

De Zuidwester Balans Schaal

Interview met Lynda Akkermans

Tekst: Shanty Sterke



Lynda Akkermans en Arnold

We worden gemiddeld genomen steeds ouder. Ook voor mensen met een verstandelijke beperking neemt de levensverwachting toe. Maar de veroudering begint in deze doelgroep veel vroeger dan bij mensen die deze beperking niet hebben. Na het veertigste levensjaar is het valrisico al sterk verhoogd. Mensen met een verstandelijke beperking vallen niet alleen vaker in vergelijking met mensen die deze beperking niet hebben, ze hebben ook ernstiger verwondingen en worden vaker in het ziekenhuis opgenomen na een val. Het is dus belangrijk om een goed meetinstrument te hebben om bij hen het valrisico in kaart te brengen. 'Maar voor mensen met een verstandelijke beperking zijn weinig fysiotherapeutische meetinstrumenten ontwikkeld. Bij het gebruiken van meetinstrumenten die

voor een andere doelgroep ontwikkeld zijn, loop je heel vaak tegen beperkingen aan. Cliënten begrijpen de opdracht niet goed of vertonen te veel onrust'. Dat zegt Lynda Akkermans. Zij ontwikkelde samen met collega's de Zuidwester Balans Schaal, een meetinstrument om het evenwicht te meten bij mensen met een verstandelijke beperking.

Sinds 2006 werkt Akkermans als fysiotherapeut bij Zuidwester, een zorgorganisatie voor mensen met een verstandelijke beperking of Niet Aangeboren Hersenletsel in Zuidwest-Nederland. Na haar fysiotherapieopleiding en bacheloropleiding geriatriefysiotherapie volgde zij een wetenschappelijke scholing specifiek gericht op de doelgroep mensen met een verstandelijke beperking.

In het kader van die wetenschappelijke scholing onderzocht ze de Berg Balance Scale bij een grote groep cliënten binnen Zuidwester. 'De Berg Balance Scale bleek eigenlijk helemaal niet zo goed uitvoerbaar. Vooral de testonderdelen als *staan op een been*, *reiken* en *tandemstad* waren moeilijk uit te voeren voor veel cliënten. Daardoor kan je geen conclusies trekken. Er was verder ook geen ander geschikt meetinstrument voor onze doelgroep.'

Zo ontstond het idee voor de Zuidwester Balans Schaal. 'In de Zuidwester Balans Schaal zitten testonderdelen die gebaseerd zijn op onderdelen uit andere meetinstrumenten, en die aangepast zijn naar onze doelgroep. Daarnaast zijn er volledig nieuwe testonderdelen ontwikkeld om de balans te meten. Bij de ontwikkeling zijn collegatherapeuten van andere zorgorganisaties voor mensen met een verstandelijke beperking betrokken geweest.'

De Zuidwester Balans Schaal

Het meetinstrument bestaat uit drie subschalen: zit, stand, lopen. Deze hebben respectievelijk drie, acht en vier testonderdelen met een opbouw in moeilijkheidsgraad. Van zelfstandig zitten op de behandelbank tot traplopen als allerlaatste testonderdeel. 'Wij hebben de instructies veranderd om ervoor te zorgen dat de cliënt beter snapt wat hij moet gaan doen. We hebben ook materialen ontwikkeld om het voor de cliënt makkelijker te maken, toegespitst op ADL-taken zodat het herkenbaar is. Het oppakken van een beker van de grond is voor een cliënt over het algemeen een heel herkenbare handeling met een herkenbaar voorwerp. De beker met een oor is voor onze cliënten makkelijk op te pakken, ook als zij een beperkte handfunctie hebben.'

'Bij ieder testonderdeel scoort de therapeut hoe de cliënt het uitvoert. Daarbij kijkt de therapeut naar een aantal afzonderlijke aspecten. Hoe is de balans? Maar ook, bijvoorbeeld bij het opstaan, of de cliënt ongewenst terugvalt naar zit. Je scoort ook hoe de veiligheid is. Dus of je erbij moet blijven of dat je het gevoel hebt dat je prima weg kan lopen van de cliënt. Zo zijn er voor ieder testonderdeel verschillende items die je scoort. Bij sommige testonderdelen neem je de tijd met de stopwatch op. De scores lopen van nul (niet mogelijk of niet gelukt) tot maximaal (perfecte uitvoering).'

De Zuidwester Balans Schaal is meer dan een testformulier. Het is een totaalpakket. Daar horen verschillende

materialen bij. Zo is bijvoorbeeld de beker die van de grond geraapt moet worden in twee kleuren. Omdat er veel cliënten zijn met een visuele beperking. Om het item *reiken* te kunnen testen is er de Zuidwester Balanspaal. 'Wij vonden reiken een heel belangrijk testonderdeel. Maar zoals dat op de Berg Balance Scale getest wordt, daar komen onze cliënten echt niet uit. Ze bukken naar de grond of ze gaan lopen waar ze moeten reiken. Dus wij hebben een paal ontwikkeld waarbij de cliënt de opdracht krijgt een ring om een stok te doen. Die stok plaatsen we steeds verder. Zo moet de cliënt steeds verder reiken. Dat doen we naar links, rechts en naar voren, in zit en in stand. Soms zien we bij mensen bij wie we van tevoren geen links-rechts verschillen verwachtten, aan een kant uitvallen bij het reiken. Daar blijken ze dan balansproblemen



Arnold met fysiotherapeut Riet te Winkel-Bolland tijdens het uitvoeren van het testonderdeel reiken in stand met de balanspaal.

te hebben, die niet eerder opgemerkt waren in het dagelijks leven. Dan kan je daar vervolgens heel gerichte adviezen geven over de inrichting van de kamer, in overleg met de ergotherapeut.'

Met de Zuidwester Balans Schaal kan de fysiotherapeut de adviezen beter onderbouwen. Moet er bijvoorbeeld meer toezicht komen bij de transfers? Is het traplopen nog wel veilig? Het instrument helpt ook om moeilijker keuzes te kunnen maken rondom huisvesting. Is die nog wel geschikt voor deze cliënt?

Dementie

Kan de Zuidwester Balans Schaal ook interessant zijn voor mensen met matig tot ernstige dementie? 'Die vraag hebben wij vaker gekregen. We zien heel veel overeenkomsten. Daar kan ook sprake zijn van onrust. Of minder begrip van de opdrachten. Ik kan me goed voorstellen, ook vanuit mijn ervaring in het verleden, dat het lastig is om meetinstrumenten af te nemen bij mensen met dementie. De Zuidwester Balans Schaal is niet voor die doelgroep ontwikkeld, maar als mensen daar interesse in hebben, dan kunnen ze ons gewoon benaderen om te kijken wat de mogelijkheden zijn.'

ZonMw subsidie

Zuidwester heeft van een subsidie van ZonMw gekregen voor de uitrol naar andere organisaties. Ze willen de Zuidwester Balans Schaal ook voor anderen beschikbaar maken op een goede manier.

'De subsidie besteden we aan het ontwikkelen van de scholing. Om de Zuidwester Balans Schaal goed uit te rollen bij andere organisaties is er nog werk aan de winkel. De testkits moeten worden samengesteld, er wordt een online omgeving gemaakt waar therapeuten hun scores invoeren, waarbij de scores geüpload worden in het clientdossier. Je kunt je vast wel voorstellen dat het ontwikkelen zo'n online omgeving, die ook voldoet aan alle privacy-eisen, best een grote opdracht is.'

Wetenschappelijke onderbouwing

Akkermans voerde samen met haar collega's een cross-sectioneel onderzoek uit naar de uitvoerbaar-

heid, betrouwbaarheid en validiteit van de Zuidwester Balans Schaal. De testers hebben een half jaar lang, twee dagen in de week, 84 cliënten getest, van wie 64 met een matige verstandelijke beperking en 20 met een ernstige verstandelijke beperking. De resultaten zijn veelbelovend. Binnenkort zullen ze hun eerste manuscript aanbieden aan een internationaal wetenschappelijk tijdschrift.

Verdere traject

Vanaf deze zomer zijn er scholingen in de Zuidwester Balans Schaal. 'In die scholing leggen we uit hoe je de Zuidwester Balans Schaal afneemt en vooral ook hoe je de resultaten interpreteert. Voor de scholing maken we van tien tot twaalf cliënten beeldopnames waarbij een therapeut de test afneemt. We besteden in de scholing ook aandacht aan hoe je de Zuidwester Balans Schaal in je eigen organisatie gebruikt. De scholing is voor fysiotherapeuten, ergotherapeuten en oefentherapeuten. Dus wij willen voor deze drie groepen accreditatie aanvragen.'

Krijgt het onderzoek nog een vervolg? 'Als we mogen dromen, dan zou het heel mooi zijn als we ooit vervolgonderzoek kunnen doen waarbij we vastleggen welke score op de Zuidwester Balans Schaal nu daadwerkelijk een verhoging van het valrisico geeft. Dus om de afkappunten vast te stellen en de voorspellende waarde. Het is heel klein begonnen. De Zuidwester Balans Schaal is begonnen vanuit een behoefte die we zelf ervaren om onze doelgroep beter tot dienst te zijn. Sindsdien zijn er veel mooie ontwikkelingen geweest die we vooraf niet hadden voorzien. Nu ligt de prioriteit bij de landelijke uitrol. Daar gaat alle aandacht heen. Ik vind het heel fijn dat we iets bruikbaar hebben gemaakt voor de doelgroep en voor mijn collegatherapeuten in het land.'

Meer weten?

Op de website van [Zuidwester](#) kan je meer informatie opvragen en aanmelden voor de scholing. Zodra de Engelstalige artikelen zijn gepubliceerd, zullen we daar in het NTGF aandacht aan besteden.