

UPDATE: Gezond door de Nacht

Om tevreden personeel te houden, nieuw personeel aan te trekken en betere zorg te leveren, heeft het Brabantse Jeroen Bosch Ziekenhuis geïnvesteerd in gezond werken in de nacht. Het resultaat: zorgmedewerkers die het er unaniem over eens zijn dat hún werkplek de fijnste is.

Dat nachtdiensten schadelijk zijn voor de gezondheid, tonen rapporten al langere tijd aan. Maar: nachtdiensten horen er nu eenmaal bij als je in de zorg werkt, is de heersende gedachte. ‘Van dat idee zijn we afgestapt. Om nu en in de toekomst goede zorg te verlenen en tevreden personeel te hebben, zijn we als eerste in het land op de Intensive Care gestart met maatregelen om de nachtdiensten bewust anders aan te pakken’, aldus het hoofd unit intensive care. Voorlichting, het aanbieden van gezonde voeding in de nacht, meer oog voor de balans tussen werk en privé en flexibele roostering zijn de spil van dit Koploperproject.

Update Gezond door de Nacht

Dit initiatief is in juni 2020 Koploper geworden, de tekst heeft in april 2023 een update gekregen.

Momenteel bevindt dit project zich in de opschalingsfase. Het project is gestart op de intensive-careafdeling, maar is inmiddels uitgerold op meerdere afdelingen van het Jeroen Bosch ziekenhuis. Ook andere ziekenhuizen hebben dit initiatief overgenomen.

Daarnaast is het initiatief uitgebreid met het onderdeel ‘slaap en licht’. Verminderde kwaliteit van slapen blijkt van invloed op het functioneren van medewerkers. Onderzocht wordt welke invloed licht hier op heeft. Door nu aandacht te besteden aan de schadelijke effecten van nachtwerk en het verbeteren van slaapkwaliteit, wordt mogelijk de verloopintentie van verpleegkundigen ingeperkt.

De aandacht verschuift hierbij steeds meer van verzuim naar preventie.

Niet bestrijden maar voorkomen. Investeren in de vitaliteit en werkplezier van medewerkers loont.

Meer informatie over de invloed van licht:

Originele tekst begint hier

Wat levert het op?

De resultaten van dit Koploperproject zijn niet mals. Er is een forse afname van ongezond eten in de nachtdiensten, het aantal incidenten of bijna-incidenten in de nacht is afgenomen doordat medewerkers uitgerust zijn, het ziekteverzuim is structureel omlaag gegaan, teams ervaren meer draagkracht en een positieve werksfeer, er is minder uitstroom van personeel en een grotere instroom van nieuwe verpleegkundigen. Goed

voor elkaar zorgen is in de teams nu een speerpunt geworden. De balans tussen werk en privé komt standaard in jaargesprekken aan bod, maar is tussentijds ook altijd een aandachtspunt.

Wat kunnen andere organisaties leren van dit voorbeeld?

"Het is makkelijk jezelf te laten ontmoedigen door een kostenplaatje en de verantwoording van cijfers of de praktische uitvoering van deze maatregelen binnen je eigen afdeling, bedrijf of unit. Maar uiteindelijk liegen de cijfers in de gezondheidsrapporten er niet om, je móét iets doen. Het gewoon gaan doen en het risico durven lopen is hierbij van groot belang. Zoek vooral medestanders, mensen die net zo enthousiast zijn als jij en maak gebruik van elkaars kennis, enthousiasme en netwerk. Zorg voor een goed draagvlak op de plek waar je wilt beginnen en wees creatief"

Hoofd Unit Intensive Care

Waarom is dit een goed voorbeeld?

De schadelijke effecten van nachtwerken zijn niet gering: je verstoort de biologische klok, raakt vermoeid en kunt er langdurige gezondheidsklachten aan overhouden. De Gezondheidsraad heeft daar helder wetenschappelijk bewijs voor neergelegd. Dit maakt werken als verpleegkundige minder aantrekkelijk. Bovendien: vermoeid werken in de nacht heeft incidenten als gevolg, zoals verkeerde medicatie, het onjuist uitvoeren van interventies en verkeersrisico's tijdens de rit naar huis. Werkgevers in de zorg moeten maatregelen treffen om de effecten van nachtwerk te beperken. Dit voorbeeld van het Jeroen Bosch Ziekenhuis laat zien hoe je gezond werken in de praktijk kunt vormgeven, met indrukwekkende resultaten.

Bekijk ook de aflevering van Actie Leer TV 1 op 1 met Gezond door de Nacht hier:

<https://youtu.be/Bhws-cLZ8yk?rel=0>

https://youtu.be/ooNTy_lJdPo?rel=0

Wil je meer weten of heb je vragen over dit Koploperinitiatief? Neem contact op met Angela Groenen

Angela Groenen

IC verpleegkundige/Projectondersteuner

[073 553 26 81](tel:0735532681)

a.groenen@jbz.nl