

Samen werken aan zelfmanagement

Zelfmanagement Programma NPCF-CBO



Leven met een chronische aandoening vraagt om inventiviteit: van de patiënt, van zijn omgeving en van de betrokken zorgverleners. Het is belangrijk dat patiënten zelf aangeven hoeveel verantwoordelijkheid ze hierin kunnen of willen dragen. Zo krijgen ze de zorg die bij hen past, op een manier die bij hen past. Dat maakt de zorg voor alle partijen lichter.



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

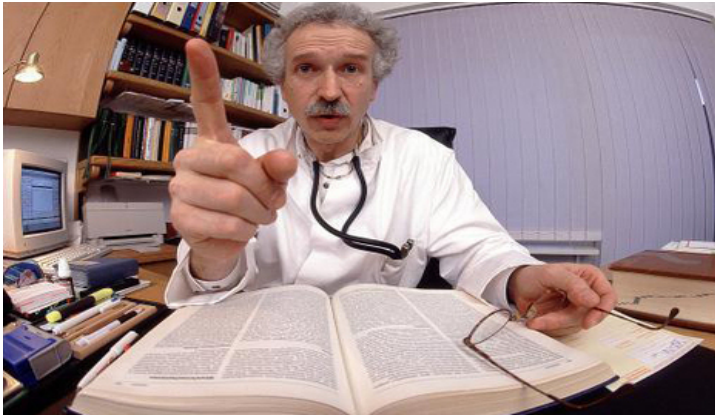


Aspirine door Dirk Witte (1915) (repertoire Jean-Louis Pisuisse)

Als we eens weer burger zijn
Gaan we nooit meer naar de dokter
Zelf genezen w' alle pijn
Als we eerst maar burger zijn.
Kopen elk een pond of tien aspirine, aspirien!
Aspirine voor je oudje
Aspirine voor je hond
Aspirine voor je vrouwtje
Als er weer een kleine komt
Aspirine zal niet hind'ren
Voor je kanarie en je kind'ren
Dokters kan ik niet meer zien
Ik zweer trouw aan d' aspirien



Landelijk Actieprogramma **Zelfmanagement**

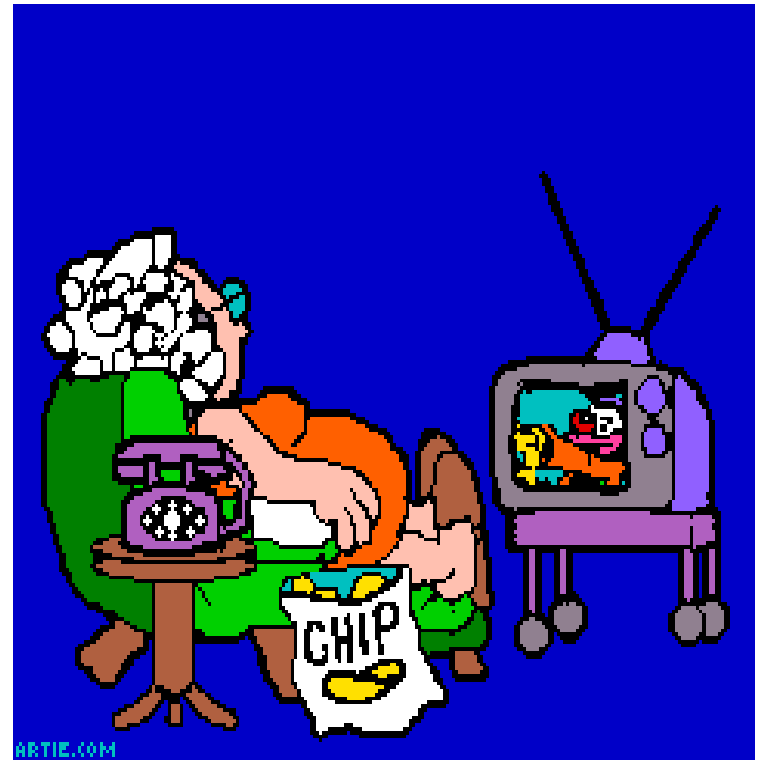


- De traditionele dokter
- De volgzame patiënt
- Chronische patiënt: 363 van de 365 dagen dokter én patiënt
- Afhankelijk en onzeker



Landelijk Actieprogramma **Zelfmanagement**

- Steeds meer aandoeningen chronisch verloop
- Aandoeningen leefstijl gerelateerd (o.a. risicofactoren).
- Geneesmiddelen en operaties alleen werken onvoldoende





Voorwaarde voor een ‘succesvolle’
behandeling verschuift van:

Beschikken over (én toepassen van!) een
effectieve behandelingsoptie voor arts

naar.....

“Meewerkende” en gemotiveerde patiënt



Versnippering van zorg:

- Veel verschillende zorgverleners
- Veel richtlijnen & protocollen
- Domein denken

Gevolg:

- Afstemming ontbreekt
- Zelfde verhaal vertellen
- Aanbod sluit niet aan





Programmatische aanpak chronisch zieken:

Chronisch ziekenbrief (juli 2008)

- *Ontwikkelen zorgstandaard voor chronische aandoeningen*
- *Versterken samenhang preventie en curatie*
- *Zelfmanagement*
- *Multidisciplinaire zorg dicht bij huis*



Toegenomen aandacht voor zelfmanagement:

- Patiënten(organisaties) vragen er zelf om
- Leefstijl belangrijk(er) onderdeel behandeling
- Nieuwe verhoudingen: patiënten hebben ook eigen verantwoordelijkheid / empowerment
- Programmatische aanpak

Maar ook:

- Dubbele vergrijzing: vraag en aanbod sluit niet aan
- ICT-ontwikkelingen maken meer mogelijk
- Doelmatig: betere uitkomsten van zorg



Zelfmanagement:

Veel verschillende definities en interpretaties:

- *Patiënten willen helemaal niet (Margo Trappenburg)*
- *Patiënten kunnen helemaal niet (veel artsen)*
- *Breed begrip: van medicijngebruik tot eigen regie*
- *Brede doelstelling: van patiënt-empowerment tot kostenbesparing*





Landelijk Actieprogramma **Zelfmanagement**

Doel zelfmanagement:

Het beheersen van de gevolgen van
ziekte

De ziekte een plek in je leven
geven

Kwaliteit van leven verhogen

Je krijgt wat,

Je hebt wat,

*Je moet er mee leren
leven.*





Landelijk Actieprogramma **Zelfmanagement**

Copyright 2002 by Randy Glasbergen.
www.glasbergen.com

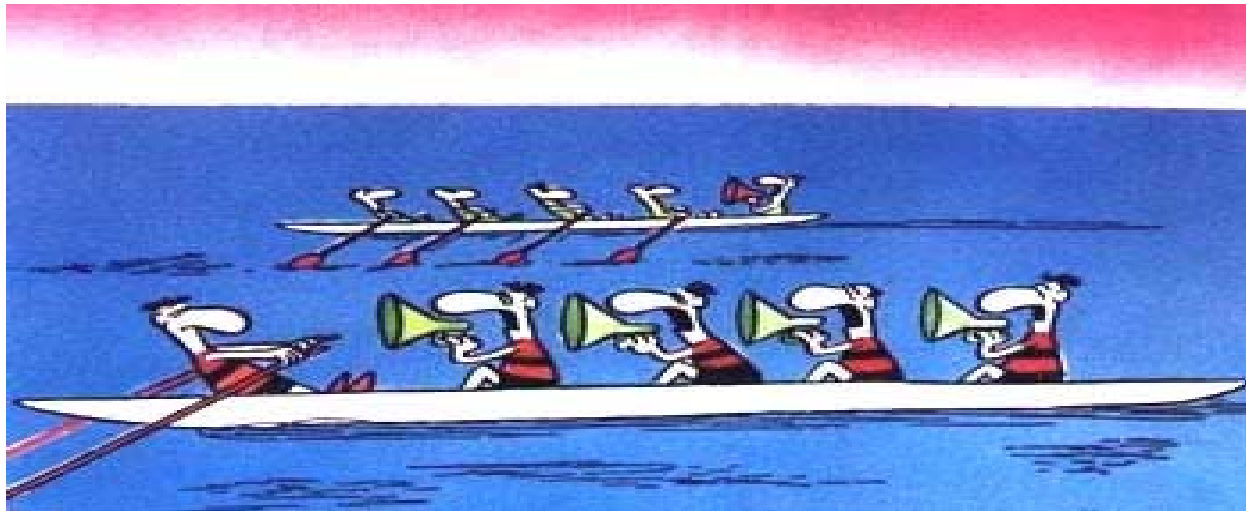


“I’ve always been a high achiever, always striving for bigger, faster, greater...and now suddenly I’m expected to settle for *lower blood pressure and less cholesterol?!*”



Landelijk Actieprogramma **Zelfmanagement**

- Verandering van leefstijl is erg moeilijk
- Diverse zorgverleners *vertellen* patiënt wat hij moet doen, maar niet hoe en waarom





Voorwaarden Zelfmanagement:

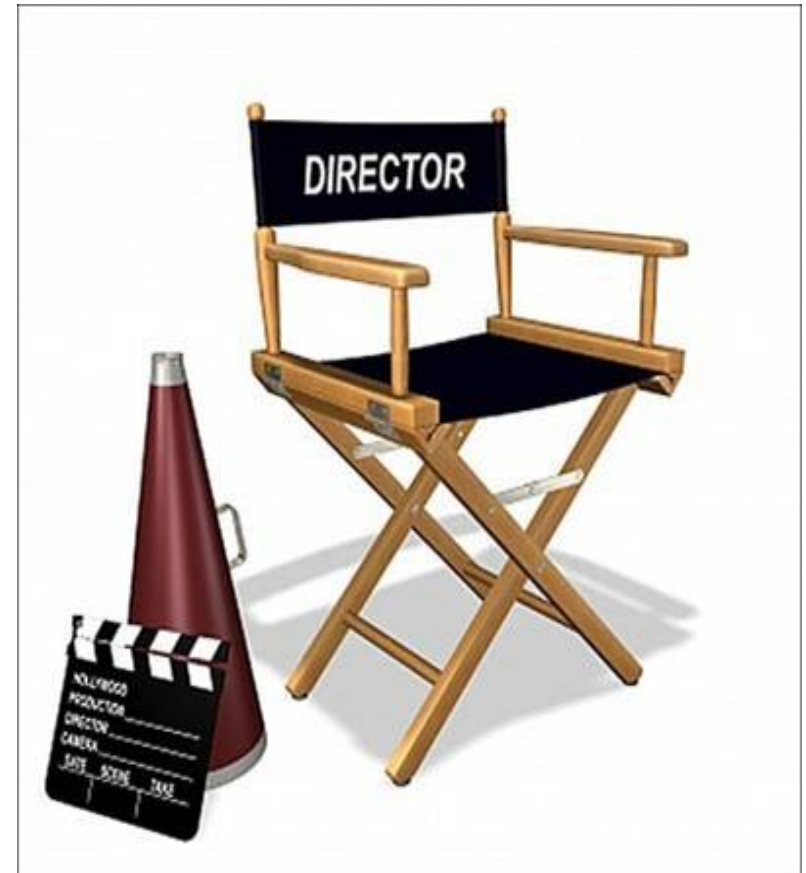
- **Kennen: waarom?**
(informatie op maat, patiëntenversies richtlijnen)
- **Kunnen: hoe?**
(educatie, vaardigheden)
- **Willen!**
(motivatie, selfefficacy)
- **Doen & Volhouden: waarmee?**
(interventies, patiëntenportaal, zelfmeetapparatuur)





Individueel zorgplan

- = het draaiboek voor de patiënt om de regie te voeren!
- = alle zorg komt samen in zorgplan
- = basis voor digitaal zelfzorgdossier





Ondersteuning

Van curatieve zorg naar
coachende zorg

Centrale zorgverlener:

- keuze patiënt
- vast aanspreekpunt
- beschikbaarheid

Patiënt & zorgverlener:
communicerende vaten

praktijk

Chronisch patiënt moet eigenaar van zijn ziekte worden

De dokter als coach



Patiënten die zelf een belangrijke rol hebben in de behandeling van hun aandoening, moet je niet bestoken met informatie en adviezen. De patiënt bij de les houden en motiveren, heeft meer effect.

Henk Maassen

In Duitsland kennen ze het al: daar kunnen chronisch zieken zich laten scholen in hun ziekten. In ruil daarvoor hoeven ze niet te betalen voor bezoeken aan de eerste lijn. Het idee is dat ze met die kennis meer grip krijgen op hun aandoening. De resultaten wijzen daar ook op: veel diabetes- en COPD-patiënten schreven zich in en hun HbA1c respectievelijk longfunctie verbeterde. Het wachten is op de eerste Nederlandse zorgverzekeraar die hiermee aan de slag gaat, zci minister Klink onlangs op een hoorcollege in het UMC Utrecht. Klink verwacht veel van zelfmanagement, getuige ook de brief die hij vorige week naar de Tweede Kamer stuurde. 'Adequaat zelfmanagement' betekent volgens hem: de regie over eigen leven in eigen hand houden en mede richting geven aan hoe de beschikbare zorg wordt ingezet. Maar het is ook het nemen van verantwoordelijkheid voor de eigen gezondheid, bijvoorbeeld via een leefstijl die eraan bijdraagt dat de ziekte niet verergert. Citaat: 'Toepassen van zelfmanagement veronderstelt dat de patiënt weet wat de ziekte inhoudt, wat de consequenties zijn en wat hij zelf kan en moet doen om de ziekte (complicaties) te voorkomen of te beheersen.'

63 nr. 27 | 4 juli 2008 | Medisch Contact | 1163



Zelfmanagement is niet

*Zoek het zelf maar uit
management!*

Vereist:

- Cultuuromslag in zorgaanbod
- Cultuuromslag in samenwerking
- Infrastructuur





Zelfmanagement en veiligheid

- Risico's m.b.t. moeilijk bereikbare groepen:
 - Laaggeletterden
 - Niet westerse culturele achtergrond
 - Verstandelijk gehandicapten
 - Digibeten



Overige risico's:

- Communicatie met zorgverleners
- Veiligheid hulpmiddelen
- Digitale omgeving
- “Ik zoek het zelf wel uit”-management



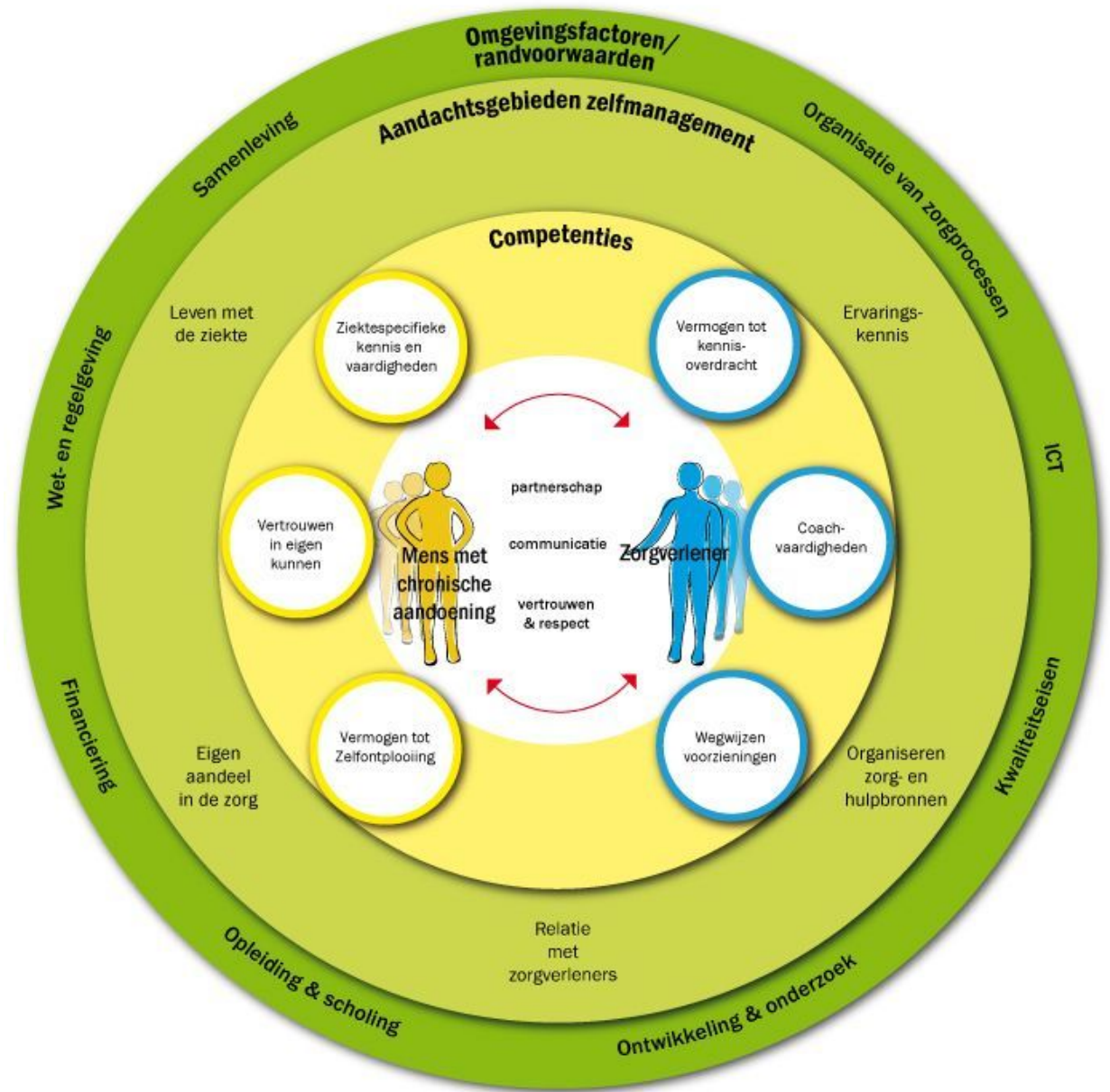


Zelfmanagement Programma NPCF-CBO

- Financiering:* VWS
- Opdrachtgevers:* NPCF & 7 patiëntenorganisaties
- Uitvoering:* CBO, looptijd 2008 - 2012
- I.s.m*
- kennisinstututen
 - beroepsverenigingen
 - wetenschappers



Landelijk Actieprogramma
Zelfmanagement



Zelfmanagement “in woord en beeld”