



GEZOND OUDER WORDEN

Het Integraal Centrum Gezond Oud(er) Worden en organisaties van CAM-artsen



organiseren het symposium

GEZOND OUD(ER) WORDEN

5 juni 2010

Universiteit van Maastricht
Maastrichtzaal, Universiteitssingel 40

INLEIDING

Het Integraal Centrum Gezond Oud(er) Worden, vertegenwoordigd door het Centrum voor Integrale Gezondheidszorg en het postgraduate onderwijsinstituut voor klinische voeding MINT, organiseert in samenwerking met organisaties van CAM-artsen op 5 juni 2010 het symposium Gezond Oud(er) Worden. Op dit ogenblik is 15% van de bevolking boven de 65; in 2040 zou dat boven de 26% uitkomen. Dit komt niet alleen door de babyboomers, maar ook door de toename van de leeftijd. De vraag is echter hoe men gezond oud(er) kan worden. We moeten ons daarbij realiseren dat de mens doorgaans niet sterft door ouderdom, maar door ouderdomskwalen. Wat zijn ouderdomskwalen en hoe kunnen we dit voorkomen? In dit symposium zullen onderstaande sprekers pogen U te prikkelen en te inspireren omtrent gezondheid en ziekte, de invloed van voeding en ondervoeding, woonomgeving en welbevinden, het gebruik van orthomoleculaire producten in de praktijk en de zin en onzin van medicijngebruik.

Programma 5 juni 2010

08.45 – 09.15 Aanmelding en inschrijving

09.15 – 09.25 Opening door de Maastrichtse wethouder voor volksgezondheid

09.25 – 09.30 Inleiding door Yvonne Coolen

09.30 – 10.15 Fred Brouns: Life stage targeted healthy food

Er zijn steeds meer gegevens die erop wijzen dat de samenstelling van de voeding vanaf het prille begin, tijdens de ontwikkeling in de buik van de moeder, en gedurende de vroege kinderjaren daarna van blijvende invloed kan zijn. Dit betreft niet alleen de groei en ontwikkeling van organen maar ook het optreden van ziekten op latere leeftijd.

Dit heeft ertoe geleid dat er bijzondere aandacht ontstond voor een gezonde samenstelling van het dagelijkse eten enerzijds en de mogelijkheid om d.m.v. toevoer van specifieke componenten de gezondheid te ondersteunen, anderzijds.

Enkele van de bekendste voorbeelden op het gebied van “health targeted Nutrition” betreft het verrijken van voedingsmiddelen met bepaalde voedingsstoffen. Bijvoorbeeld het joderen van zout en het gebruik ervan in brood ter voorkoming van schildklier hormoondefecten, en het toevoegen van foliumzuur aan meel en daarmee aan brood ter voorkoming van spina bifida. De Barker hypothese luidde jaren geleden al dat voeding op jonge leeftijd het optreden van chronische ziekte op latere leeftijd beïnvloedt. En zo is er ook een steeds langere lijst van onderzoeken die bijvoorbeeld laten zien dat een voldoende toevoer van specifieke nutriënten tijdens de zwangerschap van groot belang kan zijn op de ontwikkeling en het functioneren in de jaren die erop volgen. Maar er is meer! Onze darmflora krijgt zijn “stempel” in de eerste dagen ex uterus. Het voedingsgedrag dat wij ons gehele leven “verankert” met ons meedragen, wordt met grote waarschijnlijkheid in onze eerste levensjaren ontwikkeld. Het optreden van een flink overgewicht op zeer jonge leeftijd, zoals wij dat thans in vele scholen zien, zal ertoe bijdragen dat in type 2 diabetes, hartinfarcten, gewrichtsklachten, etc, in de nabije toekomst op veel jongere leeftijd zullen optreden. Preventie van “ziekte op latere leeftijd” moet dus al aanvangen tijdens onze jeugd. Als we de winst die wij daar kunnen behalen goed benutten dan is het behouden van een gezonde lichaam d.m.v gepaste voeding op latere leeftijd met alle waarschijnlijkheid gemakkelijker. Een aantal aspecten van gezonde voeding tijdens de verschillende levensfasen zal worden besproken.

10.15 – 11.00 Jos Schols: Ondervoeding in de Nederlandse zorg; vaak nog onvoldoende onderkend!

In zijn voordracht zal Schols ingaan op resultaten van de Landelijke Prevalentiemeting Zorgproblemen (LPZ) die jaarlijks vanuit de Universiteit Maastricht uitgevoerd wordt binnen Nederlandse ziekenhuizen, zorginstellingen en thuiszorg.

De focus in deze presentatie ligt op het zorgprobleem ondervoeding.

Aan de orde komen de vragen:

Wat is de prevalentie van ondervoeding in de Nederlandse zorg?

En

Hoe zit het met de kwaliteit van de voedingszorg in Nederland?

Aandacht wordt ook besteed aan het belang van bewustwording voor de relevantie van dit probleem en de rol die de LPZ hierbij speelt.

11.00 – 11.30 Pauze en bezoek aan de stands

11.30 – 12.15 Hans van Montfort: Hart en bloedvatziektes

Met stip zijn de hart en bloedvatziektes nog steeds de grootste doodsoorzaak in onze cultuur. Dit heeft de geneeskunde ertoe gebracht vooral in te zetten op de preventieve zorg en dus de behandeling van risico's in plaats van ziekte. De complicatie hierbij is dat de arts met de mogelijke bijwerking van een medicatie een gezond mens ziek kan maken. De vraag is dus waar werkelijk ingegrepen moet worden en hoe we zonder complicaties preventief kunnen handelen. In de voordracht gaat van Montfort in op de meting van de lipidenstofwisseling en laat hij zien dat alleen bepaalde onderdelen van de cholesterol het risico verhogen. Daardoor kan iemand met een normaal totaal cholesterol wel gevaar lopen en iemand met een hoog totaal cholesterol kan buiten de risicogroep vallen. Van Montfort laat zien dat we toe moeten naar individuele adviezen aan de hand van het feit dat het mediterrane dieet niet voor iedereen geschikt is als preventie van hart en bloedvatziekte. Daarnaast toont hij hoe we de bloedvatconditie kunnen meten m.b.v. de echo. In de behandeling wordt ook ingegaan op preparaten als vitamine K2 en nattokinase.

12.15 – 13.00 Victor de Leeuw: ZorgeNLoos Living

De kwaliteit van gebouwen voor de gezondheidszorg is van groot belang voor de gebruikers en de eindgebruikers. Voor de duurzaamheid van ons zorgsysteem is deze kwaliteit echter van ondergeschikt belang. Een zoektocht naar de ideale verzameling gebouwen voor de gezondheidszorg in 2025, resulteerde in een systeem waarmee de zorg weer kan worden georganiseerd in de samenleving. Door de zelfredzaamheid van het individu te vergroten en te zorgen voor coaching en zorgbemiddeling op buurtniveau ontstaat een zorgsysteem dat voor iedereen toegankelijk is en kan blijven. Op deze wijze kan een duurzame oplossing ontstaan voor de tweedeling in de zorg en het probleem van de betaalbaarheid van de toenemende vraag naar zorg, kortom 'ZorgeNLoos Living'.

13.00 – 14.00 Pauze en lunch

14.00 – 14.45 Annemie Schols: Het ontregeld metabolisme als factor in de geneeskunde

Veel ziekten worden gekenmerkt door een ontregelde stofwisseling die grote gevolgen heeft op het ziekteproces. Zowel leefstijl als ziektespecifieke factoren dragen hiertoe bij. Schols zal ingaan op de toegevoegde waarde van voeding in een geïntegreerde aanpak van chronische ziekten. Die effecten zijn vaak heel subtiel waardoor ze lastiger wetenschappelijk te bewijzen zijn dan effecten van medicijnen. In Maastricht is begonnen met het onderzoek naar voeding en beweging voor mensen met COPD in de eindfase van hun ziekte. Daar bleek grote winst te halen. Nu wordt aangetoond dat ook in de beginfase van de ziekte een preventieve werking kan uitgaan van een dergelijke geïntegreerde aanpak. En we zien dat bij heel veel andere ziekten er ook winst gehaald wordt met voeding.

14.45 – 15.30 Eric Rentz: The use of silverhydrosol in chronic wound healing

Deze voordracht is in het Engels.

In de geneeskunde zien we steeds meer problemen rond chronische infecties. Ziekteverwekkers worden resistent tegen de diverse behandelingen; ze muteren, zijn soms polymorf of zijn nooit gevoelig geweest voor de anti-infectieuze therapie. Vooral bij ouderen komt daar nog eens een verminderde doorbloeding of immuniteit bij, waardoor wondgenezing bemoeilijkt wordt. Als mogelijke behandeling zal Rentz de zilverhydrosol presenteren. Hij zal primair de biochemie, de farmacokinese en de dynamiek van zilverhydrosol bespreken. De werking op infecties in het algemeen wordt uitgelegd en ook de toxicologie. Daarna zal hij specifiek op de wondgenezing ingaan. Hij zal het ook niet laten even in te gaan op zijn huidige researchproject naar de bacteriële diarree in Afrika.

15.30 – 16.00 Pauze en bezoek aan de stands

16.00 – 16.45 Ruud Coolen van Brakel: Verslik U Niet

Ouderen zijn de grootste zorgconsumenten. En met de trend om naast ziekten ook steeds meer risico's te gaan behandelen, slikken ze meer en meer. Problemen met polyfarmacie zijn legio, therapietrouw is een groot probleem en het beheer van eigen medicatie wordt steeds ingewikkelder. Hoe zinvol is dat massaal groeiende gebruik, waar zitten de grenzen en welke maatschappelijke fenomenen spelen een rol. Kern van de boodschap: ouderen hoeven niet alles te slikken, letterlijk niet en figuurlijk niet. De toekomstige oudere zal naar verwachting meer regie over zijn eigen medicijngebruik gaan nemen, maar is hij daar wel toe uitgerust?

16.45 – 17.00 Yvonne Coolen, Slotwoord

17.00 Sluiting en afsluitende borrel

Over de sprekers

Dagvoorzitter: Yvonne Coolen, coach/bewustzijnstrainer en directeur van het Centrum voor Integrale Gezondheidszorg. Zij brengt verschillende partijen in de Gezondheidszorg bij elkaar om nieuwe projecten op te zetten en te ontwikkelen om tot een integraal gezondheidszorg beleid te komen. Ook is zij schrijver in het project SamenLekkerFit dat op scholen uitgebracht wordt en waarvan ook een serie zal uitkomen voor senioren. Zij is directeur en medeoprichter van het Integraal centrum Gezond oud(er) worden en medeoprichter van de Van Montfort polikliniek voor onbegrepen klachten.

Fred Brouns is programmaleider “Innovatie Gezonde Voeding”, aan de Universiteit Maastricht, afdeling humane biologie, Faculty of Health, Medicine and Life Sciences. Hij promoveerde aan de Universiteit van Maastricht op het onderzoek “Food and Fluid Related Aspects in Highly Trained athletes”, waarvoor hij de Nederlandse prijs voor sportgeneeskunde ontving, en kreeg fellow-ships van het American College of Sports Medicine en het European College of Sports Sciences toegewezen. Fred Brouns heeft >30 jaar academische en industriële ervaring op het gebied van wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van voeding en voedingsstoffen op het lichamelijk functioneren en gezondheid. Hij is bestuurslid van de Nederlandse Academie voor Voedingwetenschappen en wereldwijd spreker op het gebied van voeding, bewegen en gezondheid.

Jos Schols is hoogleraar ouderengeneeskunde aan het MUMC+. Daarnaast is hij als specialist ouderengeneeskunde en manager van de dienst Behandeling&Begeleiding werkzaam bij Vivre, een grote zorginstelling in Maastricht e.o..Hij is actief betrokken bij wetenschappelijke -en praktijkprojecten die de kwaliteit van de ouderenzorg in het algemeen en de verpleeghuiszorg in het bijzonder én ook de medische zorg voor ouderen beogen te verbeteren. Hij is betrokken bij diverse epidemiologische studies en klinische trials m.b.t. fragiele ouderen. Daarnaast was hij lid van de Commissie van de Gezondheidsraad die het rapport Ouderdom komt met gebreken (Den Haag: 2008) maakte. Dit rapport lag ten grondslag aan het nu lopende Nationaal Programma Ouderenzorg. Verder is hij senior onderzoeker bij de Landelijke Prevalentiemeting Zorgproblemen van de Universiteit Maastricht, als deskundige betrokken bij de evaluatie van de opgestelde normen voor ‘verantwoorde zorg’ voor zorginstellingen, lid van de Commissie Ondervoeding bij Ouderen van de Gezondheidsraad en lid van de Commissie Patiëntveiligheid van ZonMw.

Hans van Montfort, arts in het Centrum voor Integrale Gezondheidszorg, gevestigd in het BioPartner 3 Center te Maastricht. In dit Centrum participeren Universiteit, Academisch Ziekenhuis en overheid om innovatie in de gezondheidszorg te stimuleren. Jarenlang was hij secretaris van de Internationale Gesellschaft für Thymologie und Immuntherapie, waar hij nu nog lid is van de wetenschappelijke raad. In 1995 kreeg hij de onderscheiding als lid van verdienste. Hij was in die tijd ook redactiesecretaris van het “International Journal of Thymology”. In de jaren ‘80 werkte hij in de gezondheidsraad mee aan het rapport “Alternatieve behandelwijzen en wetenschappelijk onderzoek” dat in 1993 gepubliceerd werd. Op dit ogenblik werkt hij aan de effecten van voeding en voedingsmiddelen/supplementen op de gezondheid. Hij is mede oprichter van het Integraal Centrum Gezond Oud(er) Worden en is bezig een polikliniek voor mensen met onbegrepen klachten op te richten.

Victor de Leeuw is architect en één van de partners van EGM architecten bv te Dordrecht, een bureau waar ca. 200 professionals samenwerken aan gebouwen die belangrijk zijn voor het functioneren van onze samenleving. EGM is in ons land één van de toonaangevende architectenbureaus als het gaat om gebouwen voor de gezondheidszorg, variërend van Academische ziekenhuizen tot kleinschalige wooneenheden voor verpleeghuiszorg. Vanuit een visie op maatschappelijk duurzaam ontwerpen staat de eindgebruiker in alle opgaven centraal.

Annemie Schols is hoogleraar Voeding en Metabolisme bij Chronische ziekten en wetenschappelijk directeur van de onderzoeksschool NUTRIM van het Maastricht Universitair Medisch Centrum. Binnen NUTRIM wordt translationeel onderzoek verricht naar preventie en behandeling van chronische ziekten met een accent op voeding en metabolisme.

Eric Rentz is een van wereld grootste experts op het gebied van zilverhydrosol. Hij schreef vele artikelen over zowel de werking als de toxicologie van zilverhydrosol. Op dit ogenblik doet hij onderzoek naar de effecten van zilver bij bacteriële diarree in Afrika. Ook houdt hij zich bezig met de reiniging van water. Hij heeft een praktijk in Florida en Greensboro.

Ruud Coolen van Brakel is sinds 2000 directeur van het Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik (IVM, www.medicijngebruik.nl). Hij was daarnaast onder meer vijf jaar lang bestuursvoorzitter van de Nederlandse Vereniging voor Preventie en Gezondheidsbevordering (NVPBG). Het IVM is een implementatieorganisatie die met zo'n vijftig medewerkers in de praktijk de kwaliteit, veiligheid en betaalbaarheid van het medicijngebruik in Nederland bevordert. Ook volgt de organisatie onder de naam 'Gezonde scepsis' (www.gezondescepsis.nl) kritisch de marketinginvloed van de farmaceutische industrie. Samen met ouderenbonden voert het IVM projecten uit om ongewenste polyfarmacie terug te dringen, het medicijngebruik in verpleeg- en verzorgingshuizen te verbeteren en bijvoorbeeld het gebruik van benzodiazepines te verminderen.

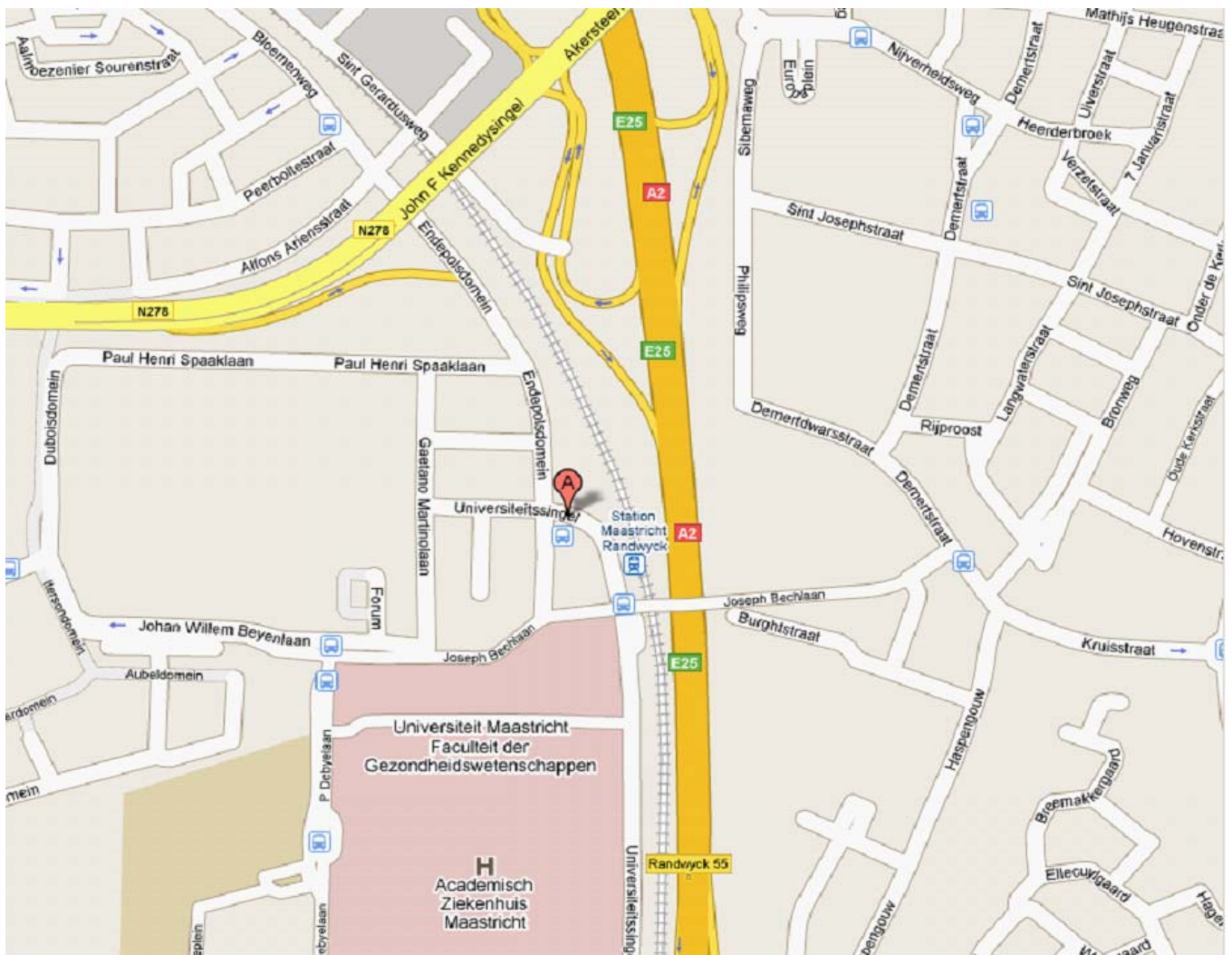
Routebeschrijving naar de Maastrichtzaal in UNS 40 van de Universiteit Maastricht. Dit is Universiteitssingel 40 ()

Eigen vervoer

- Locaties Randwijck (Universiteitssingel)
- A2/E25 vanuit het noorden
- afslag Mecc, Randwijck, Academisch Ziekenhuis.
- Volg de bewegwijzering Faculteiten II Universiteitssingel, de parkeerplaats is UNS 30/40 en bevindt zich tegenover het station Randwijck.

Openbaar vervoer

- Trein naar station Maastricht Randwijck, vandaar richting Universiteitssingel lopen. De ingang is tegenover het station.
- Per bus vanaf Centraal Station Maastricht
- Vanaf het station buslijn 1 Malberg, 9 Heugem, 11 Randwijck AZM, 50, 51,56,57 of 59 nemen. Uitstappen bij het Academisch Ziekenhuis van Maastricht.



Aanmelding en Informatie voor het symposium “Gezond Oud(er) Worden” op 5 juni 2010

Secretariaat CAM-artsen, Beleidsmedewerker Wim Verest

Postbus 2182, 3800 CD Amersfoort, Telefoon/Fax: 033-4328030,

Website: www.camartsen.nl, E-mail: camartsen@gmail.com

Accreditatie aangevraagd bij ABNG-2000/VHAN/NAAV/NVAA/NVNR/NVOMG/ABB;

Accreditatie reeds verleend door ABNG-2000/NAAV/ABB