

NIEUWE E-LEARNINGS BRENGEN LEEFSTIJL NAAR DE SPREEKKAMER

De zorg staat voor grote uitdagingen. Het aantal mensen met chronische aandoeningen groeit, de bevolking vergrijsst en de druk op zorgprofessionals neemt toe. Tegelijkertijd weten we dat een aanzienlijk deel van de ziektelast te voorkomen of te beïnvloeden is door een gezondere leefstijl. Preventie en leefstijl zijn daarom niet langer een aanvulling op de behandeling, maar een essentieel onderdeel van toekomstbestendige medisch-specialistische zorg.

Om medisch specialisten en aios te ondersteunen bij het integreren van leefstijl in de dagelijkse praktijk, hebben de Federatie Medisch Specialist, wetenschappelijke verenigingen en Vereniging Arts en Leefstijl gezamenlijk een nieuwe reeks geaccrediteerde e-learnings ontwikkeld. De scholingen zijn ontwikkeld voor en door medisch specialisten. Juist deze samenwerking zorgt ervoor dat de scholingen aansluiten bij de realiteit van de specialistische zorg: herkenbare casuïstiek, wetenschappelijke onderbouwing en praktische toepasbaarheid.

LEEFTIJL RAAKT VRIJWEL IEDER ZIEKTEBEELD

Volgens Angelika Kindermann, kinderarts-MDL in het Emma Kinderziekenhuis, Amsterdam UMC, en expertgroepvoorzitter Kinderen en leefstijl van Vereniging Arts en Leefstijl, is de relevantie van leefstijl binnen de specialistische zorg nauwelijks te overschatten. Zij was vanuit haar expertise betrokken bij de modules over kinderen en leefstijl. "Naar schatting is ten minste 20% van de ziektelast te voorkomen door een gezondere leefstijl", legt zij uit. "Dat betekent dat er enorme gezondheidswinst te behalen is voor individuele patiënten, maar ook voor de zorg als geheel. Eigenlijk is er bijna geen ziektebeeld te bedenken waarbij leefstijl geen rol speelt, als oorzaak van ziekte, als beïnvloedende factor of als onderdeel van de behandeling."

Die wetenschap vraagt ook iets van de rol van de medisch specialist. Waar het vak traditioneel sterk gericht was op diagnose en behandeling, verschuift de focus steeds meer naar het bevorderen van gezondheid en het voorkomen van ziekte.

"Leefstijl vormt de basis van ons bestaan", zegt Kindermann. "Daarom hoort het niet alleen thuis in de thuissituatie, maar juist ook in het ziekenhuis. Het is onze taak als medisch specialisten om leefstijl structureel mee te nemen in de dagelijkse praktijk, er actief naar te vragen en het waar mogelijk als interventie in te zetten."

Mesut Savas, internist-endocrinoloog en klinisch farmaco-

45 seconden in gesprek

Soms heb je een minuutje de tijd om een gesprek te voeren met een patiënt over leefstijl. Dan kun je zelfs een vraag stellen aan de patiënt om te achterhalen waar behoefte aan is. Hiermee heb je een startpunt en kun je veel gerichter te werk gaan.

Bekijk de video voor een voorbeeldgesprek.



loog bij het Erasmus MC, heeft bijgedragen aan de ontwikkeling van de e-learning Metabole gezondheid en leefstijl. "Naast het verlenen van goede zorg behoort preventie tot een van de kerneigenschappen van de medisch specialist van nu en van de toekomst", legt Savas uit. "Om deze rol goed te kunnen vervullen, is kennis over de relatie tussen leefstijl en gezondheid essentieel, maar de hoeveelheid informatie hierover kan overweldigend zijn."

VAN KENNIS NAAR TOEPASSING

De e-learnings richten zich op aandoeningen waar veel specialisten dagelijks mee te maken hebben. Ze zijn verdeeld over vier thema's, met per thema een basismodule en een verdiepende module.

- Metabole gezondheid en leefstijl
- Kinderen en leefstijl
- Hart- en vaatziekten en leefstijl
- Kanker en leefstijl

De basismodules bieden de noodzakelijke kennisbasis over de relatie tussen leefstijl en gezondheid. De verdiepingmodules richten zich op de vertaling naar de dagelijkse praktijk en laten zien hoe leefstijlinterventies effectief kunnen worden ingezet binnen het eigen vakgebied.

Volgens Kindermann zit daarin ook de kracht van het programma. "De e-learnings dragen bij aan bewustwording van het belang van leefstijl binnen de specialistische zorg. De basismodule biedt theorie en kennis, terwijl de verdiepingsmo-

dule helpt om deze kennis daadwerkelijk toe te passen bij patiënten."

"Met deze samenwerking hebben wij een overzichtelijke geaccrediteerde e-learning ontwikkeld", vult Savas aan. "Deze biedt zowel een stevige basis als verdieping in de rol van leefstijl binnen de zorg. Wij hopen dan ook dat deze e-learning bijdraagt aan een bredere kijk op de rol van leefstijl, zowel bij preventie als behandeling van ziekten."

EEN INVESTERING DIE DIRECT RENDEMENT OPLEVERT

Leefstijl bespreken hoeft niet te betekenen dat medisch specialisten zelf leefstijlcoach worden. Wel kunnen zij op belangrijke momenten signaleren, motiveren en verwijzen. Juist

omdat patiënten vaak veel waarde hechten aan het advies van hun specialist, kan een relatief kort gesprek een belangrijke eerste stap zijn naar duurzame gedragsverandering.

Met de nieuwe e-learnings krijgen specialisten de kennis, vaardigheden en het vertrouwen om die rol nog beter te vervullen. Daarmee dragen zij niet alleen bij aan betere uitkomsten voor individuele patiënten, maar ook aan een zorgsysteem waarin preventie een vanzelfsprekend onderdeel is van goede zorg.

Kindermann heeft nog een laatste boodschap voor haar collega's: "Veel plezier met het volgen van de e-learning. Het loont echt. Hoe mooi zou het zijn als wij als medisch specialisten een gezonde leefstijl omarmen en zo kunnen bijdragen aan gezondere patiënten én meer gezondheid in de samenleving?"

DIRECT NAAR DE E-LEARNINGS

De Coalitie Leefstijl in de Zorg heeft de realisatie van het programma mogelijk gemaakt. De thema's Metabole gezondheid en leefstijl en Kinderen en leefstijl staan nu online. Eind september volgen ook de thema's Hart- en vaatziekten en leefstijl en Kanker en leefstijl.

De basismodules zijn te vinden op de website van de Federatie Medisch Specialisten.

Voor de verdiepingsmodules kun je terecht op de website van Vereniging Arts en Leefstijl.

Ga naar de website van de Federatie Medisch Specialisten



Geen DLO? Bekijk dan de e-learnings op de website van vereniging Arts en Leefstijl



Gezondheid als gemeenschappelijke opdracht

WAAR ZORG TOEKOMST KRIJGT

Online
1,2 en 3 maart

Congres
4 maart
Antropia /Driebergen