

Minder onrust in de ouderenzorg

Vier complexe en
herkenbare zorgsituaties
en de significante
verbetering dankzij
onze hulpmiddelen

Vertrouwd door
+3000 zorgorganisaties

Qwiek[®]

Beste zorgprofessional,

Het zal niemand in de zorgsector verbazen dat we voor immense uitdagingen staan. Het is een realiteit die voor iedereen voelbaar is en die we in onze gesprekken met zorgprofessionals keer op keer bevestigd zien. De veranderende dynamiek, waarin mensen met dementie langer in hun vertrouwde thuisomgeving blijven, vraagt steeds meer van jullie expertise en toewijding wanneer zij de stap naar een verpleeghuis maken. Het gevolg is vaak meer onbegrepen gedrag dat de toch al hoge werkdruk verder opdrijft.

Jullie moeten met minder mensen hetzelfde werk doen. Bij Qwiek geloven we in de ‘stapel-aanpak’ om dit gat op te vullen. Slimme technologie en waardevolle hulpmiddelen zijn daarbij onmisbare bouwstenen. Het is een essentieel puzzelstuk om het tekort aan extra handen, dat op korte termijn niet lijkt te verdwijnen, op te vangen en jullie te ondersteunen.

In dit magazine richten we onze blik op de vaak ‘onzichtbare’ momenten in de zorg, die ten onrechte als vanzelfsprekend worden beschouwd, maar die stiekem zoveel energie en kostbare tijd kosten: de uitdagingen rondom onrust en onbegrepen gedrag. Wij zijn ervan overtuigd dat het anders kan en dat willen we jullie graag laten zien. Niet door onze eigen verhalen, maar door de persoonlijke ervaringen van jullie collega's in het veld. Zij delen hoe rust en comfort een natuurlijke plek kunnen krijgen in de dagelijkse zorg.

Ik hoop dat dit magazine jullie inspireert en nieuwe inzichten biedt.

Veel leesplezier!



Chris Rameckers

Chris Rameckers
Commercieel Directeur

Hoe onze hulpmiddelen rust brengen: de kracht van prikkels pagina 4

De dagelijkse race: onrust doorbreken tijdens ADL-momenten pagina 6

Onrust tijdens de nacht: grote impact op de nachtdienst pagina 8

Onrust bij veel aandacht vragen en tijdens de dienstwissel pagina 11

Onrust door seksuele behoeften pagina 12

Wetenschappelijk onderbouwd: Minder onrust én minder medicatie pagina 14





Hoe onze hulpmiddelen rust brengen: de kracht van prikkels

De effectiviteit van onze hulpmiddelen in de zorg is geworteld in de kracht van gerichte zintuiglijke prikkelverwerking. Door het aanbieden van rustgevende visuele, auditieve en tactiele stimuli, creëren we een afleiding die overprikkeling kan verminderen – een belangrijke factor bij onrust. Deze verandering van focus helpt de aandacht van potentieel stressvolle situaties weg te leiden, waardoor een gevoel van veiligheid en comfort ontstaat.

Denk bijvoorbeeld aan de rustgevende projecties, kalmerende muziek of zachte vibraties en diepe druk stimulatie (DDS). Dit directe effect draagt significant bij aan het verminderen van onrust tijdens diverse uitdagende momenten in de zorg, zoals de intieme ADL-momenten, de vaak onrustige nachten, de soms hectische dienstwissels, periodes van claimend gedrag en zelfs situaties van seksuele ontremming. Door op deze manier in te spelen op de beleving van de cliënt, bieden onze hulpmiddelen een waardevolle ondersteuning voor zowel de bewoner als de zorgprofessional.

“Als je in paniek bent, komt er niets binnen. Daarom moet je tijd nemen om naar beneden te gaan. En het helpt ook niet als iemand zegt ‘Doe eens rustig!’. Als je reptielenbrein aanstaat boeit het niet meer wat iemand zegt. Het reptielenbrein aan is paniek. Dan moet je stoppen, reguleren, vertrouwen, rust. En pas als dat er is, kun je weer zaken doen met iemand.”



Linda Schuiten, Verpleegkundig specialist procedureel comfort kindergeneeskunde in het OLVG

De Qwiek.up

De Qwiek.up is een hulpmiddel voor zorgprofessionals die snel en effectief willen reageren op signaalgedrag bij bewoners. Dankzij de indrukwekkende projecties op plafond of muur creëert dit hulpmiddel direct een kalmerende sfeer, waardoor de zorgervaring aangenamer en soepeler verloopt. Ideaal voor zowel zorgvragers als zorgpersoneel.



De Qwiek.snooze

Veel mensen met dementie zijn 's nachts onrustig. Ze komen uit bed, gaan roepen, bij andere mensen op de deur bonken, spullen verplaatsen, dwalen of eten. De Qwiek.snooze biedt een innovatieve oplossing: een comfortabel muziekmatje voor onder het hoofdkussen dat rustgevende muziek en fijne prikkels biedt. Zo kalmeren bewoners, vallen ze makkelijker in slaap en ervaren zorgprofessionals een rustigere nachtdienst.



De Sensualiteit Interventie

De Sensualiteit Interventie is ontwikkeld in samenwerking met seksuologe en GZ-psycholoog Ingrid van Kempen, en uitgebreid getest in Nederlandse verpleeghuizen. Het biedt een doordachte, effectieve aanpak voor de seksuele en intieme behoeften van bewoners.





De dagelijkse race: **onrust** doorbreken tijdens ADL-momenten

Elke dag keren ze terug: de intieme momenten van de ADL. De ochtendzorg die de basis legt voor de dag, de avondzorg die afsluiting biedt. Aankleden, wassen, medicatie toedienen – handelingen die je het liefst met alle aandacht en respect uitvoert. Maar de realiteit in de zorg dwingt helaas vaak in een andere richting. De klok tikt onverbiddelijk, de werkdruk knijpt en juist tijdens deze essentiële momenten kan onrust de sfeer compleet veranderen.

We horen van professionals in het veld, over de ‘stille strijd’ die zich dan kan afspelen. Situaties waarin de onrust van een bewoner zo intens is dat meerdere collega’s nodig zijn om de meest basale zorg te verlenen. Dit vreet energie, zowel fysiek als mentaal, en het tast de waardigheid van zowel de bewoner als de zorgverlener aan. Het is een vicieuze cirkel die kostbare tijd en aandacht opslokt.

Onze hulpmiddelen, waaronder de Qwiek.up, bieden een concrete oplossing om deze vicieuze cirkel te doorbreken. Door ze strategisch in te zetten vóór en tijdens de ADL-momenten, creëer je een omgeving van rust en ontspanning. Dit heeft niet alleen effect op de basiszorg, maar ook op potentieel stressvolle momenten zoals de persoonlijke verzorging, het knippen van haren of een tandartsbezoek.

Blik in de praktijk - Hoe Proteion de Qwiek.up inzet om meer rust te brengen tijdens de ADL

“Onze grootste uitdaging is het welzijn van onze bewoners, hun families én onze medewerkers. We kunnen er niet constant zijn, maar we willen wel een omgeving creëren waarin iedereen zich zo goed mogelijk voelt,” vertelt Annette. “Als ik kijk naar de zorg van mijn eigen ouders in deze fase, dan zie ik dat er nu echt stappen vooruit zijn gezet.”



“De kapper heeft zo recent zonder problemen zijn haren kunnen knippen. Iets wat voorheen niet lukte. Iets ogenschijnlijk kleins, maar met groot effect en betekenis voor ons.”

De Qwiek.up heeft voor het team van Annette een duidelijke meerwaarde: “Het levert rustige en tevreden bewoners op. Onrust hoort bij het ziektebeeld, maar als iemand zich goed voelt, zie je dat direct terug. Dat is ons dagelijkse streven.” Ze geeft een mooi voorbeeld: “We hadden een bewoner die erg onrustig was, niets leek te helpen. Zelfs na advies van de psycholoog bleef de verzorging een strijd. Toen we besloten de Qwiek.up in te zetten bij het geven van medicatie, voor het ontbijt en bij de verzorging in de ochtend, zagen we een snelle verandering. Hij kijkt geconcentreerd naar de beelden en neuriet mee met de muziek. De kapper heeft zo recent zonder problemen zijn haren kunnen knippen. Iets wat voorheen niet lukte. Iets ogenschijnlijk kleins, maar met groot effect en betekenis voor ons. We hadden dit succes niet verwacht, maar de Qwiek.up is nu onmisbaar geworden.”

Effect op psychofarmacagebruik en vrijheidsbeperkende maatregelen

Helaas lijkt medicatie soms de enige weg om onrust te beteugelen. Maar naast het feit dat dit een vrijheidsbeperkende maatregel kan zijn, zijn er vaak ook ongewenste bijwerkingen. Onze hulpmiddelen, zoals de Qwiek.up, bieden een ander perspectief. Cindy Brink, welzijnsmedewerker bij Accolade zorg, vertelt: “De Qwiek.up wordt bij ons al in meerdere zorgleefplannen opgenomen als een waardevol alternatief voor een vrijheidsbeperkende maatregel zoals medicatie.”



Ze geeft een treffend voorbeeld: “We hebben een mevrouw die op een rustige manier wakker gemaakt moet worden, anders verlopen alle ADL-momenten de rest van de dag zeer onrustig. Deze onrust komt voort uit overprikkeling. Door rustige bewegende beelden te gebruiken bij het ontwaken, wordt ze afgeleid van andere prikkels, met een positief effect op haar hele dag.”

Qwiek.up ADL interventie om onbegrepen gedrag bij cliënten met dementie te voorkomen of te verminderen

In het door ZonMw gesubsidieerde programma Goede Praktijkvoorbeelden Verpleging en Verzorging is in samenwerking met twee verpleeghuizen en onderzoekers van Zuyd Hogeschool een concrete handreiking ontwikkeld en geëvalueerd voor het gebruik van de Qwiek.up tijdens de ADL. Deze handreiking, getiteld “Onbegrepen gedrag bij ADL? Goed gebruik van de Qwiek.up” en de bijbehorende materialen, biedt verpleegkundigen, verzorgenden en het multidisciplinair team praktische ondersteuning om de Qwiek.up doelgericht in te zetten.

Deze aanpak is gebaseerd op zowel wetenschappelijke literatuur als de waardevolle expertise van verpleegkundigen en verzorgenden uit de praktijk. De resultaten van dit onderzoek en de ontwikkelde handreiking ondersteunen de potentie van de Qwiek.up om een positieve impact te hebben op de rust tijdens de dagelijkse zorgmomenten.

[Bron: Qwiek.up ADL interventie](#)

82,4%

De cijfers spreken: ervaren effectiviteit

De ervaringen in de praktijk worden ondersteund door positieve feedback van zorgprofessionals. Uit 95 klantevaluaties geeft maar liefst 82,4% van de ondervraagden aan dat de Qwiek.up effectief is in het verminderen van onbegrepen gedrag.





**“De prikkelarme
nacht kan onrust
triggeren bij mensen
met dementie.”**

Onrust tijdens de nacht: grote impact op de nachtdienst

De nacht. Een periode die in het teken zou moeten staan van rust en herstel. Maar voor veel ouderen met dementie is de nacht juist een periode van onrust. Wist je dat maar liefst de helft van hen kampt met slaapproblemen? De gevolgen hiervan zijn immens, niet alleen voor de bewoners zelf, die de broodnodige rust missen, maar ook voor de nachtdienst medewerkers, die keer op keer geconfronteerd worden met onrust, roepen en dwalen.



Hanneke van de Pol, expert op het gebied van dementiezorg, verwoordt het treffend in een recente LinkedIn-post: “Een aantal van onze bewoners is ’s nachts altijd in de weer. Ze komen uit bed, vragen om eten of roepen de hele tijd. Elke keer probeer ik uit te leggen dat het nog nacht is en dat ze moeten slapen, maar dat helpt niet.”

Veel mensen met dementie zijn ’s nachts onrustig. Ze komen uit bed, gaan roepen, bij andere mensen op de deur bonken, spullen verplaatsen, dwalen of eten.

Mensen met dementie hebben behoefte aan prikkels. En dan met name dynamische prikkels, dus prikkels die veranderen, zoals beelden of geluiden. Als het nacht is vallen al die prikkels ineens weg. Het is stil en donker. Voor iemand met dementie kan dat heel angstig zijn en het gevoel geven dat ze niet meer bestaan. Vervolgens gaan ze zelf prikkels opwekken. Niet fijn voor jou als naaste of als verzorgende in de nachtdienst en ook niet voor eventuele andere bewoners.

De oplossing is voor de hand liggend, zorg voor de juiste prikkels. Soms volstaat het om de tv of radio aan te laten. Anderen hebben meer baat bij een projector die dingen op het plafond projecteert, zoals de Qwiek.up.

Tegenwoordig kiezen veel zorgorganisaties ervoor om de nachtdienst te laten werken in pyjama of badjas. Want hoe verwarrend is het als je als persoon met dementie uit je bed komt, niet wetend hoe laat het is, misschien al een gedekte ontbijt tafel ziet en je komt iemand van de zorg tegen in kleding, die zegt dat het nacht is en dat je weer naar bed moet? Het is voor mensen dan lastig om de juiste context te snappen. Het klinkt een stuk logischer als je iemand in pyjama tegenkomt die zegt je weer moet gaan slapen en hij of zij dat ook gaat doen.

Verder is het belangrijk om overdag voor voldoende activiteiten te zorgen. Als iemand al de hele dag heeft liggen dutten in de stoel is het niet zo gek dat er ’s nachts niet meer geslapen wordt.

**“Elke keer probeer ik uit
te leggen dat het nog nacht
is en dat ze moeten slapen,
maar dat helpt niet.”**

Voor sommige mensen kan het helpen om druk uit te oefenen op lichaamsdelen. Dit kan door middel van een verzwaringsdeken of een gevulde handschoen met het gewicht van een echte hand. Soms kan de aanwezigheid van een knuffel of robotkat, of natuurlijk een echt huisdier rust geven.

Zoals Hanneke het uitlegt: de prikkelarme nacht kan onrust triggeren bij mensen met dementie. Onze hulpmiddelen kunnen daarbij helpen. Naast de Qwiek.up hebben we ook de Qwiek.snooze. Deze is specifiek ontworpen voor de nacht en kan met zachte geluiden, comfort bieden in de stilte.

Hanneke van de Pol en Freya Flach, oprichters van Zeg JA tegen dementie, verzorgen trainingen voor zorgprofessionals en mantelzorgers.

Casus Rivas Zorggroep: nachtelijke onrust verminderen met de Sterrenhemel module

Een bewoner heeft last van angst, voornamelijk in de nacht. Mevrouw is doof en heeft behoefte aan visuele prikkels. Mevrouw had met het vallen van de avond en nacht last van angsten. Bewoner schrikt van alles om haar heen, aanrakingen etc. Doordat mevrouw veel riep in de avond en nacht werden andere bewoners onrustig en konden bijvoorbeeld niet slapen.

We hebben de Sterrenhemel module van de Qwiek.up ingezet om haar in de eigen omgeving meer comfort te bieden, af te leiden waardoor ze minder angstig is en rustiger kan slapen. Mevr. vond het prettig,

was afgeleid en zichtbaar minder angstig. Hierdoor was de zorg minder beladen voor mevr. als voor de zorgverleners. Andere bewoners hadden geen 'last' meer van het roepen van mevr. waardoor zij gevoed werden in eigen onrust.

Mevrouw heeft geen last meer van angst tijdens het zorgmoment en bij het vallen van de avond en nacht. Hierdoor valt mevr. ontspannen in slaap zonder dat zij in paniek raakt. Het is prettig dat wij onze bewoners de dagelijks zorg kunnen bieden zonder dat bewoner angstig is. Omdat mevr., doof is, is communicatie erg moeizaam. Door haar visuele prikkels te bieden is de angst weg en kan je als zorgverlener kwaliteit van zorg bieden.

[Download hier het volledige Rivas-rapport en ontdek alle inzichten.](#)

Onrust bij veel aandacht vragen en tijdens de dienstwissel

In de dynamiek van de zorg komt het regelmatig voor: bewoners die voortdurend om aandacht vragen. We spreken dan vaak van claimend gedrag, waarbij iemand aanhoudend nabijheid zoekt, moeite heeft de aandacht te delen of moeilijk kan wachten tot hij of zij gehoord wordt.

Of denk bijvoorbeeld aan een bewoner die:

- regelmatig onnodig hulp of bijstand vraagt bij dingen die hij zelf al weet of aankan;
- hulp blijft vragen, ook als je die net al gaf;
- op allerlei manieren de aandacht op zich probeert te vestigen;
- dringende hulp of bijstand eist voor minder dringende zaken;
- dingen op een vanzelfsprekende, te nadrukkelijke, dramatische, denigrerende of dreigende manier vraagt.

Achter dit gedrag schuilt vaak een diepere psychische nood, een gemis aan geborgenheid. Onzekerheid, angst, eenzaamheid, verveling en verdriet kunnen allemaal aanleiding geven tot dit constante vragen om aandacht. Het is een manier om een leegte te vullen, een behoefte aan contact en geruststelling te uiten. (Bron: www.grenswijs.be)

Onrust tijdens de dienstwissel

We stelden onze community van zorg-professionals op LinkedIn de vraag: "Wat zijn de meest onrustige momenten op een doorsnee werkdag?". Het antwoord dat verrassend vaak terugkwam, was de dienstwissel. Misschien niet het eerste waar je aan denkt bij onrust, maar voor velen is het een piek. Of het nu de overgang rond 17:00 uur is – bezoek vertrekt, bewoners gaan eten, de nachtdienst start, deze momenten blijken vaak een onzichtbare mix van veel prikkels en veranderende gezichten.



"In gesprek met een Raad van Bestuur kregen wij te horen dat cliënten gemiddeld 17 keer per dag per persoon op de bel drukken – vaak puur om aandacht te vragen. Dat zijn behoorlijk wat momenten die veel aandacht en tijd vragen."

Paul Voncken, algemeen directeur Qwiek



“Als je ook aan de positieve kanten van seksualiteit en intimiteit aandacht besteedt, dan kan dat al zoveel voor mensen betekenen, maar ook probleemsituaties voorkomen”.

Ymke Kelders, Rutgers
Podcast Tussen zorg en innovatie



Onrust door seksuele behoeften

Ouderen willen niet alleen maar knuffelen. Ook binnen de muren van een verpleeghuis leeft een natuurlijke behoefte aan seksualiteit en intimiteit. En dat is volkomen normaal. Het negeren van deze diepgewortelde menselijke behoefte is als “een badeend onder water duwen: het komt altijd weer boven.” Helaas zien we maar al te vaak dat seksualiteit en intimiteit in zorgdossiers onbesproken blijven, of erger nog, dat er stilzwijgend van wordt uitgegaan dat deze behoeften er niet meer zijn. Dit zwijgen kan leiden tot onnodige onrust, een diep gevoel van ongeluk bij bewoners en ongemakkelijke situaties voor zowel het toegewijde zorgpersoneel als de bezorgde familie.

De cijfers hieronder laten een duidelijke kloof zien tussen de realiteit van de behoeften van bewoners en de aandacht die dit belangrijke aspect in de zorg vaak krijgt.

50%

Maar liefst 50% van de 70-plussers is nog seksueel actief.
(Bron: CBS, Rutgers)

1/5

Slechts 1 op de 5 zorginstellingen heeft een expliciet beleid rondom seksualiteit en intimiteit.
(Bron: Vilans, 2020)

De sensualiteit interventie van Qwiek

Vanuit deze constatering ontstond bij ons de drive om een waardevolle bijdrage te leveren. We willen de zorg ondersteunen in het openlijk erkennen en respectvol begeleiden van deze fundamentele levensbehoeften. In nauwe samenwerking met

seksuologe en GZ-psycholoog Ingrid van Kempen hebben we de Sensualiteit Interventie ontwikkeld. Deze doordachte en in Nederlandse verpleeghuizen uitgebreid geteste aanpak speelt in op de seksuele en intieme belevingswereld van jullie bewoners.

Wat houdt de Sensualiteit Interventie in?

De Sensualiteit Interventie bestaat uit een zorgvuldig samengesteld basispakket, dat naar wens kan worden aangevuld met drie verschillende varianten. Zo kan de interventie optimaal worden afgestemd op de unieke wensen en behoeften van elke individuele bewoner.



Voorkomen van ontremd gedrag

Door deze interventie preventief in te zetten, kun je seksueel ontremd gedrag helpen verminderen of zelfs voorkomen.



Inclusieve content

De modules zijn ontwikkeld met oog voor diversiteit in seksuele voorkeuren. Zo voelt elke cliënt zich gezien en gerespecteerd.



Ontwikkeld met experts

De interventie is tot stand gekomen in samenwerking met Ingrid van Kempen - seksuoloog en GZ-psycholoog.



Veilige en erkende contentleveranciers

Het beeldmateriaal is zorgvuldig geselecteerd en aangeleverd door erkende professionals zoals Meiden van Holland.



Bewezen effectief in de praktijk

De Sensualiteit Interventie wordt al succesvol ingezet door vele zorgorganisaties in Nederland.

Wetenschappelijk onderbouwd:

Minder onrust én minder medicatie

Videoprojecties als alternatief bij agitatie

Hoe breng je rust bij een oudere die verward binnenkomt op de spoedeisende hulp? Vaak grijpen we naar medicatie. Maar wat als je met beelden méér bereikt?

Een recente Duitse studie toont aan dat rustgevende videoprojecties, zoals aangeboden via de Qwiek.up, een krachtige interventie vormen bij acute onrust. Binnen 30 minuten verminderde agitatie aanzienlijk en was er minder noodzaak tot het geven van kalmerende middelen. Zonder bijwerkingen. Zonder ingewikkelde protocollen. Simpelweg door beeld en geluid in te zetten als zorginstrument.

Wat deze interventie zo krachtig maakt

De Qwiek.up projecteert rustgevende beelden, van natuur tot muziek, op muur of plafond. In het onderzoek werden beelden getoond van onder andere een aquarium, een wandeling door het bos en André Rieu in Wenen. De combinatie van vertrouwde muziek en kalme visuele prikkels zorgde bij ouderen met ernstige agitatie voor een merkbare daling van onrust.



Het effect was niet alleen subjectief voelbaar, maar ook objectief meetbaar met gevalideerde observatieschalen (RASS en Nu-DESC). En dat met minder medicatiegebruik: slechts 3 procent van de deelnemers in de videogroep had nog een kalmerend middel nodig, tegenover 33 procent in de controlegroep.

Concreet, toepasbaar en veilig

Wat dit onderzoek extra bijzonder maakt, is dat het werd uitgevoerd in de hectiek van een spoedeisende hulp. De beelden werden ter plekke op de muur of het plafond geprojecteerd. Er was geen voorbereiding nodig en het hulpmiddel kon

makkelijk door zorgpersoneel worden ingezet. Geen van de patiënten verslechterde onder invloed van de videobeelden, wat wijst op een veilige toepassing.

Voor de langdurige ouderenzorg betekent dit: rustgevende projecties zijn niet alleen helpend bij ADL-zorg of nachtelijke onrust, maar ook een krachtig alternatief voor vrijheidsbeperkende maatregelen zoals medicatie of fixatie.

Over het onderzoek

Dit open-label gerandomiseerde onderzoek werd uitgevoerd in een academisch ziekenhuis in München (LMU). In totaal werden 57 ouderen (65 jaar en ouder) met ernstige agitatie op de SEH geïnccludeerd. Zij werden gescreend met de 4-AT, en alleen patiënten met hoge scores op de Richmond Agitation-Sedation Scale (RASS van 2 of hoger) én de Nursing Delirium Screening Scale (Nu-DESC van 4 of hoger) werden opgenomen.

De interventiegroep kreeg gedurende 60 minuten videoprojecties via de Qwiek.up. De controlegroep kreeg standaardzorg. Uitkomstmaten waren de verandering in RASS en Nu-DESC na 30 en 60 minuten, en het gebruik van extra medicatie. De verschillen tussen de groepen waren statistisch significant ($P < 0.001$ voor beide observatieschalen; $P = 0.004$ voor medicatiegebruik).

Referentie: Güvec et al., *European Journal of Emergency Medicine*, 2024.

Bekijk [hier](#) het onderzoek



*De combinatie van
vertrouwde muziek en
kalme visuele prikkels
zorgde voor een merkbare
daling van onrust*



Qwiek®

Qwiek BV

Euregiopark 4
6467 JE Kerkrade

045 3690 510
hello@qwiek.eu
www.qwiek.eu