

Verbinding tussen de tweedelijnszorg en de sport- en beweegsector – wat werkt?

Goede voorbeelden uit drie ziekenhuizen

Factsheet 2023/7

Eline Smit, Dorine Collard en Kirsten Gutter

Een aantal ziekenhuizen in Nederland loopt voorop als het gaat om leefstijlinitiatieven waarin samenwerking tussen zorg- en sportprofessionals wordt gestimuleerd. Het Universitair Medisch Centrum Radboud, Jeroen Bosch Ziekenhuis en Ziekenhuis de Gelderse Vallei hebben deze samenwerking geïmplementeerd. Op basis van interviews met tien projectleiders, artsen, verpleegkundigen en buurtsportcoaches zetten we zeven succesfactoren van die initiatieven op een rij.

Achtergrond

Sporten en bewegen kan van extra waarde zijn bij de behandeling van ziekten ([Pedersen & Saltin, 2015](#)). Bij veel chronische ziekten vergroot bewegen het effect van een medische behandeling. In enkele gevallen is het effect zelfs even groot of groter dan een medische behandeling.

Er is de afgelopen jaren steeds meer aandacht voor leefstijlgeneeskunde, waaronder het belang van sport en bewegen, in de zorg. Zo staat in het [Integraal Zorg Akkoord van 2022](#) de ambitie om meer op leefstijlgeneeskunde in te zetten door de samenwerking tussen het sociale domein en de zorg te verbeteren.

Daarnaast is één van de *wicked problems* in het MOOI-programma van [ZonMw](#): '[sport en bewegen wordt te weinig ingezet binnen de gezondheidszorg](#)'. Hierin wordt vanuit een *crew* richting gegeven aan welke kennis en innovaties nodig zijn om deze implementatie te verbeteren. Deze crew bestaat uit stakeholders uit overheid, bedrijfsleven en wetenschap en vertegenwoordigers van gebruikers (de doelgroepen).

Ondanks de erkenning voor de meerwaarde van de verbinding tussen het zorg- en sportdomein staat deze samenwerking nog in de kinderschoenen. Minder dan een kwart van de buurtsportcoaches geeft aan samen te werken met professionals in de tweedelijnszorg ([Collard & Gutter, 2022](#)).

Om te inspireren en leren over wat werkt in de verbinding tussen de tweedelijnszorg en de sport- en beweegsector hebben we in drie ziekenhuizen succesfactoren opgehaald. Meer informatie over hun initiatieven is te lezen in de kaders hieronder.

Leefstijloket, Ziekenhuis Gelderse Vallei

Artsen of verpleegkundig specialisten kunnen in het Ziekenhuis de Gelderse Vallei doorverwijzen naar [het leefstijloket](#). Hier krijgen patiënten twee gratis consulten met een leefstijlcoach, waarin ze bespreken hoe ze zelfstandig kunnen werken aan een gezondere leefstijl. Doorverwijzing naar een fysiotherapeut, diëtist of stoppen-met-roken-consultant is ook een mogelijkheid.

Samen Gezond Spreekuur, Jeroen Bosch Ziekenhuis

In samenwerking met de GGD en leefstijlcoaches richt dit initiatief zich op onderliggende problematiek bij overgewicht en het volgen van een gezonde leefstijl. Artsen en verpleegkundig specialisten kunnen mensen naar [dit spreekuur](#) verwijzen. Verpleegkundigen maken met de patiënt een persoonlijk plan van aanpak om de onderliggende problematiek aan te pakken. Hierin kan doorverwezen worden naar een groot aantal partners binnen en buiten de sport, zoals de buurtsportcoach, de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI) en activiteiten in wijkcentra.

Beter Gezond, UMC Radboud

Beter Gezond faciliteert zorgverleners in de eerste, tweede en derde lijn met trainingen en tools om het gesprek over leefstijl in de spreekkamer aan te gaan en vervolgens door te verwijzen. Het doel is patiënten duurzaam en preventief te helpen met hun leefstijl, om niet alleen de klacht curatief te verhelpen, maar ook de kans te verkleinen dat ze terugkomen met dezelfde of een andere klacht. Eén van de ontwikkelde tools die inmiddels door zorgverleners uit het hele land wordt gebruikt is [Beter Verwijs](#). Een leefstijlverwijsplatform waar zorgverleners patiënten gemakkelijk kunnen doorverwijzen naar passende leefstijl- en sociaaleconomische begeleiding in het paramedisch en sociaal domein.

Succesfactoren

We hebben de volgende zeven succesfactoren geïdentificeerd:

1. Zorg voor beleidsmatige inbedding van leefstijl, waaronder bewegen, en intersectorale samenwerking in het ziekenhuis. Het is voor de initiatieven binnen de drie ziekenhuizen van belang dat het ziekenhuis beleid voert dat het leefstijlproject ondersteunt. Hoewel het beleid niet direct bijdraagt aan bijvoorbeeld de financiering voor het initiatief, helpt het om het initiatief te borgen en artsen erbij te betrekken:

'Ik denk dat het op bestuurlijk niveau wordt omarmd en dat is wel een voorwaarde als je het echt wil integreren. En om een voorbeeld te geven: er is ook bij ons een werkgroep (...) en daar zitten allemaal belangrijke teamplayers in zoals professoren, maar ook een medisch directeur die niets anders hebben dan preventie om over te spreken en om dat te integreren in het ziekenhuis, dus dat geeft ook maar weer die bestuurlijke inbedding aan. Ik denk dat daar veel aandacht voor is en het daarom goed loopt.'
(Projectleider)

2. Vergroot kennis bij zorgprofessionals om het gesprek over leefstijl aan te gaan. Leefstijl wordt (nog) niet standaard besproken tijdens een behandeling. Daarom hebben ook niet alle zorgprofessionals hier ervaring mee. Zij hebben handvatten nodig om dit gesprek aan te gaan. Dit kan in de vorm van een training en/of ondersteunende materialen. Een [dergelijke training wordt aangeboden binnen Beter Gezond van het UMC Radboud](#).

Deze is ook beschikbaar voor zorgprofessionals van andere ziekenhuizen.

3. Laat gespecialiseerde verpleegkundigen het leefstijlgesprek voeren. In alle drie de ziekenhuizen gaan gespecialiseerde verpleegkundigen het gesprek over leefstijl met de patiënt aan en verwijzen zij patiënten door. Zij hebben relatief meer tijd en hebben een belangrijke continue rol tijdens het behandelproces. Hierdoor zijn zij de aangewezen personen voor de leefstijlgesprekken.

4. Leer van elkaars verwachtingen en werkwijzen door ontmoeting. Om de samenwerking tussen de tweedelijnszorg en het sociaal domein te laten slagen is het belangrijk dat professionals uit beide sectoren bekend worden met elkaars taal, verwachtingen en werkwijzen. Leefwerelden moeten bijeengebracht worden. Zoals een arts hier omschrijft, is het daarvoor nodig om elkaar te ontmoeten:

'Kijk wij zitten in de gezondheidszorg, als je in het sociaal domein zit dan heb je ook echt andere taal. Dan is het ook super handig als er een plek is waar je bij elkaar kunt komen en dat je met elkaar van gedachten kunt wisselen. Anders krijg je alleen maar dat je tegenover elkaar komt te staan en dat is natuurlijk niet de bedoeling. En ook dat je verwachtingen bijstelt. Dat je weet, dat kan ik wel aan hun vragen en dat niet.' (Arts)

Elkaar ontmoeten en leren kennen bevordert dat een zorgprofessional een goed beeld krijgt van waar die zijn of haar patiënt naartoe doorverwijst. Vertrouwen in de doorverwijzing is een belangrijke bevorderende factor:

'Dat zit hem in het kennen van mensen. En dat klinkt wellicht heel erg simpel, maar volgens mij is dat echt de kern. Theoretisch kan het allemaal kloppen, maar zodra een arts moet doorverwijzen naar, zal hij altijd door willen verwijzen naar iemand die hij kent, iemand die hij vertrouwt en ook waarvan hij weet daar komt mijn patiënt goed terecht'. (Buurtsportcoach)

5. Maak duidelijke werkafspraken over de doorgeleiding van de patiënt. Er is een aantal cruciale onderdelen in het verwijzingsproces die vragen om duidelijke afstemming. Hoe wordt een patiënt doorverwezen (via e-mail, een app of telefoon)? En heeft de zorgprofessional behoefte aan een terugkoppeling over de voortgang van de patiënt na doorverwijzing? Dit kan voor iedereen anders zijn, dus afspraken hierover moeten aansluiten bij de persoonlijke behoeften.

Gespecialiseerde verpleegkundigen hebben in mindere mate behoefte aan terugkoppeling, omdat zij de patiënten

vaak zien. Artsen die minder regelmatig contact hebben met de patiënt, geven aan meer behoefte te hebben aan terugkoppeling vanuit de sportprofessionals over de voortgang of ervaringen.

Ook zijn duidelijke doorverwijscriteria belangrijk om te zorgen dat patiënten op de juiste plek terechtkomen:

'Vanuit een medisch oogpunt is het heel snel: oh iemand heeft nog moeite met bewegen, hij/zij wordt doorgezet naar de fysiotherapeut. Dat kan echt nog wel sterker, dat het tussen de oren komt dat bewegen meer is dan trainen. Waardoor ik denk dat er heel veel vragen die nu nog naar de fysiotherapeut gaat, dat die naar het regulier sportaanbod kunnen of een buurtsportcoach. [...] Moet je je conditie opbouwen met een fysio? Als je last hebt van je knie, je hebt meer begeleiding nodig en je hebt speciale oefeningen nodig, ja dan gaan je naar een fysio. Maar heel vaak is het gewoon bij de oncologie conditie opbouwen en weer vertrouwen opbouwen in je lichaam. Dat wordt ook allemaal doorgezet naar de fysio. Dat vind ik echt een mindset verandering die hier nog nodig is.' (Projectleider)

6. Maak gebruik van leefstijlambassadeurs.

Ambassadeurs zijn enthousiaste artsen of verpleegkundigen die collega's willen meenemen in het leefstijlinitiatief. Zo komen nieuwe werkwijzen niet altijd van hogere hand, maar van een collega:

'Je bent persoonsafhankelijk. En enthousiasme is aanstekelijk. Als je het hebt over een werkzaam element moet je ook iemand hebben die gelooft in de aanpak. Wat ook echt heel erg werkt hier is dat wij een arts hebben verbonden aan het project die ons mee ondersteunt en hij is weer degene die het naar zijn collega's neemt. Het is ook beter als een arts het aan zijn collega's vertelt dan ik.' (Projectleider)

7. Zorg voor continue zichtbaarheid van het

leefstijlinitiatief. Om het aantal doorverwijzingen hoog te houden is het belangrijk om op de langere termijn te blijven werken aan de zichtbaarheid van het leefstijlinitiatief. Dit kan bijvoorbeeld door succesverhalen te blijven delen na de eerste kennismakingen:

'Het is belangrijk dat de verschillende afdelingen weet van je hebben. Want je kan nog zo'n prachtig leefstijlloket hebben, als artsen jou niet weten te vinden dan zit je hier alsnog een beetje uit je neus te eten. Ook contacten onderhouden met de verschillende afdelingen. Zo'n afdeling wil natuurlijk weten wat de meerwaarde is van de doorverwijzing. Dus ook bijvoorbeeld dat wij die terugkoppeling kunnen geven, dat een arts precies kan zien wat er allemaal gebeurd is, of het een succesverhaal is of dat er nog van alles moet gebeuren... dat is voor een arts natuurlijk hartstikke belangrijk om te weten. Dus een stukje interne communicatie met verschillende afdelingen door bijvoorbeeld aan te sluiten bij een overleg, of een keer een presentatie geven van wie je bent en wat je doet, dat is zeker belangrijk.' (Leefstijlcoach)