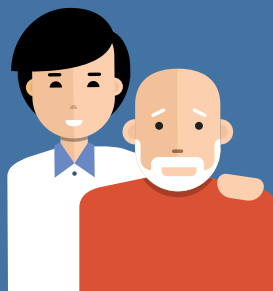


ADL-zorg

Wat is ADL?

Ondersteuning bij Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL) is een van de belangrijkste taken van verpleegkundigen en verzorgenden. Zij ondersteunen zorgvragers bij activiteiten die nodig zijn om zelfstandig te leven en zich comfortabel te voelen. Dit gaat bijvoorbeeld om de volgende activiteiten: aan- en uitkleden, wassen, eten en drinken, uiterlijke verzorging, toiletgang en mobiliteit.



Wat wil je bereiken?

ADL-zorg wordt gezien als een zeer persoonlijke en intieme vorm van zorgverlening die verder gaat dan alleen lichamelijke zorg. ADL-zorg is ook een sociaal proces dat vorm krijgt door een ingewikkeld samenspel van factoren tussen de zorgvrager, de zorgverlener en de zorgomgeving. Vaak staat bij het verlenen van ADL-zorg het voorkomen of verminderen van ADL-afhankelijkheid centraal. Het gaat juist om de ADL-zelfstandigheid te verhogen (Richtlijn ADL).



6 tips voor zorgmedewerkers om de zelfredzaamheid van cliënten te vergroten

- 1 Ga uit van mogelijkheden: Wat kan iemand (nog) wel? Of wat kan iemand leren? Bespreek dit met de cliënt.
- 2 Leer een cliënt om dingen zelf te doen. Bijvoorbeeld een stoma verzorgen of dingen zelf regelen.
- 3 Sluit aan bij drijfveren en levensdoelen van een cliënt: Wat vindt iemand belangrijk? Wat motiveert diegene? Waar wil een cliënt naartoe werken? Bespreek met de cliënt concrete, haalbare doelen.
- 4 Versterk de motivatie van de cliënt. Soms is het moeilijk om zelfredzaam te zijn als het leven voor de cliënt van weinig betekenis is. Ga dan samen met de cliënt op zoek naar wat de cliënt (weer) zin geeft aan diens leven.
- 5 Bespreek met de cliënt hoe het eigen netwerk het beste kan worden ingezet. Besteed daarbij ook aandacht aan wat de cliënt zelf voor diens netwerk kan betekenen.
- 6 Bekijk hoe je de omgeving kan aanpassen. Bijvoorbeeld met de inzet van hulpmiddelen of door de woning aan te passen.

Bron: Vijf tips voor zorgmedewerkers (zorgvoorbeter.nl)

BETER DOEN ✓



Betrek de zorgvrager bij het stellen van ADL-doelen.



Gebruik de Barthel-index om de mate van ADL-zelfstandigheid vast te stellen en te evalueren.



Overweeg het toepassen van de principes van de Passiviteiten van het Dagelijks Leven (PDL).



Overweeg het toepassen van de 'Privacy, geruststelling, informatie, afleiding en evaluatie-interventie'.

✗ BETER LATEN



Gebruik de Health Assessment Questionnaire-Disability Index (HAQ-DI) niet. Deze is lastig te begrijpen, beperkt betrouwbaar en geeft geen volledig beeld wat je wilt meten.

Meer weten over Beter doen & Beter laten? Kijk op de thema-pagina [Beter Laten](#).