

Smart Floor pilot Nacka - Zweden

Achtergrond en context

In heel Europa staan landen voor een vergelijkbare uitdaging. Door de vergrijzing neemt de druk op de zorg toe en worden mensen gestimuleerd om langer zelfstandig thuis te blijven wonen. Een direct gevolg hiervan is een stijging van het aantal valincidenten onder ouderen. Deze incidenten hebben vaak ernstige gevolgen, zoals ziekenhuisopnames, verlies van zelfstandigheid en in sommige gevallen zelfs overlijden. Daarnaast zorgen ze voor extra druk op het zorgsysteem en brengen ze aanzienlijke kosten met zich mee voor overheden.

Om deze reden groeit in steeds meer landen de aandacht voor valpreventie. Door middel van bewustwording en gerichte beweeginterventies wordt geprobeerd om vroegtijdig actie te ondernemen en daarmee valincidenten te voorkomen.

Hierbij zijn er enkele grote uitdagingen. Allereerst is het over het algemeen moeilijk om ouderen met een verhoogd valrisico tijdig op te sporen. Deze doelgroep is vaak moeilijk bereikbaar en lang niet altijd in beeld bij de eerstelijnszorg. Daarnaast is het een uitdaging om, wanneer deze groep wel wordt bereikt, een betrouwbare inschatting te maken van het individuele valrisico.

Om deze uitdagingen het hoofd te bieden, wordt in Nederland door meer dan 200 organisaties en gemeenten gebruik gemaakt van de Smart Floor. Professionals binnen zowel het sociaal domein als de zorg gebruiken de Smart Floor om op een laagdrempelige en objectieve manier inzicht te krijgen in het valrisico van ouderen. De meting fungeert bovendien als een effectieve manier om oudere aan te trekken en het gesprek over valpreventie op gang te brengen. Op basis van de resultaten en het gesprek kunnen vervolgens gerichte maatregelen worden genomen.

Ook in Zweden spelen vergelijkbare maatschappelijke ontwikkelingen en groeit het belang van thema's zoals healthy ageing en valpreventie. Daarom hebben de gemeente Nacka en Smart Floor deze pilot opgezet. Het doel van de pilot is om te onderzoeken of de Smart Floor ook in de Zweedse context effectief kan worden ingezet voor het opsporen van ouderen met een verhoogd valrisico, zodat dit risico vervolgens kan worden verlaagd door middel van bewustwording en passende preventieve maatregelen.

Uitvoering

Smart Floor is naar Zweden afgereisd voor het leveren van de apparatuur en het verzorgen van instructies voor de personen die met de vloer gingen werken. Hierbij is de pilot periode van 6 maanden gestart. Gedurende deze 6 maanden is de vloer vervolgens door verschillende partijen ingezet in de praktijk. Hierbij is de Smart Floor gebruikt op georganiseerde evenementen, in huizen van de wijk en in fysiotherapiepraktijken. Er zijn tijdens de pilot een aantal vraagstukken onderzocht:

- Kunnen we door middel van de Smart Floor op een laagdrempelige en voor de ouderen leuke manier een inschatting maken van het valrisico?
- Zorgt de uitslag van de meting voor bewustwording en motiveert deze om actie te ondernemen?
- Ondersteunt en stimuleert de Smart Floor meting valpreventieve maatregelen?

Gedurende de gehele pilotperiode is er nauw contact gehouden om de uitvoer zo soepel mogelijk te laten verlopen.

Resultaten

In de periode van 6 maanden zijn er 300 mensen gemeten met de Smart Floor. Hiervan was 77% vrouw en 23% man.

Leeftijd	Man	Vrouw	totaal
65-74	15 (22%)	50 (21,5%)	65 (21,67%)
75-84	40 (58%)	142 (61,5%)	182 (60,67%)
85+	14 (20%)	39 (17%)	53 (17,67%)
Totaal	69 (23%)	231 (77%)	300

Bewustwording van valrisico

Aan 206 deelnemers van de test is naderhand de vraag gesteld of de test had gezorgd voor een verhoogd bewustzijn op het gebied van valrisico. Hierop antwoordde 192 personen met 'ja' en 14 personen met 'nee'.

Opmerking: In de beginfase van de pilot zijn deze vragen niet gesteld, waardoor niet alle 300 deelnemers deze vraag hebben beantwoord.

Follow-up test

Tijdens de pilot is aan 13 personen gevraagd of ze benaderd mochten worden voor een follow up 3 maanden na de Smart Floor meting. Hiervan hebben 4 personen gereageerd op deze follow up. Deze zijn alle 4 meer gaan sporten, 2 hebben stabielere schoenen aangeschaft, 1 heeft een oogcheck gepland en 1 heeft contact met de gemeente opgenomen.

Individueel praktijkvoorbeeld

Een mooi resultaat dat werd uitgelicht is een vrouw die maanden na de eerste Smart Floor meting nogmaals werd gemeten. Ze was een aantal keer per week gaan sporten en had andere schoenen aangeschaft. Bij de tweede meting was haar initiële score van een verhoogd risico veranderd in een score met een laag valrisico.

Inzet en toepassing

In de pilot is ontdekt dat, naast het organiseren van speciale evenementen waar de Smart Floor bij ingezet kan worden, hij ook in de huizen van de wijk goed kan worden gebruikt. Deze huizen staan vaak centraal in de buurt en zijn plekken waar veel ouderen regelmatig samenkomen. Daarom kan de Smart Floor hier goed worden ingezet voor het laagdrempelig opsporen van valgevaarlijke ouderen.

Conclusie pilot

De uitkomsten van de pilot in Nacka laten overtuigend zien dat de Smart Floor ook binnen de Zweedse context een effectief en waardevol instrument is voor het bevorderen van healthy ageing onder ouderen door middel van valpreventie. De combinatie van laagdrempeligheid, gebruiksvriendelijkheid en aantrekking maakt dat ouderen bereid zijn deel te nemen, terwijl tegelijkertijd op een objectieve manier inzicht wordt verkregen in vitaliteit en valrisico.

De resultaten tonen aan dat de meting niet alleen leidt tot een verhoogd bewustzijn, maar ook daadwerkelijk aanzet tot actie. 93% van de deelnemers gaf aan bewuster te zijn geworden van hun valrisico. Ook concrete vervolgstappen zoals meer bewegen, aanpassingen in schoeisel en contact met zorgprofessionals werden daadwerkelijk gezet. Daarmee fungeert de Smart Floor niet alleen als meetinstrument, maar ook als effectieve gespreksstarter en motivator voor gedragsverandering.

Daarnaast is de Smart Floor vloer goed inzetbaar gebleken in diverse settings, zoals evenementen, in fysiotherapiepraktijken en in huizen van de wijk. Deze brede inzetbaarheid vergroot het bereik onder de doelgroep die normaal gesproken lastig te bereiken en te activeren is.

Op basis van deze bevindingen kan worden geconcludeerd dat de Smart Floor een belangrijke bijdrage levert aan healthy ageing door middel van vroegtijdig signaleren van een risico op vallen en het stimuleren van preventieve maatregelen. De gemeente Nacka heeft hierdoor besloten Smart Floor structureel in te zetten en is hiermee de eerste officiële klant in Zweden. De structurele voortzetting door de gemeente Nacka benadrukt het vertrouwen in de effectiviteit en de potentie voor verdere opschaling binnen Zweden.