet van eenvoudige hulpmiddelen steeds breder wordt toegepast.”

Kleine hulpmiddelen, grote impact

Voor mevrouw Stornebrink is de impact groot. “Het klinkt misschien als iets kleins, maar het betekent veel voor me. Zelf je ogen druppelen, op je eigen moment – dat is vrijheid. En het geeft vertrouwen dat ik dingen nog kan, ook na een moeilijke periode.”

Ze lacht: “Het is maar goed dat de verpleegkundige me erover vertelde. Ik had er anders nooit van gehoord. En nu denk ik: wat een uitvinding!” ■



Over de hulpmiddelentas

De hulpmiddelentas is een initiatief van Inovum en bevat een uitgebreide set hulpmiddelen waarmee cliënten thuis dagelijkse handelingen zelfstandig kunnen blijven uitvoeren. Van persoonlijke verzorging tot medicatiegebruik: de tas helpt mensen om grip te houden op hun dagelijks leven, met minder afhankelijkheid van thuiszorg.

Meer weten? Neem contact op met Inovum of vraag ernaar bij uw wijkverpleegkundige.