

“Een gezonde leefstijl bevorder je niet alleen in je spreekkamer”

Steeds meer huisartsen ontdekken dat ze patiënten met niet-medische problematiek kunnen doorverwijzen naar partners in de wijk. Het resultaat: beter geholpen patiënten en minder volle wachtruimtes. De Toekomstvisie Huisartsenzorg 2022 bevat de ambitie om de samenwerking tussen huisarts, gemeente en GGD te verbeteren. Onderzoek van het NIVEL uit 2014 laat zien dat ‘wijkgerichte preventie’ nog niet voor iedere huisarts vanzelfsprekend is.

Ziekte voorkomen

Preventie wordt steeds belangrijker, omdat een gezondere leefstijl kan helpen om de toename aan chronische aandoeningen af te remmen. Karolien van den Brekel doet als huisarts in Utrecht al enkele jaren ervaring op, in samenwerking met partners in de wijk. “Veel collega-huisartsen denken dat preventie extra werk betekent. Maar ik kan nu gerichter doorverwijzen naar een goed aansluitend aanbod van wijkpartners, zoals buurtsportcoaches, welzijnswerkers, wijkzorg en sociale wijkteams. Daardoor wordt mijn bord als huisarts juist leger. Het kost tijd om in die contacten te investeren, maar dat verdient zich terug.”

Aanschuiven bij vergaderingen

Hoe kom je in contact met partners in de wijk? Aafke Snoeijen, huisarts in Asten, besloot aan te schuiven bij de vergaderingen over het lokale gezondheidsbeleid van de gemeente: “In no-time kreeg ik in de gaten wat er speelde in de gemeente en wat alle verschillende organisaties te bieden hebben. Daar gaat wel tijd in zitten”, erkent ze. “Maar doordat ik nu goed weet wat er speelt in de wijk, kan ik mijn patiënten beter doorverwijzen. Een gezonde leefstijl bevorder je niet alleen in je spreekkamer.”

“Doordat ik goed weet wat er speelt in de wijk, kan ik mijn patiënten beter doorverwijzen.”

Nieuw elan

Pim Assendelft, hoogleraar Huisartsgeneeskunde van het Radboudumc, merkt dat preventie begint te leven: “Ik zie nieuw elan.” Als voorbeelden noemt hij de Gezonde Wijkapak van onder andere het RIVM en de NHG-Zorgmodules Leefstijl. Zelf werkte hij mee aan de nieuwe landelijke eindtermen op het gebied van preventie voor de huisartsenopleidingen. “Een andere positieve ontwikkeling is dat de sociale kaart voor leefstijlondersteuning steeds duidelijker wordt en dat het aanbod groeit. Sommige huisartsen spelen daarin een actieve rol.” Snoeijen is daar een voorbeeld van. Zij is samen met onder andere een welzijnsorganisatie en enkele fysiotherapeuten een wandelclub begonnen. Eens per maand loopt ze zelf mee. “Het voelt veilig en vertrouwd als er een professional meeloopt. En ik geef het goede voorbeeld.”



“Een belangstellende vraag naar iemands leefstijl kan al van invloed zijn op het gedrag.”

Wijkgericht werken

Assendelft ziet verschillende kansen voor preventie in de huisartsenpraktijk. Zoals wijkgericht werken, waarmee het Radboudumc ervaring heeft opgedaan. “Aan de hand van een wijkscan komen professionals met heel verschillende achtergronden met elkaar in gesprek over de belangrijkste gezondheidsproblemen. Bij dit project hebben we samengewerkt met de gemeente en GGD.” Daarnaast kunnen huisartsen vanuit hun rol veel bereiken. “Zij zijn gezaghebbende adviseurs, vooral ook voor ouderen en mensen met een lage sociaaleconomische status of migratieachtergrond. Een belangstellende vraag naar iemands leefstijl kan al van invloed zijn op het gedrag. Daar is ook steeds meer wetenschappelijk bewijs voor. Daar ligt onze kracht.”

Marcel Uljee

Project 'Preventie in de Buurt'

RIVM Centrum Gezond Leven en het NHG voeren samen het project Preventie in de Buurt uit, in opdracht van het ministerie van VWS. Karolien van den Brekel is lid van de projectgroep. “In dit project ondersteunen we professionals uit de huisartsenpraktijk en publieke gezondheid bij hun rol in de samenwerking met andere partijen in de wijk. Dit doen we met praktijkvoorbeelden, zodat men kan profiteren van elkaars lessen.” Ook komt er een praktijkhandleiding en een e-learning. In de loop van het jaar worden er in twintig wijken werksessies georganiseerd die een impuls geven aan de samenwerking tussen de eerste lijn en publieke gezondheid. Van den Brekel: “Ik zou zeggen, grijp die kans en meld je aan voor een sessie. Samenwerken is ook gewoon leuk om te doen.”

Meer weten over Preventie in de Buurt of een werksessie? Mail Ton Drenthen van het NHG: t.drenthen@nhg.org. Of kijk op www.nhg.org/preventieindebuurt.

U kunt zich ook aanmelden bij de groep 'Gezonde leefstijl in de wijk' op HAWeb.nl. Daar blijft u op de hoogte van de ontwikkelingen en kunt u meediscussieren.