Vier op de tien ouderen kunnen niet rekenen op hulp bij dagelijkse activiteiten

[Geriatrie](https://www.mediquality.net/nl/group/MediQuality/medical?p_p_id=101_INSTANCE_D5Cj60cFGyKU&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=4&p_r_p_564233524_categoryId=10692)

Druk Vier op de tien ouderen kunnen niet rekenen op hulp bij dagelijkse activiteiten af



**BRUSSEL 03/07 - Vier op de tien ouderen die beperkt zijn in dagelijkse activiteiten zoals in en uit het bed stappen, zichzelf aan- en uitkleden of het toilet gebruiken, konden hiervoor in 2018 niet op hulp rekenen. Onder hen zou 20 procent toch echt hulp nodig hebben, schrijft de federale gezondheidsinstelling Sciensano in haar vijfjaarlijkse gezondheidsenquête.**

Uit het onderzoek blijkt dat het aantal ouderen met beperkingen in dagelijkse activiteiten relatief daalt, maar dat dit toch te hoog blijft, vooral bij 75-plussers.

Eén op de acht ouderen geeft namelijk aan vanwege gezondheidsredenen beperkt te zijn tot zijn huis, tuin, bed of zetel wat betreft de bewegingsvrijheid.

Ook voor het uitvoeren van huishoudelijke taken zoals maaltijden klaarmaken, de telefoon gebruiken of boodschappen doen ondervinden veel ouderen beperkingen. Ook hier zegt één op vier niet op hulp te kunnen rekenen.

De wetenschappers van Sciensano pleiten voor een beleid dat langdurige beperkingen probeert te voorkomen door oudere personen zolang mogelijk actief en in goede gezondheid te houden en een verdere uitbouw van de mantelzorg en professionele zorg.

Daarnaast heeft de organisatie voor het eerst gepeild naar de kwetsbaarheid van ouderen. Het gaat dan over zwakke spierkracht, afname van de loopsnelheid, een gebrek aan lichaamsbeweging, gebrek aan energie en een verminderde eetlust. "Kwetsbaarheid kan worden beschouwd als een voorstadium van ernstige gezondheidsproblemen, maar is ook omkeerbaar", aldus Sciensano.

Kwetsbaarheid bij ouderen komt het vaakst voor in het Brussels Gewest (28,1 procent), gevolgd door het Waals Gewest (23,9 procent) en het Vlaams Gewest (21,5 procent). De instelling wil dat er wordt ingezet op preventie en vroegtijdige detectie van kwetsbaarheid. Volgens haar zou dit ertoe kunnen bijdragen dat belangrijke problemen die geassocieerd zijn met de vergrijzing, zoals chronische ziekten, en druk op de gezondheidszorg kunnen worden teruggedrongen.