Plan van aanpak

Preventie programma

Hartaandoeningen



**Werkgroep:**

Suzannen Aarsen, Renaldo Vrede, Janet van Mourik, Floris Aukema, Robin van Duijn en

Lotte Companjen

**Klas:**

163 Groep B

**Opdrachtgever:**

Nederpampus, FysioCare/-Fit

**Projectleider:**

Bart Brouwer

**Datum:**

22-11-‘13

**Inhoudsopgave**

# Pagina’s

# Inleiding: 3 De opdracht 4 Doelstellingen Probleemstelling & hoofdvraag 6 Opbouw preventieplan Taken en leerdoelen 8 Verwachtingen 10 Planningsschema 11

**inleiding**

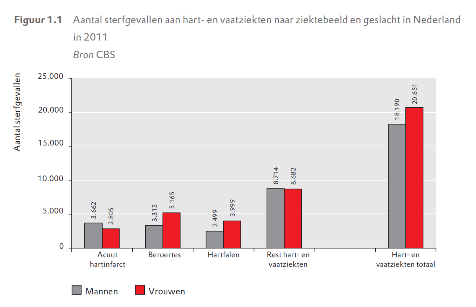
Voor u ligt het Plan van Aanpak van klas 163 werkgroep B. Onze werkgroep bestaat uit 6 eerstejaars fysiotherapeuten in opleiding. In dit Plan van Aanpak zullen voor u onder andere onze afspraken om deze werkgroep optimaal te laten functioneren.   
Wij hebben een externe opdracht gekregen van FysioCare/fit om een preventieprogramma op te stellen voor een patiënten categorie waaruit de keus bestond uit hart, long of vaataandoeningen.  
 Na goed overleg vanwege de lesprogramma van IF en aan de hand van onderstaande afbeelding die vrijgeeft hoeveel het voorkomt hebben wij besloten om een preventieprogramma op te stellen voor patiënten of/en cliënten die een hartaandoening hebben of een hoog risico lopen.   
Deze opdracht zou bestaan uit maximaal 15 pagina’s. Na onze opgedane kennis te delen over deze patiëntenpopulatie zullen wij een demonstratie geven vanaf het moment dat de patiënt bij ons binnenkomt tot aan het evaluatiemoment.

In dit plan van aanpak zijn de taken verdeelt en globaal een tijdsschema gemaakt die wij na onze vergadering woensdag kunnen aanvullen om vrijdag de definitieve plan van aanpak in te leveren. Wij zijn van mening dat het belangrijk is, dat iedereen met elkaar leert samenwerken. Om dit gerealiseerd te krijgen gaan wij bij elke casus die wij uitwerken van partner wisselen.

Voor ons is het van groot belang om doelstellingen vast te stellen die wij aan het eind van deze opdracht behaald willen hebben. Dit doen wij om ons zelf te meten en te achterhalen of er progressie plaats vindt in ons leerproces op basis van kennis, samenwerken en producten leveren van Hbo-niveau.

Wij hebben onze gedachte uitgesproken, wat wij verwachten van de studiecoach en de opdrachtgever. Daarnaast ook wat de opdrachtgever van ons kan verwachten over het product dat wij van plan zijn te leveren.

Als werkgroep kijken wij uit naar een prettige samenwerking en zijn ervan overtuigd dat wij zullen voldoen aan uw verwachting als opdrachtgever.   
Tevens willen wij onze dank uit te spreken voor deze opdracht, door deze mogelijkheid kunnen wij onze kennis uitbreiden over deze patiëntenpopulatie.



Werkgroep 163 B

<http://www.hartstichting.nl/hart_en_vaten/vrouwen/feiten_en_cijfers/>

**De opdracht**

A. Een specifiek preventieprogramma vervaardigen voor één van de patiënten categorieën waar Fysiocare/-fit zich op richt (hart-, long- en vaataandoeningen.)

B. Een algemeen stuk schrijven over preventieprogramma’s waarin de volgende punten worden uitgewerkt als:

* Aan welke voorwaarden zo’n programma moet voldoen;
* Primaire, secundaire en tertiaire preventie;
* Opbouw van programma zodat het gezondheidscentrum Nederpampus dat ook kan toepassen bij het ontwikkelen van preventieprogramma’s voor haar patiëntencategorie.

Wij zullen voor u een preventieprogramma maken voor patiënten met hartaandoeningen.

Om dit zo goed mogelijk gerealiseerd te krijgen, en er voor te zorgen dat wij een betrouwbaar product aan u leveren. Hiervoor maken wij gebruik van diverse bronnen, door deze met elkaar te vergelijken in combinatie met onze eigen visie/kennis zorgen wij ervoor dat de evidentie hoog is.

Wij maken een preventieprogramma voor hartaandoeningen omdat hartaandoeningen vaak voorkomen (Zie de bovenstaande afbeelding) en vaak erg bedreigend zijn voor de gezondheid. Omdat er zoveel hartaandoeningen zijn hebben wij besloten ons te richten op hartaandoeningen waarbij een patiënt naar de fysiotherapeut gaat. Wij gaan hiervoor een preventieplan opstellen, dit houdt in dat wij de leefsituatie van deze patiënten willen verbeteren en kans op een nieuwe aandoening zo klein mogelijk te maken. Naast het preventieprogramma voor hartaandoeningen zullen wij nog een algemeen stuk schrijven over preventieprogramma’s, met als doel dat het gezondheidscentrum Nederpampus dat kan gebruiken en toepassen bij het ontwikkelen van hun eigen preventieprogramma’s.

**Doelstelling**

Wij gaan een goed preventie programma ontwikkelen voor patiënten met hartaandoeningen. Met dit programma willen wij de patiënten helpen een gezondere ADL te ontwikkelen. Door middel van de patiënten te informeren en te adviseren, om hart aandoeningen en verergering hiervan te voorkomen. Wat wij hiervoor nodig hebben is kennis over de verschillende hartdoeningen, de verbanden tussen deze aandoeningen, het beloop, het functioneel onderzoek en de mogelijke behandelingen specifiek voor de verschillende fasen van de aandoeningen. Met het schriftelijke product over preventie programma’s willen wij bereiken dat anderen hiervan gebruik kunnen maken bij het ontwikkelen van een eigen preventieprogramma.

# Vancouver Verwijssysteem.

Er worden verschillende stijlen gehanteerd in de wetenschapsdisciplines voor het verwijzen van documentatiebronnen en het beschrijven van titels van publicaties. Binnen de medische wetenschap(farmacie) wordt vaak gebruikgemaakt van de vancouver-stijl. De vancouver-stijl is ontwikkeld door de International Committee of Medical Journal Editors (ICMJE).

De Vancouver-stijl maakt gebruik van eindnoten. Volgens dit systeem verwijzen nummers in de tekst naar een lijst van aangehaalde werken aan het eind van de publicatie. Bij verwijzing naar meerdere bronnen tegelijkertijd, worden opeenvolgende nummers gescheiden door een koppelteken2-3 en niet-opeenvolgende nummers door een komma2,6.

Verwijzing van de tekst:

* In deze studie3 proberen de auteurs aan te tonen dat de CO2-uitstoot geen schadelijke effecten heeft op de toestand van de ozonlaag.
* In deze studie (3) proberen de auteurs aan te tonen dat de CO2-uitstoot geen schadelijke effecten heeft op de toestand van de ozonlaag.

Binnen de Vancouver-stijl worden titels in de literatuurlijst niet alfabetisch neergezet, maar in de volgorde waarin ze in de tekst van toepassing komen. Wij hebben een paar voorbeelden van titelbeschrijvingen van bronnen zoals in de vancouver-stijl voor u neergezet.

Bron:

Rijks universiteit Groningen, toelichting vancouver stijl bronvermelding, 31 oktober 2012 08:56, beschikbaar via: <http://www.rug.nl/education/other-study-opportunities/hcv/schriftelijke-vaardigheden/voor-studenten/bronnen-literatuur/verwijssysteem-vancouver>

### Boek (voorbeeld van Vancouver stijl)

|  |
| --- |
| Bakker CL. De natuur gaat achteruit. Meppel: Boom; 1989. p. 213. |

Auteur(s). Titel. Plaats: Uitgever; jaar van uitgave. aantal pagina’s.

**Probleemstelling&hoofdvraag**

Om de opdracht toegewijst te krijgen, willen wij een preventieplan opstellen die daadwerkelijk uitgevoerd kan worden in een gezondsheidcentrum. Om hieraan te voldoen willen wij eerst achterhalen wat een preventieplan precies is en wat voor inhoud het moet bezitten.   
Waarop ons hoofdvraag luidt:

Waar voldoet een goede preventieplan aan zodat wij de opdracht toegewijst krijgen?

Om dit te verduidelijken zullen wij de hoofdvraag opsplitsen in deelvragen om het antwoord op de hoofdvraag inzichtelijk te maken:

* Wat is preventie?
* Wat is het doel van een preventieplan?
* Uit welke onderdelen bestaat een preventieplan?
* Waar moeten wij rekening mee houden tijdens het behandelen van deze patiëntengroep?

**Opbouw preventieplan**

Het doel van een preventieprogramma is om ervoor te zorgen dat de patienten die een verhoogde risico lopen op het krijgen van deze aandoening te verkleinen. Bijv. een meneer met obesitas die rookt en weinig beweegt, heeft een verhoogde kans op het krijgen van hartaandoeningen. Om de kans te verkleinen willen wij deze meneer interveren om in beweging te komen.

Hierbij is sprake van een primaire preventie, daarnaast bestaat een preventieplan ook uit een secundaire en tertiare preventie.

Bij het ontvangen van dit preventie programma is het direct gereed om toegepast te worden. Om u een beeld te laten vormen over het eindproduct, zal hieronder informatie worden gegeven met daarin punten die aan bod zullen komen in het preventieplan.Deze punten zijn:

• Inleiding • Diagnostisch proces • Therapeutisch proces • Nazorg • Bronvermelding

Inleiding In de inleiding zal er informatie worden verstrekt over hartaandoeningen en over het preventieplan zelf. Hierin wordt kort besproken hoe wij te werk zullen gaan om dit preventieplan te realiseren en de opdracht wordt kort toegelicht. Diagnostisch procesHet diagnostisch proces zal ingaan op de verrichtingen die moeten worden gedaan. Ook zal er worden beschreven van welke diagnosticerende middelen gebruik kan worden gemaakt voor de verrichtingen. Vervolgens kunnen er doelstellingen worden gemaakt voor het therapeutisch proces. Dit therapeutisch proces heeft als doel om de kans op hartaandoeningen te verminderen.

Therapeutisch procesTijdens het therapeutisch proces worden de doelstellingen, die in het diagnostisch proces geformuleerd zijn, volbracht. Deze handelingen zijn allemaal erop gericht om te voorkomen dat Om deze doelstellingen te behalen maken we gebruik van bepaalde middelen die in ons preventieplan zullen worden beschreven. Tevens zal worden beschreven hoelang de behandeling duurt. De patiënt doet actief mee, zodat de doelstellingen zo snel mogelijk kunnen worden behaald. NazorgAls de behandeling eenmaal is afgelopen, zal het niet helemaal klaar zijn, maar de patiënt zal zelf nog oefeningen moeten doen om het gewenste resultaat te bereiken. Dit valt onder nazorg. De mensen kunnen niet volstaan met een behandeling door een fysiotherapeut, maar zal dus ook zelf actief mee moeten werken aan het proces.BronvermeldingIn de bronvermelding zetten wij de bronnen waar wij gebruik van hebben gemaakt en tonen wij ook aan dat onze bronnen EPB zijn. Dit doen wij door gebruik te maken van bronnen die wij als betrouwbaar beoordelen zoals richtlijnen van het KNGF, NHG etc. of met behulp van artikelen van het RIVM. Deze artikelen zullen betrouwbaar zijn, omdat deze zijn geschreven door deskundigen die weten waar ze over schrijven. **Opbouw schriftelijk verslag preventieprogramma’s**

• Titelpagina • Inhoudsopgave • Inleiding + hoofd- en deelvragen. • Deelvragen • Conclusie + antwoord op de hoofdvraag • Slot/Evaluatie • Bronvermelding

**Taken en Leerdoelen**

**Opdracht 1A**

* Casussen hartaandoeningen uitwerken zodat wij genoeg informatie verkrijgen om deze groep mensen na behoren kunnen behandelen.
* Wij willen alle patiënten casussen uitwerken zowel uit de mw patiëntenboek als in het if patiënten boek, om zo zoveel mogelijk informatie te kunnen verkrijgen over de hartaandoeningen.
* Welke hartaandoeningen er zijn.
* Angina pectoris, hartfalen, hartinfarct, hartklep aandoeningen, hartritmestoornissen, hartspierziekte en ontstekingen aan het hart.
* In welk fase zit de patiënt en wat de handelingen zijn die wij als fysiotherapeuten moeten verrichtten.
* We willen er graag achter komen in welk stadium de patiënt zit. in hoeverre de aandoening verspreid is. voor elk stadium kunnen wij dan de juiste behandeling toepassen.
* Welke behandelingen horen er bij alles fases.
* Nadat wij elke casus in het patiëntenboek hebben uitgewerkt weten wij welke behandelingen wij kunnen gebruiken.
* Welke symptomen komen voort uit hartaandoeningen en hoe te herkennen
* Een beklemmende, drukkende of benauwende pijn midden in de borst, uitstralende pijn naar de onderkaak, hals, schouderbladen, armen, rug of maagstreek**,** zweten en misselijkheid, kortademigheid, extreme moeheid, duizeligheid, onrustig gevoel, angst en snelle ademhaling, een licht gevoel in het hoofd en hartoverslagen
* Is de hartaandoening chronisch is of acuut.
* Na aanleiding van een anamnese kunnen wij er achterkomen of de aandoening chronisch is of acuut.
* Hoe kunnen wij juiste bloed druk meten bij de patiënt en wat betekend dit?
* Aan de hand van het gemeten bloeddruk kunnen wij weten of de bloeddruk te hoog of te laag is.
* Wat zijn de risicofactoren bij hartaandoeningen.
* Roken, hoge bloeddruk, diabetes, te hoog cholesterol gehalte overgewicht, langdurige stress, leeftijd, geslacht en erfelijkheid.
* Met welke middelen kunnen wij de hartdoening het beste diagnosticeren.
* Nadat wij de casussen uitgewerkt hebben, weten wij met welke middelen wij de hartaandoeningen kunnen diagnosticeren.
* Wat zijn de beste behandel methodes voor de verschillende hartaandoeningen. (voorlichtingen, adviseren en oefen sessies)
* Nadat wij de casussen uitgewerkt hebben, weten wij met welke behandelingen wij het beste de patiënt kunnen behandelen.
* Wat het beloop is van deze aandoening.
* Elk beloop is weer anders, nadat wij weten wat elke aandoening inhoud en in welk stadion de patiënt zich bevind kunnen wij erachter komen wat het beloop voor de patiënt is.
* Waar wij op moeten letten bij het behandelen van patiënten met hart aandoeningen.
* Op onder andere de voor tekenen van de hartaandoeningen.

**Opdracht 1B**

* Wat is een preventieprogramma?
* Wat zijn de eisen van een preventieprogramma?
* Hoe zit een preventie programma in elkaar?
* Wat is de opbouw van een preventie programma?
* Leg uit wat primaire, secundaire en tertiaire preventie is.
* Het door ons te maken preventieprogramma geschikt maken voor gebruik door het gezondheidscentrum Nederpampus.

**Verwachtingen**

**Wat kunt u van ons verwachten?**

U kunt van ons verwachten dat wij een preventieprogramma ontwikkelen volgens de KNGF richtlijnen en evidence based practice methode voor mensen met hartaandoeningen.

Nadat wij een preventieprogramma voor u hebben gemaakt, hebben wij de fysiotherapeutische kennis om patiënten met hartaandoeningen te behandelen, welke trajecten er zijn en welke behandelingen wij het beste kunnen toepassen. Graag willen wij dit aan u presenteren op een HBO niveau.

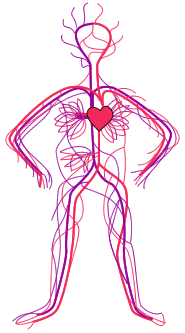
**Wat verwachten wij van u?**

*Wat wij verwachten van de coach:*Wij verwachten van u dat u ons goed begeleid bij het opstellen van het preventieprogramma, zodat het aan de eisen van het gezondheidscentrum Nederpampus kan voldoen. En wanneer wij vragen hebben of vastlopen bij u terecht kunnen voor hulp.

*Wat verwachten wij van de opdrachtgever:*

Wij hopen dat u tevreden zult zijn met ons preventieprogramma en het zou willen gebruiken. Wij zullen het zo geschikt mogelijk maken voor u zodat u geen hindernissen zal ondervinden tijdens het gebruik van ons preventieprogramma voor de door ons gekozen patiëntencategorie.

Wij hopen dat u tevreden zult zijn met onze aanpak voor het opstellen van het preventieprogramma.



**Planningsschema**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Data | Wat? | Wie? | Waar? | Toelichting | Ingeleverd |
| Week 48 25-11-2013 | * **Plan van aanpak** * **Casus 9/ 15** * **Casus 10/ 16** * **Casus 12/ 17** | **Iedereen**  **Suzanne en Lotte**  **Robin en Janet**  **Renaldo en Floris** | **Thuis/school** | **Hart (CABG),Long (COPD,benauwd)**  **Hart ( mycardinfarct), Long(Longemfyseem)**  **Hart (voorwandinfarct),Long(COPD)** |  |
| Week 49  2-12-2013 | * **Casus 18** * **Casus 19** * **Casus 7** | **Renaldo en Suzanne**  **Janet en Floris**  **Lotte en Robin** | **School/Thuis** | **Long (COPD GOLD 3)**  **Long (COPD GOLD 3 exacerbatie)**  **Claudicatio (Perifeer vaatlijden)** |  |
| Week 50  9-12-2013 | * **Casus 1** * **Casus 3** * **Casus 4** | **Suzanne en Janet**  **Robin en Renaldo**  **Lotte en Floris** | **School/Thuis** | **Diabetes II( obesitas+ hypertensie)**  **Diabetes II**  **Diabetes I** |  |
| Week 51  16-12-2013 | * **Casus 5** * **Casus 13** * **Casus 14** | **Renaldo en Lotte**  **Floris en Robin**  **Suzanne en janet** | **School/Thuis** | **Claudicatio intermittens**  **Hart (AP, 2x PTCA)**  **Hart (Myocardinfarct)** |  |
| Week 2  10-10-2011 | * **Afronding eindproduct** | **Iedereen** | **School/Thuis** |  |  |
| Week 3  17-10-2011 | * Presenteren   + demonsteren | Iedereen | School |  |  |

Wij zijn van plan om elke woensdag bij elkaar te komen, om tussentijds te evalueren, overleggen samen de casussen uit te werken, feedback te geven en eventueel te werken aan het preventieprogramma.

We moeten drie schriftelijke producten leveren en een demonstratie verzorgen. Hier hebben wij tot week 3 de tijd voor. Ons preventie plan zal bestaan uit:

• Titelpagina • Inhoudsopgave • Inleiding + hoofd- en deelvragen. • Deelvragen • Conclusie + antwoord op de hoofdvraag • Slot/Evaluatie • Bronvermelding

We vervaardigen dit product met z’n zessen, dus we moeten inplannen wie aan welk onderdeel werkt. Hieronder is een tabel waarin wordt weergegeven wie wat moet doen:

|  |  |
| --- | --- |
| Titelpagina |  |
| Inhoudsopgave |  |
| Inleiding |  |
| Hoofd- en deelvragen |  |
| Conclusie |  |
| Slot/Evaluatie |  |
| Bronvermelding |  |

Op dit moment kunnen we dit nog niet concreet invullen, maar hier gaan we nog over vergaderen. Zodra dit bekend is zal de planning direct naar u worden opgestuurd.