

ZES TOOLS OM PICS TE DETECTEREN IN HUISARTSGENEESKUNDE

	VERHOOGD RISICO BIJ	UIT TE VOEREN TESTEN
FYSIEKE SYMPTOMEN	• Ernst van de aandoening die een lang verblijf op de intensive care vereiste • Gevorderde leeftijd	1. MOBILITEIT: TIMED UP-AND-GO (TUG) 2. SPIERZWAKTE: HAND DYNAMOMETER
PSYCHISCHE SYMPTOMEN	• Reeds bestaande psychische problemen • Indringende traumatische herinneringen • Volledige amnesie van het verblijf in IC • Vroege tekenen van angst en depressie bij ontslag	1. DEPRESSIE: WHOOLEY VRAGEN 2. ANGST: GAD-2 TEST
PICS-F	• Vrouwelijk familielid • Beperkte autonomie van de patiënt	
COGNITIEVE SYMPTOMEN	• Perioden van waanbeelden tijdens het verblijf op IC (vooral bij vele en/of lange perioden)	1. ALGEMENE COGNITIEVE FUNCTIE: MINI-COG 2. VERBALE WOORDVLOTHEID: ANIMAL NAMING

FYSIEKE SYMPTOMEN

MOBILITEIT: *TIMED UP-AND-GO (TUG)*

Benodigd materiaal

- een stoel tegen een muur (zodat hij stabiel staat)
- een markering op de vloer op 3 meter van de stoel, zonder obstakels ertussen
- een chronometer

Test

Vraag de patiënt om op te staan van de stoel en om (met een comfortabele snelheid) tot aan de markering op de vloer te stappen, daarna terug te keren en weer op de stoel te gaan zitten. Meet de tijd die nodig is tussen het 'startsignaal' en het moment dat de patiënt weer in de stoel zit.

Resultaat

Tijd hoger dan onderstaande waarden wijzen op een beperkte mobiliteit

≤ 60 jaar: 9 seconden

61-79 jaar: 14 seconden

≥ 80 jaar: 19 seconden

SPIERZWAKTE: *HAND DYNAMOMETRIE*

Benodigd materiaal

- een handdynamometer



Test

De patiënt zit (indien mogelijk) met de dominante arm in een hoek van 90 graden. Vraag hem/haar om enkele seconden met maximale kracht op het handvat te knijpen, zonder de positie van de arm te veranderen. Herhaal de oefening 3 keer en bereken het gemiddelde van de resultaten.

Resultaat

De waarden die spierzwakte aangeven, zijn de volgende:

- Mannen: ≤60 jaar: 25kg; 61-79 jaar: 23kg; ≥80 jaar: 19kg
- Vrouwen: ≤60 jaar: 15kg; 61-79 jaar: 14kg; ≥80 jaar: 13kg

(Deze waarden zijn indicatief, het is mogelijk dat de instructies bij het apparaat andere waarden vermelden)

PSYCHISCHE SYMPTOMEN

DEPRESSIE : *WHOOLEY VRAGEN*

- **Ben je de voorbije maand in je dagelijks leven frequent gehinderd geweest door depressieve gevoelens of hopeloosheid?**
- **Ben je in de voorbije maand frequent gehinderd geweest door weinig interesse of weinig plezier in de dingen die je deed?**

Resultaat

Een JA-antwoord op een van de vragen (een of twee) is een teken van de aanwezigheid van depressieve gevoelens die verder onderzoek vereist.

ANGST: *GAD-2 TEST*

Hoe vaak hebt u de afgelopen 2 weken last gehad van de volgende problemen?

- **zich zenuwachtig, ongemakkelijk of gespannen gevoeld?** (helemaal niet = 0, verschillende dagen = 1, meer dan de helft van de dagen = 2, bijna elke dag = 3)
- **niet kunnen stoppen met piekeren of om controle te krijgen over het piekeren?** (helemaal niet = 0, verschillende dagen = 1, meer dan de helft van de dagen = 2, bijna elke dag = 3)

Resultaat

Een totaalscore ≥3 wordt beschouwd als positief voor de screening van angst.

COGNITIEVE SYMPTOMEN

ALGEMENE COGNITIEVE FUNCTIE: *MINI-COG*

(www.health.belgium.be/nl/mini-cog)

Test

Stap 1: Herhaling van drie woorden

Kijk de persoon recht in het gezicht en zeg: « Luister goed. Ik ga drie woorden zeggen die u meteen moet herhalen en daarna moet proberen te onthouden. Het zijn de woorden [kies uit een lijst van woorden van de versies hieronder]. Kunt u ze herhalen? »

Lijsten van 3 woorden:

Banaan / Zonsopgang / Stoel

Chef / Seizoen / Tafel

Dorp / Keuken / Baby

Rivier / Natie / Vinger

Kapitein / Tuin / Afbeelding

Meisje / Paradijs / Berg

Geen score in deze stap. Ga naar stap 2 als de persoon de woorden niet kan herhalen na 3 pogingen.

Stap 2: Kloktest

Vraag de persoon: "Ik ga u vragen om een klok te tekenen en alle cijfers op de juiste plaats te zetten." Daarna vraagt u de persoon om de wijzers op 11.10 u. te zetten.

Een juiste klok is 2 punten waard. Een juiste klok bevat alle cijfers in de juiste volgorde en ongeveer in de juiste positie (12, 3, 6 en 9 op de windstreken), zonder dubbele noch ontbrekende cijfers. De wijzers wijzen naar 11 en 2 (hun lengte telt niet mee). In geval van onvermogen of weigering: 0 punten.

Stap 3: Zich drie woorden herinneren

Vraag de persoon om de drie woorden uit stap 1 te herhalen.

Elk woord dat zonder hulp juist wordt herhaald is één punt waard.

Resultaat

Tel de punten van stappen 2 en 3 op. Een totaal score lager dan 3 punten geeft aan dat de persoon cognitieve beperkingen heeft en is een indicatie voor verder onderzoek.

VERBALE WOORDVLOTHEID: ANIMAL NAMING

Test

Vraag de persoon om in 60 seconden zoveel mogelijk namen van dieren te noemen.

Resultaat

Als de persoon binnen de gestelde tijd minstens 14 dieren kan noemen, heeft hij/zij geen problemen met verbale woordvlotheid.