



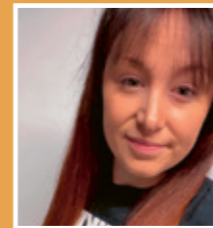
De Benenclub

IDENTIKIT



Nele Verpaelst

- Meer dan 10 jaar stafmedewerker Zorg; wondzorg, stoma, decubitus en infectiepreventie in West-Vlaanderen
- Verpleegkundige



Joni Vanluchene

- 7 jaar paramedisch winkeladviseur thuiszorgwinkel Goed Tielt
- Ergotherapeut/opvoedster

Heb je al gehoord van de Benenclub?

Nele, stafmedewerker bij het Wit-Gele Kruis West-Vlaanderen, vertelt dat het concept is overgewaaid uit het Verenigd Koninkrijk. Daar hebben ze 'leg clubs' om de zorg rond mensen met veneus lijden te verbeteren. Geïnspireerd door dit idee, sloeg Nele de handen in elkaar met referentieverpleegkundigen van de regio leper en richtten ze de eerste Benenclub op. Joni draagt als ergotherapeut haar steentje bij.

Auteur: Johanna Cooreman, stafmedewerker Verpleegkunde Wit-Gele Kruis van Vlaanderen

Hoe verloopt een Benenclub-avond?

Nele: "Om de twee à drie maanden organiseren we een Benenclub. Die bestaat telkens uit een informatiesessie, gevolgd door een gedeelte met bewegingsoefeningen en tot slot een interactief moment. Bij een hapje en een drankje kunnen patiënten en mantelzorgers dan met elkaar en met ons in gesprek gaan. Deelnemers hoeven geen patiënt te zijn bij het Wit-Gele Kruis. Iedereen is welkom."

Werk je hiervoor samen met andere zorgverleners?

Nele: "Ja, met verschillende zorgverleners! Zo is er vaatchirurg dokter Vanwiemeersch. Die gaat dieper in op pathologie en behandelingsmogelijkheden. Hij verschaft deze informatie op maat van de aanwezige patiënten en mantelzorgers. Elke avond heeft een andere insteek, zo werken we ook samen met een kinesist die de fysiologie en verschillende soorten oefeningen toelicht. En mijn collega-verpleegkundigen en ik geven meer uitleg rond compressietherapie en de mogelijke

duidelijkheid krijgen. Ik demonstreer alle innovatieve hulpmiddelen. De deelnemers aan de Benenclub kunnen ze van dichtbij bekijken en extra informatie vragen."

"Ik geef heel praktijkgerichte, concrete tips rond aanlegtechnieken en onderhoud van kousen, zodat mensen er meteen mee aan de slag kunnen. Ik vermijd moeilijk taalgebruik en vakjargon. Mijn achtergrond en mijn ervaring met klanten uit de thuiszorgwinkel zorgen ervoor dat ik alle info zeer toegankelijk kan brengen, doorspekt met ervaringen uit de dagelijkse praktijk. Ook heb ik zicht op noden, veelgestelde vragen en zaken waar mensen vaak mee worstelen."

Nele: "Voor ons als verpleegkundigen is Joni haar inbreng zeer nuttig. Tijdens de Benenclubs hebben we al veel kennis opgedaan die we zelf kunnen gebruiken en uitdragen naar onze collega's."

Joni: "Het is voor mij een fijne ervaring om mee te werken aan de Benenclub. De deelnemers zijn heel enthousiast en ik heb het gevoel dat ik ze iets kan bijbrengen dat een echte hulp is voor elke dag. Mensen weten mij achteraf ook te vinden voor bijkomende vragen. Dat toont voor mij aan dat de aanwezigheid van de sessie echt waardevol vinden."

Welke voordelen heeft de Benenclub voor jullie patiënten?

Nele: "Na elke Benenclub vragen we de aanwezige patiënten wat ze van de avond vonden, en of ze verdere informatie- of andere noden hebben. De resultaten van die bevragingen

hebben we gebundeld."

Joni: "Patiënten zijn tevreden over het verloop en de inhoud van de Benenclubs. Ze geven ook aan dat ze het positief vinden dat ze bij elkaar terecht kunnen met persoonlijke verhalen en tips. Dat werkt onderling motiverend."

Nele: "We zagen bij de deelnemers dat ze niet systematisch hun compressie gebruikten en er eigenlijk ook weinig kennis rond hadden. Na een Benenclub zien we duidelijk de intentie om hun oefeningen frequenter thuis uit te voeren. We zien jammer genoeg echter geen stijging of intentie om de compressietherapie meer aan te wenden. Dit toont de nood aan verdere educatie, stimulatie en motivatie."

Hoe ziet de toekomst eruit voor de Benenclub?

Nele: "Ik blijf mij inzetten om patiënten meer bewust te maken van veneuze insufficiëntie en het belang van compressietherapie. Ook de samenwerking met andere zorgverleners, zoals Joni, ervaar ik als een groot pluspunt. Ik ben dus vastbesloten om de Benenclub voort te zetten en te blijven evolueren. Zo gaat de Benenclub sinds het voorjaar niet meer 's avonds door, maar in de namiddag in dienstencentra in de ruime regio rond Kortrijk en Leper. Ook het concept is licht aangepast. Hoewel het een uitdaging blijft om patiënten te bereiken, blijf ik me inzetten om dit waardevolle initiatief uit te breiden en collega's uit de regio die interesse hebben getoond te betrekken."

