

Voorkomen van heropnames

Patiënten die binnen één week nadat ze uit het ziekenhuis zijn ontslagen een huisbezoek krijgen, hebben minder kans om binnen dertig dagen weer opgenomen te worden. Gestructureerde visites op initiatief van de huisarts hebben een beter effect dan wanneer de patiënt hier vanwege klachten zelf om moet vragen. Dit blijkt uit een Amerikaans onderzoek.

Gedurende vier jaar werd van alle patiënten die ontslagen werden uit een ziekenhuis geregistreerd of zij binnen dertig dagen weer opnieuw opgenomen werden. Van de ruim 70.000 personen met een gemiddelde leeftijd van 75 jaar, werd een deel binnen zeven dagen thuis bezocht en werden protocollair een aantal controles uitgevoerd, uitleg

gegeven en waar nodig controleafspraken gemaakt. Een deel werd op verzoek van patiënten of familie thuis bezocht naar aanleiding van een specifieke hulpvraag. Een derde groep kreeg geen bezoek van een praktijkmedewerker na ontslag. Tien procent van alle patiënten moest binnen 30 dagen opnieuw opgenomen worden. De groepen zijn niet gerandomiseerd, maar naar willekeur ingedeeld. Patiënten die een geprotocolleerd huisbezoek kregen hadden bijna 25% minder kans om binnen dertig dagen weer opgenomen te worden ten opzichte van de patiënten die niet bezocht werden. Alle patiënten die ongeacht de aanleiding een huisbezoek kregen, hadden nog 12% vermindering van de kans op ziekenhuisopname ten opzichte van patiënten die helemaal niet bezocht werden. Opvallend was dat bij chirurgische patiënten het krijgen van een huisbezoek niet van invloed

was op de kans van een heropname. Een contact met de patiënt binnen zeven dagen na ontslag uit het ziekenhuis, of dit nu door de huisarts, poh of praktijkverpleegkundige gedaan wordt, kan leiden tot een significante vermindering van het aantal heropnames. De effecten zijn groter als het een gestructureerd contact betreft waarbij op een geprotocolleerde wijze aandacht wordt besteed aan punten die van belang zijn voor een goede transitie van de ziekenhuis- naar de thuissituatie. Eindelijk dan een eenvoudige interventie die wél succesvol is in de ouderenzorg. ■

Bèr Pleumeekers

Shen E, et al. Association of a dedicated post-hospital discharge follow-up visit and 30-day readmission risk in a Medicare Advantage population. JAMA Intern Med. Published online 21 November 2016. Doi:10.1001/jamaintern-med.2016.7061.

Fitter door fitness bij borstkanker

Bewegen tijdens de behandeling van kanker is populair, maar wat levert het op? Kwaliteit van leven en stemming verbeteren niet door sporten, zo blijkt uit een recente Cochrane-review. Wel lijkt er enig positief effect te zijn op vermoeidheid.

Vrouwen met borstkanker leven steeds langer en met minder recidieven door verbetering en uitbreiding van het therapeutisch arsenaal. Daar staat tegen-

over dat steeds meer vrouwen steeds langer adjuvant behandeld worden, met de nodige bijwerkingen. Bewegen wordt als een mogelijk nuttig middel tegen deze bijwerkingen gezien. In deze Cochrane-review werd onderzocht wat de effecten zijn van aerobe en weerstandstrainingen ('sportschoolactiviteiten') op fysiek welbevinden, vermoeidheid, kwaliteit van leven, depressie en cognitief functioneren.

In totaal werden 32 gerandomiseerde onderzoeken gevonden met daarin 2626 vrouwen. Het aantal onderzoeken bleek verviervoudigd ten opzichte van de vori-

ge review, wat iets zegt over de interesse die er is in het onderwerp. De kwaliteit van de meeste onderzoeken was redelijk, maar soms ook matig. Er werden alleen effecten gevonden op lichamelijke fitheid en vermoeidheid. Mogelijk is dit te verklaren door de deels matige kwaliteit van de onderzoeken. Bij alle onderzoeken op dit vlak is het ontbreken van blinding een van de methodologische beperkingen. Niet onverwacht was het aantal gevonden 'adverse events' zeer beperkt.

Het is voor de huisarts goed om te weten dat deze effecten bestaan. Vaak worden fysieke activiteiten en begeleiding tijdens de behandeling in de tweede lijn al aangeboden. Patiënten zijn niet altijd gemotiveerd en stellen vragen over de zin ervan. Daarnaast is beweging een mogelijk nuttig zelfzorgadvies bij vermoeidheidsklachten tijdens en na behandeling met chemo- of radiotherapie. ■

Sjoerd Hobma



Foto: Pixabay

Furmaniak AC, et al. Exercise for women receiving adjuvant therapy for breast cancer. Cochrane Database Syst Rev 2016;9:CD005001.