

SAMENVATTING GEZONDHEIDSPAD LEEFSTIJL



Waarom?

Het tijdig en gericht ondersteunen en begeleiden van (groepen) mensen met een verhoogd gezondheidsrisico leidt tot minder ziektelast en daardoor ook tot minder druk op de zorg als geheel. Daarnaast leidt het werken met leefstijl tot meer werkplezier.

Doelstelling gezondheidspad

Doel is het bewerkstelligen van een blijvende gedragsverandering bij de chronisch patiënt uit een van de DBC's om problemen in de toekomst te voorkomen.

Wat?

Stroomz-Anna wil graag inzetten op het stimuleren van een gezonde leefstijl, (positieve) gezondheid, vitaliteit en eigen regie bij patiënten. Dit in lijn met het gedachtegoed van Machteld Huber, de grondlegger van positieve gezondheid. Daarom heeft het samenwerkingsverband een gezondheidspad leefstijl ontwikkeld.

Doelgroep

Doelgroep zijn mensen die kampen met 1 of meer van de volgende leefstijl-gerelateerde aandoeningen:

- Hart en vaatziekten of een sterk verhoogd risico er op.
- Diabetes type 2
- Astma/COPD

Hoe?

Zorgproces rondom leefstijl in beeld gebracht aan de hand van een werkelijke en wenselijke patiënt reis. Op basis daarvan zijn waardevolle inzichten en aandachtspunten verkregen voor de transmurale afspraken.

Transmurale afspraken

Er zijn transmurale afspraken gemaakt over:

1. Leefstijl en eigen regie

- Leefstijl succesvol eerder/ in een vroeg stadium onder de aandacht brengen.
- Gebruiken van de zelfde 'taal' in 1ste en 2de lijn door gebruik van de filosofie van positieve gezondheid en 'het andere gesprek'.
- Het geven van eigen regie aan patiënten
- Bij elk consult leefstijl proberen ter sprake te brengen

2. (Groeps)aanbod en leefstijl apps

- Het (groeps)aanbod 1ste & 2de lijn wordt over en weer ingezet
- Er wordt verwezen naar de [Stap naar Gezonder](#)
- Er wordt verwezen naar leefstijl apps uit de GGD app store

3. Patiënt in beeld houden

- Betrekken sociale omgeving
- Patiënt periodiek volgen