

De rol van de ergotherapeut bij slaapproblematiek in de langdurige zorg

- Slaap is cruciaal voor gezondheid en gedrag bij cliënten met een verstandelijke beperking.
- Slaapproblemen komen vaak voor bij cliënten met een verstandelijke beperking (VB); voor 50-plussers met een verstandelijke beperking kan dit oplopen tot 70%!
- Ergotherapeutische interventies dragen bij aan betere slaap.
- Slaapproblematiek vraagt om een multidisciplinaire aanpak, bijvoorbeeld in de vorm van slaapteams. De ergotherapeut maakt onderdeel uit van het slaapteam.

ERGOTHERAPEUT IS ONMISBAAR BIJ SLAAP

De ergotherapeut heeft een brede kijk op factoren die slaap beïnvloeden:



TOEGEVOEGDE WAARDE VAN DE ERGOTHERAPEUT IN SLAAPTEAM

De ergotherapeut kijkt naar alle factoren die de slaap beïnvloeden en deelt kennis over:

- Goede slaapzorg begint overdag
- Stressvermindering
- Belasting/ belastbaarheid in kaart
- Anders verlopende prikkelverwerking of prikkelverwerkingproblemen
- Zet een ergotherapeut in bij de eerste signalen van slaapproblemen (zie [stroomschema zorgproces](#))



De richtlijn [Gezonde slaap en slaapproblemen](#) (SKILZ) biedt handvatten om cliënten met slaapproblemen goede zorg te bieden.

(Bekijk [hier](#) de samenvatting).