

Marjolein de Jong

voorzitter raad van bestuur Ziekenhuis Gelderse Vallei



GERICHT OP GEZONDHEID

'Jaarlijks sterven 35.000 Nederlanders door roken, overgewicht of probleemdrinken. Ze zijn samen de grootste oorzaak van ziekte in Nederland,' aldus het Nationaal Preventieakkoord. 35.000 Nederlanders die vanwege deze gezondheidsrisico's op enig moment (ziekenhuis)zorg nodig hebben. De zorgvraag neemt de aankomende jaren alleen maar toe: de bevolking blijft groeien, mensen leven langer en we kunnen steeds meer ziekten behandelen. Het wordt een uitdaging om de zorg beschikbaar en betaalbaar te houden voor iedereen. Voorkomen dat mensen ziek worden is dan ook essentieel, net als, als ze toch ziek zijn, voorkomen dat het erger wordt door zo fit mogelijk een behandeling of operatie in te gaan. Wij zijn ervan overtuigd dat ook ziekenhuizen daarin een belangrijke rol spelen. Daarom richt Ziekenhuis Gelderse Vallei zich hier al jaren op.

Deze focus op gezondheid naast zorg, is voor ons heel logisch. Een goede leefstijl kan ziekte voorkomen en zorgt er daarnaast voor dat patiënten een operatie of behandeling beter aankunnen, sneller herstellen en zich beter voelen. Bovendien draagt het bij aan het behoud van zelfredzaamheid. Gezond eten, voldoende bewegen en goed slapen zijn essentiële elementen van een gezonde leefstijl. Daarom zijn we ook hét ziekenhuis van voeding, bewegen en slaap. Door kennis, kunde en hulpmiddelen rondom deze drie elementen toe te passen, dragen we bij aan preventie.

Toepassen in de behandeling

Bijvoorbeeld hart- en vaatziekten. Bekend is dat die in veel gevallen voorkomen kunnen worden door te stoppen met roken en een goed gewicht door gezonde voeding en voldoende beweging. Gebleken is dat je met aandacht voor leefstijl ook tijdens de behandeling veel gezondheidswinst kunt behalen. Onze cardioloog Tom van Loenhout past dit dan ook toe: "Het bespreekbaar maken van gezonde voeding en leefstijl in het gesprek met patiënten, kan absoluut effect hebben op het beloop van een ziekte en op de kwaliteit van leven."



“Door intrinsiek overtuigd te zijn van het belang van een gezonde leefstijl worden onze medewerkers ambassadeurs.”

Dat gesprek in de spreekkamer wordt makkelijker als zowel arts en patiënt inzicht hebben in gewoontes op het gebied van leefstijl. Bij patiënten met een te hoge bloeddruk maken we daarom gebruik van de Eetscore. Dat is een gevalideerde vragenlijst ontwikkeld door de afdeling Humane Voeding van Wageningen University & Research en getoetst in de praktijk door ons ziekenhuis in samenwerking met de Alliantie Voeding in de Zorg. Na het invullen bespreken patiënten met de arts waar het beste aan gewerkt kan worden, bijvoorbeeld gezonder eten of minder alcohol drinken. Door de vragenlijst regelmatig in te vullen is er zicht op de voortgang. Een ander hulpmiddel is de Beweegmeter, een band om de enkel die de activiteit van een opgenomen patiënt meet. Die maakt inzichtelijk hoeveel de patiënt heeft bewogen in relatie tot de afgesproken doelen.

Door de toepassing van zulke, op wetenschappelijk onderzoek gebaseerde, hulpmiddelen en behandelinterventies wordt het meten van leefstijlgewoontes standaardzorg, net als het meten van de temperatuur of bloeddruk. We geloven dat we hiermee impact kunnen maken, ondanks dat afspraken of opnames in het ziekenhuis relatief korte momenten zijn. Juist tijdens een bezoek aan het ziekenhuis staan patiënten namelijk open om het gesprek over leefstijl aan te gaan en zijn ze meer bereid om eraan te gaan werken.

Medewerkers als ambassadeurs

Ook bij onze 2600 medewerkers zien we kansen. Medewerkers die, net als de gemiddelde Nederlander, ook verleid (kunnen) worden tot ongezonde gewoontes. Daarom stimuleren en faciliteren we gezondheid ook bij hen. Medewerkers in de nachtdienst kunnen bijvoorbeeld een dutje doen in de Powernap pod om hun energie op peil te houden en in ons personeelsrestaurant kunnen ze kiezen voor verse, lekkere en gezonde voeding. In het kader van het Nationaal Preventieakkoord, is de ambitie uitgesproken om in 2022 al een gezond voedingsaanbod te hebben voor patiënten, bezoekers én medewerkers. En bij het lunchwandelen is dat over een rookvrij terrein. Door intrinsiek overtuigd te zijn van het belang van een gezonde leefstijl worden onze medewerkers ambassadeurs. Zij dragen zo hun kennis, kunde en ervaring weer over aan hun omgeving en patiënten, wat zorgt voor een brede maatschappelijke impact.

Samenwerken

Ziekenhuis Gelderse Vallei neemt graag de verantwoordelijkheid voor deze brede maatschappelijke impact. We werken intensief samen met verschillende partners uit de regio, bijvoorbeeld binnen de Coalitie Preventie in Regio Foodvalley, de eerste regionale preventiecoalitie in navolging van het Nationaal Preventieakkoord. Naast ons ziekenhuis zijn Huisartsen Gelderse Vallei, Rabobank, Alliantie Voeding in de Zorg, Wageningen University & Research (WUR), de Christelijke Hogeschool Ede, GGD Gelderland-Midden, Sportservice de Vallei, de 8 regiogemeenten en Menzis daar onderdeel van. Samen werken we aan een gezond gewicht in onze regio, ieder vanuit zijn eigen expertise en mogelijkheden. Een ander voorbeeld is het Leefstijlloket in het ziekenhuis, bemand door Leefstijlcoaches van Sportservice de Vallei. 0e-lijns zorg in het ziekenhuis dus. Ziekenhuispatiënten kunnen desgewenst zo doorlopen en hulp bij leefstijlbevordering wordt hierdoor zo laagdrempelig mogelijk aangeboden.

Uitdagingen

Naast de legio aan kansen voor aandacht voor leefstijl in de zorg zijn er ook een aantal uitdagingen. De eerste is om een nog breder, landelijk, draagvlak te creëren: hoe meer partijen meedoen, hoe beter. Daarnaast is het belangrijk om de impact van preventie in de zorg inzichtelijk te maken. De uitkomst van een interventie in het ziekenhuis is niet altijd meetbaar binnen het ziekenhuisdomein, maar vaak wel daarbuiten. Dit heeft een direct verband met de laatste uitdaging: financiering. Tot op heden is er geen structurele bekostiging voor aandacht voor leefstijl en preventie in de zorg. Mede omdat de opbrengsten niet altijd (op korte termijn) zichtbaar zijn daar waar de kosten gemaakt worden. Dit maakt investeren hierin voor ziekenhuizen lastig. Ziekenhuis Gelderse Vallei heeft het geluk dat in de regio veel partijen zich hard maken voor preventie, waaronder Menzis, één van onze belangrijkste zorgverzekeraars. Je zou kunnen zeggen dat we in Regio Foodvalley een goede voedingsbodem hebben. Maar om investeringen op langere termijn en breder in Nederland mogelijk te maken, is er meer nodig. We nodigen partijen dan ook uit samen aan deze uitdagingen te werken. Alleen dan krijgen we het getal van 35.000 Nederlanders dat jaarlijks overlijdt door roken, overgewicht of probleemdrinken naar beneden. 