

Het helende en invoelende huis

21 april 2016



Meer dan een woning

Het moderne smart home is veel meer dan gewoon een woning. De slimme faciliteiten betreffen niet alleen het woonklimaat, duurzaamheid en veiligheid maar ook de eigen ontplooiing, creativiteit en vrije tijd, leefstijl, gezondheid en identiteit. En dat dan ook nog op persoonlijke schaal. Het slimme huis herkent de bewoners en zet de door hen gewenste hospitality neer. Dat kan per individu en vertrek of andere regelbare huisregio.

Smart carehome

Gaat het om gezondheid en verzorging grijpt het slimme huis naar de E-Health-faciliteiten van smart care. In ieder geval ondersteunend, maar steeds meer ook genezend en coachend zodat je kunt spreken van een healing home.

Zowel de hospitality als healing zijn steeds meer gewoon programmeerbaar en als aanvullend device voor het thuisnetwerk te koop. Dat maakt de bewoner(s) behalve tot baas in eigenhuis ook tot de zelfmanagers van het eigen woongenot, welzijn en zorg.

Hospitality

Dat is een mooi woord voor gastvrijheid. In het smart tijdperk een gastvrijheid die met behulp van domotica, sensoren en programmeren precies op de eigen maat en smaak wordt afgestemd. Daarbij zijn drie kernfactoren in het geding:

1. Het op maat realiseren van de wensen en behoeften van de bewoners.
2. Het herkennen van de bewoners en of bezoekers door het smarthome om vervolgens de bijbehorende hospitality te kunnen aanbieden.
3. Het volgen van de bewoners, d.w.z. de hospitality reist met de mensen mee en stelt per woonvertrek de gewenste leefomgeving en functionaliteit in. Van woonkamer en keuken tot bad-, slaap of werkkamers. Het gastvrije smarthome bedient de aanwezigen op hun wenken.

De juiste hospitality door het invoelende huis geeft happiness. Het is de door jou gewenste lichtval, binnenklimaat, veiligheid, communicatie, recreatie en achtergrondmuziek waarin je gewoon jezelf lekker voelt.

Healing home

Bij het helende huis gaat het ruwweg om twee verschillende categorieën: 1. Een gezondheids- of leefstijl bevorderende woonomgeving. En 2. Curatieve behandeling en/of verzorging van de bewoners met beperkingen of ziekten.

Beide categorieën gaan geleidelijk in elkaar over. Wie gezond en lekker woont, wordt minder gauw ziek en voelt zich goed en gelukkig. Zelfs bij beperkingen en kwalen verbetert de kwaliteit van leven in het helende en verzorgende huis aanzienlijk. Bovendien kan je dan vaak ook langer zelfstandig blijven wonen.

Omgekeerd kan het helende huis zo succesvol zijn dat de bewoners weer genezen en/of zich ondanks hun ziekte of beperkingen normaal kunnen redden.

Heilzaam licht

Een aantal sleutelfactoren bepalen het succes van het gastvrije & genezende huis. Licht heeft invloed op onze biologische klok, op onze alertheid, Instelbaar licht, dit zowel qua karakter, lichtval als kleursfeer kan het slimme huis een stuk aangener en gezonder maken. Tevens een belangrijk onderdeel van de hospitality. Intelligente verlichting die het welzijn en gezondheid bevorderen is makkelijk verkrijgbaar, te installeren en op maat te programmeren. Lichttherapie helpt tevens bij bepaalde vormen van depressie. Zie voor lichtinvloeden onder meer www.solg.nl.

Geluid en sfeer

Bij audio wordt er in de eerste instantie vaak aan het streamen van jouw favoriete nummers door het gehele huis gedacht. Bij het healing home gaat het echter veel meer om de rust en ontspanning of gewoon het creëren van een lekker (leef-)gevoel. Er is een relatief aanbod van rustgevende, sfeer makende en/of therapeutische muziek. Veelal ook prima te combineren met het licht.

Binnenklimaat

De gezonde eigenschappen van het binnenklimaat spreken in feite voor zich. De temperatuur, luchtvochtigheid, het koolzuurgehalte, ventilatie en weg met het fijnstof spreken voor zicht. Intelligente klimaatsystemen en airconditioning van hospitality-formaat zijn gewoon verkrijgbaar.

Een aparte tak bij het binnenklimaat vormen de systemen die allergenen, ionen en ongewenste gassen of lichte straling weren. Er is veel over te doen of dat nu wel of niet werkt. Het slim uitfilteren van ionen, bouwgasen en ionen is goed te doen. Of de bewoners daar ook echt baat bij hebben leert alleen uitproberen.

Leefstijl

Het helende huis bemoeit zich steeds meer met de leefstijl van haar bewoners. Dit al of niet gekoppeld aan sensoren, wearables en andere gezondheidsdevices. Slapen de bewoners wel voldoende? Er zijn prima dag-, nacht- en slaapritmeprogramma's in te stellen. Dit weer gekoppeld aan lichtval, geluid, temperatuur en ventilatie.

Ook op het gebied van voedsel kan er heel veel. De foodchain reikt al van het automatisch gezond bestellen, zo goed mogelijk bewaren en bereiden. Apps bestellen bij de grootgrutter. De smart koelkast kent de optimale koelzones en vermaant de stiekeme eters. En de smart kitchen maakt de gezonde schotels klaar. Diëten, de vochtintake en voedselintoleranties zijn gemakkelijk mee te programmeren.

Gezond bewegen voor de smartTV of in de huisgym is inmiddels ook al ingeburgerd. Dit met persoonlijke coach en gekoppeld aan het slimme eten. En ook leverbaar als sharing exercise (samen met je vrienden op het bewegingsnet) en gaming.

Zorgresorts en woonconglomeraties

Naast individueel komen er bij het healing home steeds meer collectieve woonvoorzieningen in het vizier. Smart aanleunwoningen, zorglandgoederen intelligente woonblokken voor ouderen in de wijk, beschermd wonen met behulp van e-Health en robot-toezicht. Noem maar op, en het is er al of komt er morgen aan.

Beleidsmakers zetten hoog in op preventie, eigenkracht met e-Health en planbare zorg. In zorgketens verschijnen pharmafilters en milieuthermometers. Kortom het healing home breidt zich uit tot wijken, steden en zelfs provincies met de bijbehorende netwerken.

Het healing home ontwikkelt zich tot een gewild woonconcept. Iedereen wil graag lekker, gezond en veilig wonen. Het is eigenlijk al geen luxe meer maar gewoon maatschappelijk noodzaak voor de healthy e-community.

De redactie hoort graag van toepassingen van het healing home in de gezondheidszorg via redactie@icthealth.nl of via een reactie onderaan dit redactionele stuk.