



Dinsdag 12
November
17:00-18:00
online

Kijk voor het
actuele programma
op de
Richtlijntool

INTERACTIEF WEBINAR

Leefstijl in richtlijnen

Programma interactief webinar

Welkom en praktische zaken

Britt Ketelaars

Coalitie Leefstijl in de Zorg

Catelijne van Oss

Leefstijl in richtlijnen

Florien Ham

Voorbeelden en tips

Catelijne van Oss en
Florien Ham

Vragen en afsluiting

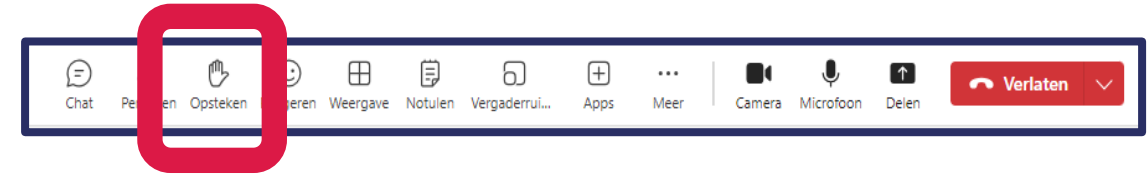
- Hoe hebben jullie dit webinar ervaren?

Algemene vragen over richtlijnen kunnen altijd na afloop van dit webinar worden gesteld

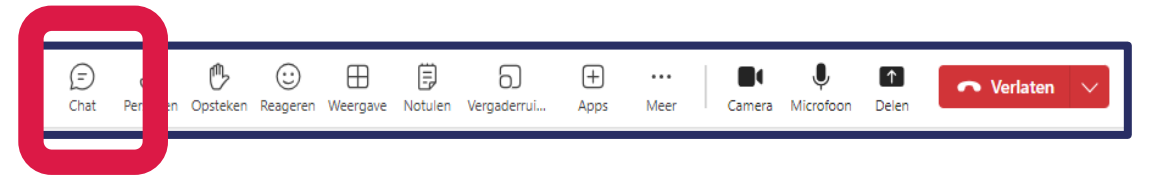


Interactief webinar

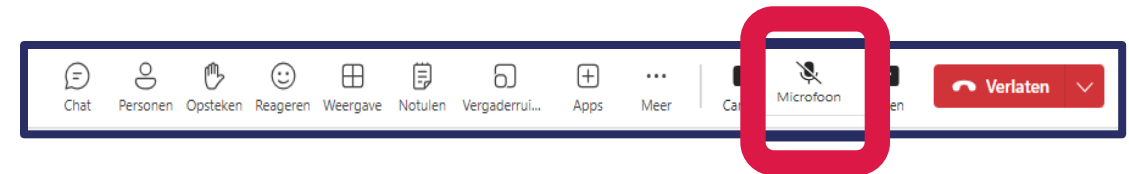
Bij elke spreker is er de mogelijkheid om (een paar) vragen te stellen. Heb je een vraag? Graag digitaal aangeven via het handje.



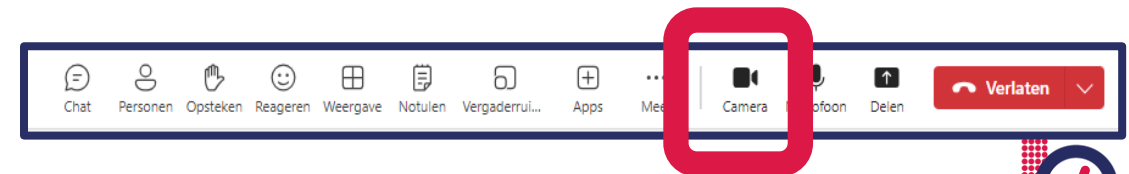
Vragen stellen via de chat. Komt je vraag niet in het webinar, komt hij achteraf in de presentatie of Q&A via de Richtlijnentool: Ontwikkelen vanuit het patiëntenperspectief.



Niet aan het woord? Dan graag je microfoon uit.



Het webinar wordt opgenomen. Wil je niet in beeld? Houd dan je camera uit.



Teruglezen of terugkijken?

De opname en presentatie wordt z.s.m. geplaatst op de

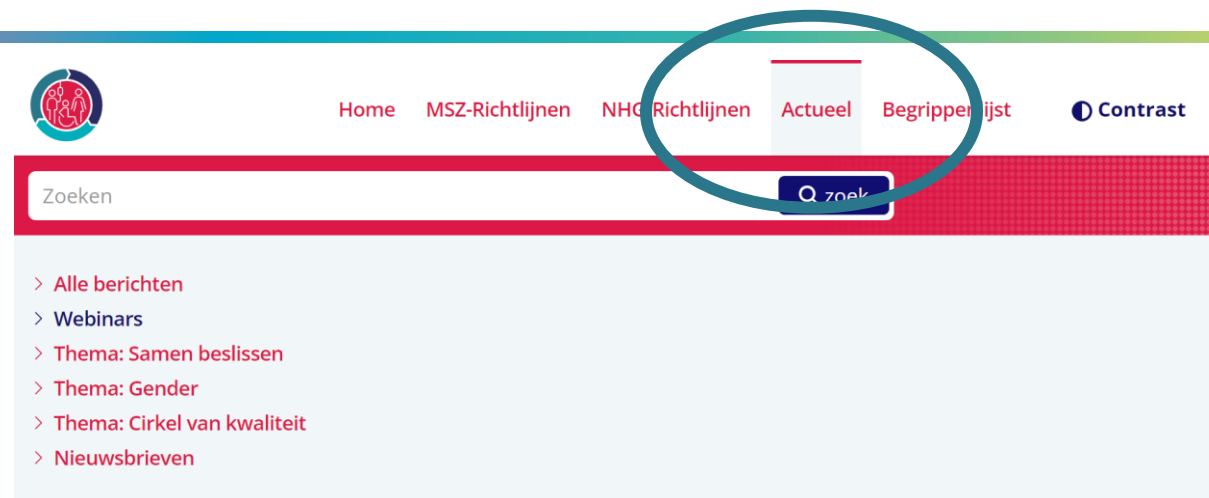


Richtlijntool

ontwikkelen vanuit het patiëntenperspectief

Het webinar is 6 maanden terug te kijken. Evenals de presentaties en eventuele Q&A

<https://richtlijntool.patiëntenfederatie.nl>



Webinar Leefstijl in richtlijnen dinsdag 12 november 2024

19 augustus 2024



Hoe weet je in hoeverre leefstijlaanpassingen kunnen helpen in de behandeling? En hoe begin je het gesprek over leefstijl? Tijdens dit webinar nemen wij je mee in hoe leefstijl geborgd kan worden in de richtlijnen.

Webinar Achterbanraadpleging bij richtlijnen dinsdag 15 oktober 2024

19 augustus 2024



Kijk hier het webinar over achterbanraadpleging bij richtlijnen terug. In dit webinar hebben we concrete voorbeelden en tips gedeeld bij de verschillende stappen van richtlijnontwikkeling.

Webinar Samen Beslissen in richtlijnen dinsdag 3 september 2024

16 juli 2024



Kijk hier het webinar terug over Samen Beslissen. In dit webinar hebben we besproken welke mogelijkheden er bij het ontwikkelen van richtlijnen zijn om aandacht te vragen voor Samen Beslissen en het belang ervan te benadrukken.

Poll vragen – hoe werkt dit?

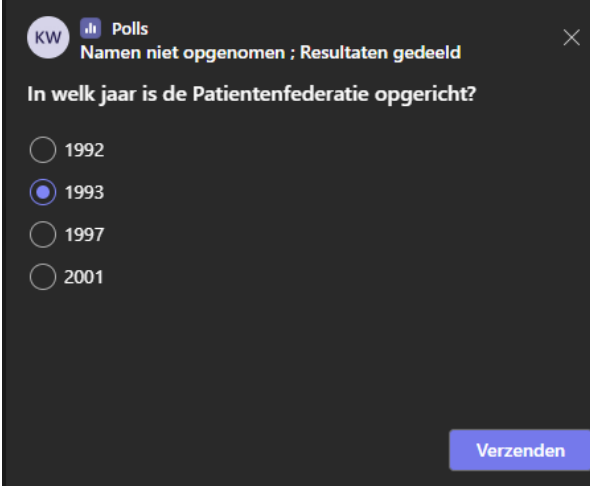
Stap 1: De poll-vraag zal oppoppen op je beeldscherm of in de chat.

Stap 2: Vul het juiste antwoord in en klik daarna op de paarse verzend knop.

Stap 3: Daarna zal er een overzicht van de resultaten op jouw beeldscherm verschijnen, klik daarna op het kruisje of de Gereed-knop om het af te sluiten.

Stap 4: In de chat kun je het overzicht blijven zien en nieuw binnengekomen antwoorden bekijken.

Werkt het niet? Zet je antwoorden in de chat



KW Polls
Namen niet opgenomen ; Resultaten gedeeld

In welk jaar is de Patientenfederatie opgericht?

☐ 1992

☒ 1993

☐ 1997

☐ 2001

Verzenden



Poll vraag 1

Wat zijn volgens jou belangrijke leefstijlfactoren bij de ziekten en aandoeningen waar jouw patiëntenorganisatie mee bezig is?

1. Beweging
2. Roken
3. Alcohol en middelengebruik
4. Voeding
5. Ontspanning
6. Slaap
7. Leefstijlfactoren spelen geen rol

Poll vraag 2

In hoeverre ben je tevreden over de manier waarop leefstijl is meegenomen in richtlijnen?

(van ziekten en aandoeningen waar jouw patiëntenorganisatie mee bezig is)

1. Heel tevreden
2. Tevreden
3. Niet tevreden
4. Helemaal niet tevreden
5. Weet niet/geen mening

Spreekers tijdens dit webinar



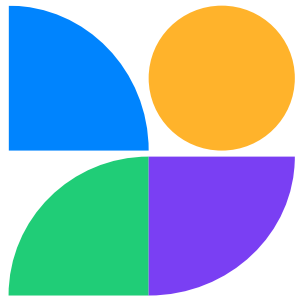
Britt Ketelaars ([LinkedIn](#)) is adviseur patiëntbelang bij het team richtlijnen bij de Patiëntenfederatie Nederland.

Catelijne van Oss ([LinkedIn](#)) is adviseur patiëntenparticipatie richtlijnen in Coalitie Leefstijl in de Zorg bij Patiëntenfederatie Nederland.



Florien Ham ([LinkedIn](#)) is adviseur en PhD leefstijl bij het Kennisinstituut van de Federatie Medisch Specialisten.





Coalitie
Leefstijl in de Zorg

www.leefstijlcoalitie.nl

Centrale gezondheidsmissie van Nederlandse overheid

Nederlanders leven vijf jaar langer gezond
en er zijn 30% minder gezondheidsverschillen
tussen sociaaleconomische groepen in 2040



Sociale basis

Nationaal
preventieakkoord

IZA

WOZO

Nationaal



Sportakkoord II

GALA

Lokaal en regionaal

Deelnemers d.d. 1-1-'24



Bijzondere deelnemers



Zorginstituut Nederland



ZonMw

In de spreekkamer

Heb je wel eens meegemaakt
dat een arts vertelde over
de invloed van gezonde leefstijl
op je ziekte of aandoening?



Onderzoek leefstijl Patiëntenfederatie Nederland (1)

Informatie zoeken

88,9% van de patiënten zoekt informatie over leefstijl

Onderzoek leefstijl Patiëntenfederatie Nederland (2)

Gesprek beginnen

79,3% heeft met zorgverlener gepraat over hoe leefstijl kan helpen bij hun aandoening

60,6% begon zelf het gesprek over leefstijl.

Onderzoek leefstijl Patiëntenfederatie Nederland (3)

Wanneer staan patiënten open voor informatie over leefstijl?

- Als ze zich fitter willen voelen
- Als patiënten meer last krijgen van hun klachten
- Als ze (nieuwe) medicijnen gaan gebruiken of voor een operatie

Onderzoek leefstijl Patiëntenfederatie Nederland (4)

Belangrijk dat zorgverlener inzichtelijk maakt welke klachten aan te pakken zijn door leefstijl

“Steeds meer klachten? Vraag aan je zorgverlener wat jij kunt doen.”



Coalitie
Leefstijl in de Zorg

Strategiehuis

*Maatschappelijke missie
NL overheid*

'In 2040 draagt de zorg optimaal bij aan het gezond
(samen)leven van alle mensen in Nederland'

Doel Coalitie

Inzet op gezonde leefstijl door zorgprofessionals en patiënten vergroten
en de (kennis)versnippering in het veld te verkleinen

Impactpijlers

I

Implementatie bij
patiënten

II

Implementatie bij
zorgprofessional

III

Ondersteunend
systeem

IV

Kennisinfrastructuur

Funderings-pijler

7 coalitieteams bestaande uit coalitiedeelnemers
+ programmabureau

We streven ernaar dat eind 2025



Team Richtlijnen Coalitie Leefstijl in de Zorg



Kernteam

Akwa
GGZ



Federatie
**Medisch
Specialisten**



Federatie
**Medisch
Specialisten**

Kennisinstituut



Koninklijk Nederlands
Genootschap voor Fysiotherapie

De fysiotherapeuten van Nederland

nhg

Nederlands
Huisartsen
Genootschap

Nederlandse
Vereniging van

Diëtisten



Patiëntenfederatie
Nederland

samen de zorg beter maken



Focus



Meer zorgprofessionals zetten
leefstijl in als (mede) behandeloptie
en onderdeel van passende zorg.



Waar relevant maakt leefstijl
onderdeel uit van richtlijnen en
standaarden.



Richtlijnen bieden handelings-
perspectief om leefstijl in te zetten.



“Wat we doen!”

Beweging in gang zetten

Werkgroepen:



Inzicht in leefstijl in richtlijnen



Werkgroep Onderbouwing leefstijl
in richtlijnen



Harmonisatie



Patiëntparticipatie



Implementatie

Poll vraag 3

Bij de richtlijnen waar je bij betrokken bent (geweest), hoe kwam leefstijl ter sprake?

1. Het stond al in de huidige richtlijn
2. In de werkgroep op initiatief van een zorgverlener
3. In de werkgroep op initiatief van patiëntvertegenwoordiger
4. Het kwam niet ter sprake

Je kan je antwoord toelichten

Poll vraag 4

In hoeveel richtlijnen* verwachten jullie leefstijladviezen?

1. <40%
2. 40% - 60%
3. 60% - 80%
4. >80%

** Het gaat hierbij om de richtlijnen voor medisch specialisten, huisartsen, fysiotherapeuten, diëtisten en zorgverleners werkzaam in de geestelijke gezondheidszorg.*

Wie is er bekend met dit rapport?



[Inzicht in leefstijladviezen in richtlijnen van veelvoorkomende aandoeningen](#) (31 mei 2024)

Wat hebben we gedaan?

1. Selectie van richtlijnen over de ziektebeelden die het vaakst voorkomen, een hoge ziektelast hebben en/of ten koste gaan van (gezonde) levensjaren:

- Dementie
- Depressie
- Diabetes Mellitus
- Hart- en Vaatziekten
- Huidziekten
- Longziekten
- Obesitas
- Kanker

2. Selectie van verschillende zorgverleners

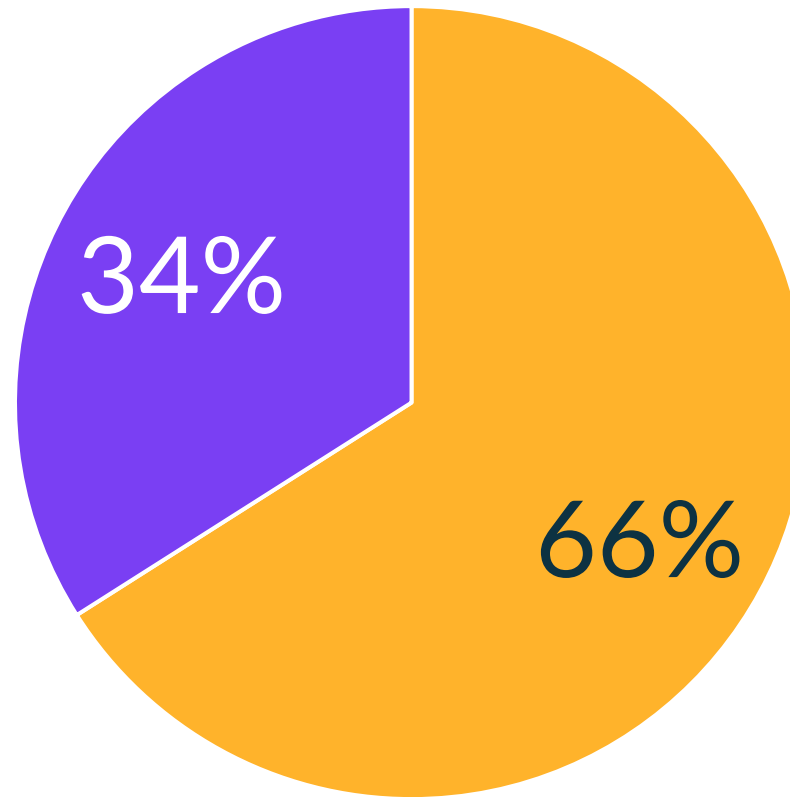
- Medisch specialisten (130 richtlijnen)
- Huisartsen (31 standaarden en 24 behandelrichtlijnen)
- Zorgverleners werkzaam in de geestelijke gezondheidszorg (2 zorgstandaarden)
- Fysiotherapeuten (19 richtlijnen)
- Diëtisten (0 eigen richtlijnen)

195 richtlijnen
in totaal



De meerderheid van de richtlijnen bevatten aanbevelingen met leefstijladviezen*

Richtlijnen zonder
adviezen over
leefstijl



Richtlijnen met adviezen
over leefstijl:

- **Bewegen**
- Roken
- Alcohol-/middelengebruik
- **Voeding**
- Ontspanning/stress
- Slaap

* Leefstijladviezen zijn adviezen over bewegen, roken, alcohol/middelen, voeding, ontspanning/stress, slaap of algemene leefstijladviezen – en een duurzame gedragsverandering beogen.

Voorlopige aanbevelingen (1)

Vorbereidingsfase en knelpuntenanalyse

- Inventariseer of leefstijlfactoren en –gedragingen een rol hebben in ontstaan, het herstel of gevolgen van de aandoening die de richtlijnen betreft.
- Denk na welke leefstijlfactoren een plek krijgen in de richtlijn.

Voorlopige aanbevelingen (2)

Ontwikkelfase

1. Denk na over de formulering:
 - Wat - is er een duidelijke actie?
 - Wanneer - is er een duidelijke indicatie?
 - Wie – welke zorgverlener past de aanbeveling toe?
2. Verwijs (wanneer van toepassing) naar bestaande generieke richtlijnen of adviesorganen:
 - Voedingscentrum
 - Gezondheidsraad

Knelpunten- analyse (1)

Voorbeeld van een knelpunt:

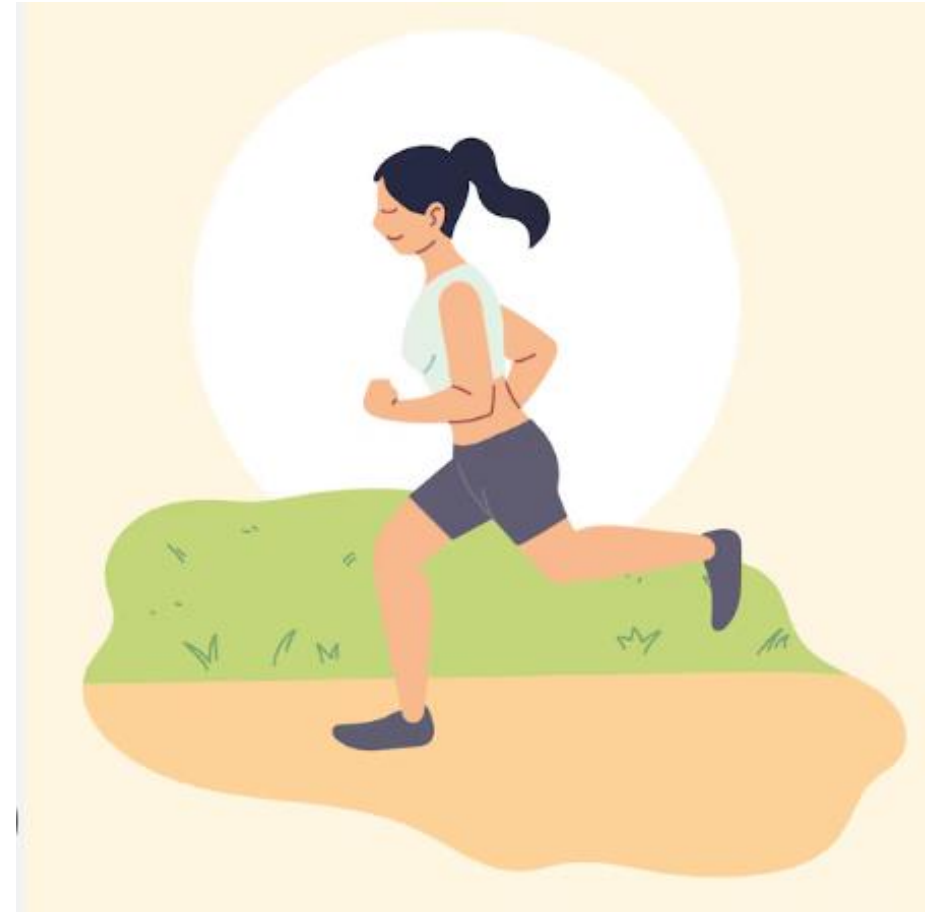
“We horen van patiënten dat voeding niet wordt besproken in de spreekkamer, terwijl het voor veel patiënten wel belangrijk blijkt om hun klachten te verminderen én dat patiënten bereid zijn om voeding aan te passen”



Knelpunten-analyse (2)

Voorbeeld van een knelpunt

“De specialist adviseert om gewicht te verliezen, maar uit een enquête onder patiënten met deze aandoening bleek dat patiënten behoefte hebben aan concrete handvatten hoe je dat op een goede manier aanpakt”



Knelpunten- analyse (3)

Voorbeeld van een knelpunt:

“Uit onze achterbanraadpleging blijkt dat 25% van de patiënten door de specialist wel wordt gevraagd of je goed slaapt, maar niet wat je kan doen als je slecht slaapt



Ontwikkelfase – voorbeeld aanbeveling (1)

Patiënten bij wie een hoog risico bestaat op onvoldoende bewegen en die prijs stellen op supervisie, kunnen worden verwezen naar een passende beweeginterventie, al dan niet in het kader van medische specialistische revalidatie.

WAT

Handeling

WANNEER?

indicatie

WIE?

welke zorgverlener(s)

Ontwikkelfase – voorbeeld aanbeveling (2)

Om het risico op **gastrointestinale maligniteiten** niet verder te verhogen, zijn niet roken, beperking van alcoholgebruik, gezonde voeding en voldoende beweging van belang.

WAT

Handeling

WANNEER?

indicatie

WIE?

welke zorgverlener(s)

Ontwikkelfase – voorbeeld aanbeveling (3)

De werkgroep is van mening dat **kinderen met trombocytopenie (i.e. trombocyten $<50 \times 10^9/L$)** geen sporten zouden moeten beoefenen met een hoog risico op bloedingen (contact sport, sporten of activiteiten met een hoge impact of hoge snelheid, activiteiten met een hoog risico op vallen).

WAT

Handeling

WANNEER?

indicatie

WIE?

welke zorgverlener(s)

Ontwikkelfase – voorbeeld aanbeveling (4)

Geef kinderen en ouders leefstijladviezen met betrekking tot beweging, gewicht, dieet en roken.

WAT

Handeling

WANNEER?

indicatie

WIE?

welke zorgverlener(s)

Ontwikkelfase – voorbeeld aanbeveling (5)

Geef informatie en educatie over artrose bij patiënten met symptomatische knie- en/of heupartrose, en besteed hierbij aandacht aan tenminste de volgende onderwerpen: voordelen van een gezond gewicht en voldoende bewegen; loophulpmiddelen, indien geïndiceerd (zoals wandelstok, rollator).

WAT

Handeling

WANNEER?

indicatie

WIE?

welke zorgverlener(s)

Ontwikkelfase – voorbeeld aanbeveling (6)

Leg uit dat een fysio-, of oefentherapeut ondersteuning kan bieden bij beweegoefeningen en verwijs zo nodig ook door naar een geschikte fysiotherapeut of oefentherapeut.

WAT

Handeling

WANNEER?

indicatie

WIE?

welke zorgverlener(s)

Wat doe je als....

De werkgroep zegt: er is geen bewijs voor dat leefstijl bij deze aandoening een rol speelt



Waar in het proces speelt deze vraag? (1)

Knelpuntenanalyse

- Geen evidence is geen reden om geen uitgangsvraag over leefstijl op te nemen
- Achterbanraadpleging doen voor het ophalen van patiënten voorkeuren uit de praktijk

Waar in het proces speelt deze vraag? (2)

Ontwikkelfase

Er is geen literatuur gevonden
→ kennislacune opnemen

Waar in het proces speelt deze vraag? (3)

Ontwikkelfase

Leefstijl is bewezen niet-effectief

Besteed aandacht aan leefstijl in de overwegingen: *“Waarden en voorkeuren van patiënten”*

→ Wat zijn argumenten van patiënten?

→ Wat hebben patiënten nodig (bijv. informatie over (in)effectiviteit)?

Werkgroep Leefstijl en patiëntenparticipatie in richtlijnen

Hoe kunnen we jullie als patiëntvertegenwoordigers ondersteunen bij het inbrengen van leefstijl in richtlijnen (mits aantoonbaar waardevol).

Focusgroepen

Praktisch:

- Eenmalig
- 1,5 uur
- Online
- Periode januari 2025

Interesse? Mail naar kwaliteit@patientenfederatie.nl of zet je e-mailadres in de chat



Samen voor meer gezondheid



Leefstijl in de spreekkamer

Vragen en afronding

Poll vraag 5

We horen graag wat je van het webinar vond:

1. Hebben wij je kunnen **informer**en ,
enthousiasmeren, activeren, inspireren?
2. En hoe interessant/relevant was dit webinar voor
je op een schaal van 1-5?
3. Over welk onderwerp zou je volgend jaar iets meer
over willen weten?



Waar wil jij
meer
over
weten?



Wil jij
jouw
ervaring
delen?

Actueel
Webinar
programma 2025

INTERACTIEF WEBINAR

Dit en meer informatie is te vinden op de



Richtlijnentool

ontwikkelen vanuit het patiëntenperspectief

<https://richtlijnentool.patientenfederatie.nl>

Heb je nog een algemene vraag over richtlijnen? Geef het even aan in de chat en blijft gerust hangen na afloop van het webinar.

