



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Dokter, heb het lef!

Dianda Veldman
Directeur Rutgers WPF,
Voorzitter Landelijk Overleg Thema-instituten
d.veldman@rutgerswpf.nl



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Mijn vraag

Professionals in de ‘cure’ : contact met patiënten én de autoriteit om een gezondere leefstijl en leefomgeving aan de orde te stellen.

Thema-instituten: kennis en interventies op gebied van leefstijl en leefomgeving

Hoe krijgen we die twee werelden bij elkaar?



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Agenda

1. Over het LOT-i
2. Preventie en leefstijl in de zorg
3. Wat kan de zorg er aan doen?
4. Casussen thema-instituten
5. Gesprek: hoe krijgen we die twee werelden bij elkaar?



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Leden LOT

1.NISB

sport en bewegen

2.Trimbos

genotsmiddelen en
psychische gezondheid

3.Pharos

migranten en SEGV

4.Rutgers WPF

seksuele gezondheid

5.Soa Aids NL

seksuele gezondheid

6.Veiligheid NL

veiligheid

7.Voedingscentrum

voeding



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Wat is en doet het LOT

Doelen:

- Bijdrage aan integraal gezondheids/**leefstijlbeleid bij onderwijs, overheden en gezondheidszorg**;
- **Gezamenlijk aanbod** naar professionele doelgroepen (die dat prefereren boven een themaspecifieke benadering);
- **Leren van elkaar** en gebruik maken van elkaars inzichten en kennis.

Structuur:

- Directeurenoverleg
- Werkgroep Jeugd & Professionals
- Werkgroep Publiekscommunicatie



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Voorbeeld van samenwerking

Hoe pak jij dat aan? Website voor ouders van pubers

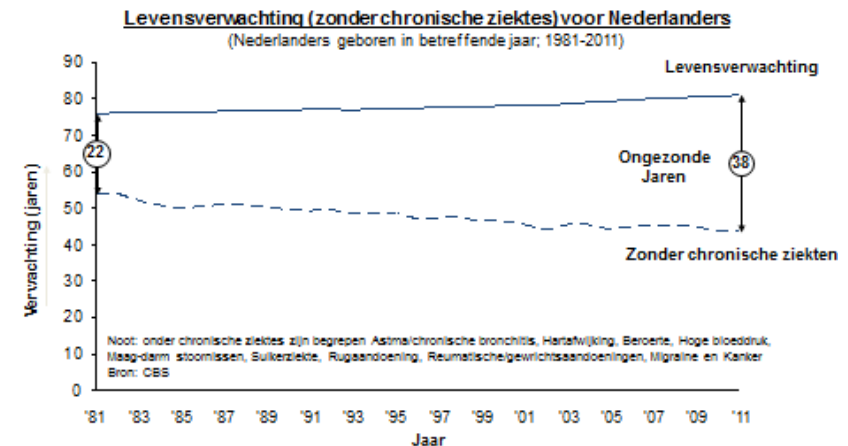


We leven langer maar ongezonder

- We worden ouder
- Toename welvaartsziekten
- Toename chronische ziekten

Gevolg: meer jaren in ongezondheid

2. WAAROM – Afnemende meeropbrengst: we leven langer, maar ongezonder





Landelijke Overleg
Thema-instituten

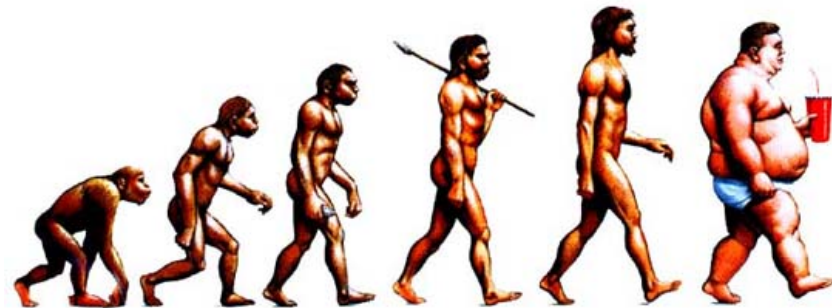
Leefstijl belangrijke veroorzaker ongezondheid

27% ziektelast door **leefstijl**
(beweging, roken, alcohol, voeding en
ontspanning)

Bij meerderheid volwassenen **2 of
meer risicofactoren** aanwezig

Laagopgeleiden

- **scoren slechter** dan
hoogopgeleiden:
 - Roken: 31 % vs. 17%
 - Overgewicht: 60 % vs. 37%
- hebben veel meer **chronische
aandoeningen**





Landelijke Overleg
Thema-instituten

Wat kan de huisarts doen?

NHG en LHV: *“Huisartsen en praktijkverpleegkundigen kennen hun patiënten, hun achtergrond en levensloop. Dit maakt hen bij uitstek geschikt om in hun patiëntenzorg extra aandacht aan preventie te besteden.”*

(Preventie: leefstijl en fysieke/sociale omgeving)

Ambitie # 11

De huisartsenzorg richt zich vooral op die vormen van preventie waarvan haar inzet aantoonbare meerwaarde heeft: de *zorggerelateerde* en *geïndiceerde preventie*.

Ambitie #12

Samen met andere partijen (GGD, gemeente) geven huisartsen vorm aan *wijkgebonden preventie*, waarbij wordt afgesproken wie op welke wijze de meest effectieve rol kan spelen.



Wat vindt de patiënt?

Mag uw huisarts:

- gezonde leefstijl bespreken? Ja: 80%
- helpen bij voorkomen gezondheidsproblemen? Ja: 70%
- wijzen op risico's van leefstijl? Ja: 90% (artsen zelf: 94%)





Landelijke Overleg
Thema-instituten

Vraag

Welk leefstijlonderwerp wordt **volgens patiënten** het meest aangekaart door hun huisarts op diens eigen initiatief?

a. Roken

b. Bewegen

c. Alcohol



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Antwoord

Welk leefstijlonderwerp wordt volgens patiënten het meest aangekaart door hun huisarts op diens eigen initiatief?

- a. Roken (8%)
- b. Beweggedrag (30%)
- c. Alcohol (4%)



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Zender – Ontvanger - Ruis?

Patiënten met overgewicht: *casus USA*

Alle artsen: **Ik coach al mijn patiënten met overgewicht op dieet en bewegen**

56% patiënten herinnert zich dit

Waarvan 40%: Arts heeft gezegd dat ik moet afvallen

Conclusie: bij slechts 22% van de patiënten komt de boodschap aan

Alle artsen: **ik heb middelen om patiënt te helpen gewicht te verliezen**

37% patiënten denkt dat arts kan helpen met gewicht verliezen

Conclusie: onbenut potentieel

Daarom: dokter, heb het lef!



LOT*i*

Landelijke Overleg
Thema-instituten

Dokter, heb het lef eens!





Landelijke Overleg
Thema-instituten

Hoe maak je leefstijl bespreekbaar?

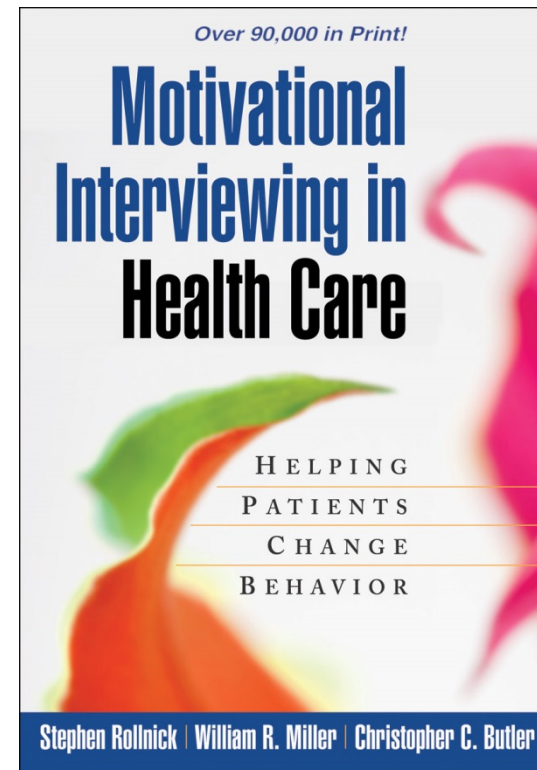
Motiverende gespreksvoering.

Gewenste houding arts:

- presenteer je neutraal
- wees empathisch: daarbij acceptatie van de gedachten van de patiënt niet verwarren met instemming met ongezonde gewoontes of denkfouten
- ontwikkel discrepantie in het denken van de patiënt: 'hoe ben ik en hoe wil worden?'
- veer mee met weerstand: zie weerstand als een 'kans'
- versterk 'geloof in eigen kunnen'

Gesprekstechnieken:

- open vragen stellen
- reflectief luisteren
- bevestigen
- samenvattend ordenen
- verandertaal uitlokken





Landelijke Overleg
Thema-instituten

Hoe maak je gedragsverandering gemakkelijker?

Simpel en makkelijk te onthouden:

- halfvolle melk
- buitenste schappen
supermarkt

Motiverend:

- 5 minuten per dag opruimen
- Autowasbeurt

En verder: zo aantrekkelijk en eenvoudig mogelijk maken om te beginnen *en* vol te houden. Natuurlijk helpt het als ook anderen zich inzetten: zorgverzekeraar, overheid, ziekenhuis, school.





Landelijke Overleg
Thema-instituten

Gemakkelijk maken en goede voorbeeld geven

Frank Greeven, huisarts in Oldenzaal, wandelt eens per twee weken met 30 patiënten.

“Het is goed te doen, als er maar niet te veel gepraat wordt”, zegt een deelnemster. Een andere dame kreeg een advies van de specialist om te gaan wandelen: “Ik heb suiker en ischias, en dit kan ik nog.”





Preventie en leefstijl in de zorg: casussen leden LOT

Huisartspraktijk:

Rutgers WPF

Pharos

Ziekenhuis:

Voedingscentrum

VeiligheidNL

LOT*i* Rutgers WPF- huisartsen

Landelijke Overleg
Thema-instituten

Chronische ziekten en seksualiteit

Diabetes, astma, hart- en vaatziekten gaan vaak gepaard met seksuele problemen.

Zowel patiënten als artsen/PO'ers vinden het lastig dit aan de orde te stellen.

Pilot Rutgers WPF:

- Trainen praktijkondersteuners op inhoud en communicatie
- Patientefolders over specifieke ziekte en seksualiteit. Bestaan ervan geeft aan dat dit 'normaal' is
- Bij voorkeur vragen opnemen in standaard vragenlijst (nu diabetes)
- Effect: PO's durven het aan te kaarten, patiënten rapporteren vaker seksuele problemen, tijdens of naderhand





Landelijke Overleg
Thema-instituten

Pharos- huisartsen

- **Training** voor huisartsen en PO's in achterstandswijken: effectievere communicatie met laaggeletterde en migrantenpatiënten
- **Digitale vragenlijst** (i.o.) tbv *Somatisch Onverklaarbare Lichamelijke Klachten*. Doel: genuanceerd doorverwijzen, niet alleen GGZ maar ook wijkactiviteiten.
- **Businesscase** ziekenhuiszorg voor migranten (2-4 x vaker diabetes, groter zorgberoep, slechtere uitkomsten). Investering in slimme combi van interventies van 550K in 5 jr. geeft besparing 1250K. Plus gezondheidswinst en arbeidsparticipatie





Landelijke Overleg
Thema-instituten

- Succesvolle interventies voor lage SES en migranten te weinig bekend bij huisartsen
- Initiatief Pharos en NHG: inventariseren, beter onderbouwen, bekend maken
- Betere inbedding in systeem (oa financiering)

Pharos (vervolg)



Extra spreekuren



HET BESTE RECEPT VOOR UW GEZONDHEID



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Voedingscentrum - ziekenhuis

Gezonde voeding in en na het ziekenhuis

Nu al: At Your Request (Sodexo)

Voedingscentrum en Alliantie Voeding Gelderse Vallei gaan samenwerken:

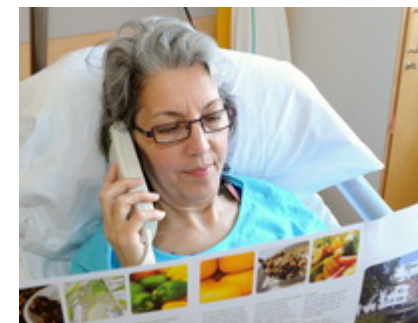
- Vergroten voedingskennis medewerkers
- Nieuwe methoden van voedingsadvies op maat ontwikkelen, voor in en na het ziekenhuis
- Onderzoek eetgedrag na ziekenhuis. Meerdere interventies (simpel tot uitgebreid) + controlegroep. Meting kennis en gedrag na 3-6 maanden

Z I E K E N H U I S

Gelderse
Vallei



sodexo



Gevolgen **GEWELD** voor slachtoffers

- Fysieke gezondheidsschade
- Emotionele en psychosociale schade (bv. angststoornissen, relatieproblemen)

Gevolgen voor de maatschappij

- Zorgkosten jaarlijks 33 euro miljoen
- Arbeidsverzuim 74 miljoen per jaar





Landelijke Overleg
Thema-instituten

Preventie geweldletsel in regio Amsterdam

Cardiff (1996): medische wereld helpt geweld te bestrijden. Daling geweld en minder gezondheidskosten. Jaarlijkse slachtoffers bij SEH: van 4000 naar 3000

• Deze ziekenhuizen werken mee aan letselregistratie voor preventie van ongevallen en geweld

- Project VeiligheidNL: 7 ziekenhuizen
- Op Spoedeisende Hulp vragen: hoe laat, waar, met welk wapen?
- Geaggregeerde info naar politie en gemeente. Horeca betrekken
- Controle privacyschending door commissie en niet gebruiken voor opsporing.
- Voorbeeld van acties: gericht patrouilleren op 'risico hot spots'. Gevaarlijke stegen afsluiten. Bierflessen (snijwonden) van ander materiaal.



Landelijke Overleg
Thema-instituten

Veel meer tools in Interventiedatabase *Centrum Gezond Leven*

(www.loketgezondleven.nl)

Zoekterm: eerstelijns zorg geeft bijv:

- Valanalyse 65+ voor 1e lijn
- Vallen verleden tijd
- De uitputting de baas
- Beweegkuur
- Armoede en gezondheid kinderen (JGZ)
- Coachmethode
- Big move
- Motiverende gespreksvoering in SOA-HIV-bestrijding
- Weet en beweeg (jeugdzorg)
- Triple P (jeugdzorg)

The screenshot displays the website interface with several key sections:

- Inspiratie opdoen over PPS?**: Article about Public-Private Partnerships (PPS) with a photo of a group discussion.
- Gezondheidsbevordering versterken**: Article about strengthening health promotion, mentioning the RIVM and Centrum Gezond Leven.
- Gezondheid op school**: Article about working in education, mentioning the Gezonde School website.
- Handreiking Gezonde Gemeente**: A purple navigation button.
- Interventiedatabase**: A blue navigation button.
- Servicedesk Gezond Leven**: A green navigation button.
- Handleiding Gezonde School**: A blue navigation button.
- Toolkits voor publiekcommunicatie**: A green navigation button.
- Nieuw op Loketgezondleven.nl**: A list of recent updates, including an evaluation of the Centrum Gezond Leven and a network meeting.
- Snel naar**: A list of quick links to various resources like school support, meeting calendars, and newsletters.
- Tweets**: A section showing tweets from @CJGnl and @sensezeeland.

At the bottom, there are social media icons for Facebook, LinkedIn, Twitter, and YouTube, along with a print button labeled "Print (deze pagina)".

LOT*i* Terug naar de vraag

Landelijke Overleg
Thema-instituten

Professionals in de ‘cure’ : contact met patiënten én de autoriteit om een gezondere leefstijl en leefomgeving aan de orde te stellen.

Thema-instituten: kennis en interventies op gebied van leefstijl en leefomgeving

Hoe krijgen we die twee werelden bij elkaar?