

Stappenplan toepassing Positieve gezondheid

September 2018



WHAT = Stappenplan:

1. Wat is Positieve Gezondheid?
2. Wat is de meerwaarde?
3. Voor wie?
4. Stappenplan
5. Ondersteuning
6. Tips
7. Kosten en/of vergoeding



1. Wat is Positieve Gezondheid?

Machteld Huber introduceerde het **concept** positieve gezondheid in Nederland in 2012. In dit concept wordt gezondheid niet meer gezien als de af- of aanwezigheid van ziekte, maar *als het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en zoveel mogelijk eigen regie te voeren.*

“Mensen zijn niet hun aandoening”

“Het accent ligt niet op ziekte”

“Focus op mensen zelf, op hun veerkracht en op wat hun leven betekenisvol maakt”

“Aandacht voor fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven”

“En om zo veel mogelijk eigen regie te voeren”

Brede kijk op gezondheid uitgaande van **6 gezondheidsdimensies**:



- **lichaamsfuncties:** medische feiten, medische waarnemingen, fysiek functioneren, klachten en pijn, energie
- **mentale functies en -beleving:** cognitief functioneren, emotionele toestand, eigenwaarde/zelfrespect, gevoel controle te hebben, zelfmanagement en eigen regie, veerkracht
- **spiritueel/existentiële dimensie:** zingeving/meaningfulness, doelen/idealen nastreven, toekomstperspectief, acceptatie
- **kwaliteit van leven:** kwaliteit van leven/welbevinden, geluk beleven, genieten, ervaren gezondheid, lekker in je vel zitten, levenslust, balans
- **sociaal maatschappelijke participatie:** sociale en communicatieve vaardigheden, betekenisvolle relaties, sociale contacten, geaccepteerd worden, maatschappelijke betrokkenheid, betekenisvol werk
- **dagelijks functioneren:** basis Algemeen Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL), instrumentele ADL, werkvermogen, health literacy.

In deze visie is gezondheid niet langer meer strikt het domein van zorgprofessionals, maar van iedereen. Het is een gezamenlijke taal tussen sociale en zorg domein.







2.1 Meerwaarde - Patiënt:

- De mens staat centraal en wat voor hem/haar belangrijk is. Niet de ziekte.
- Ook aandacht voor verliesverwerking en zingeving en levensrollen
- Benadrukt wat nog wel kan en niet wat er niet meer gaat.
- Sluit aan bij wat voor de patiënt op dat moment primair aan de orde/van belang is
- Focus op gezondheid

2.2 Meerwaarde - Zorgverlener:

- Met deze brede kijk op gezondheid mensen helpen in beweging te komen richting een doel dat ze zelf belangrijk vinden.
- ‘Ander gesprek’
Wat is voor u echt belangrijk?
Wat zou u willen veranderen?
- Verbinding met de patiënt.
- Beter aansluiten bij de vraag.

	<p>3. Voor wie? Huisarts, POH, Assistenten.</p>
	<p>4. Stappenplan: Het gaat om experimenteren. In afstemming met de praktijk wordt een concreet plan gemaakt afgestemd op de behoefte. In grote lijnen worden onderstaande stappen daarbij doorlopen.</p> <p>Stap 1 Maak het concept positieve gezondheid bespreekbaar met medewerkers op de praktijk. Eventueel presentatie over het concept door Monique van den Broek (ambassadeur positieve gezondheid Synchron).</p> <p>Stap 2 Vul zelf het spinnenweb in op www.mijnpositievegezondheid.nl</p> <p>Stap 3 Maak een keuze uit onderstaande mogelijkheden waarop je met positieve gezondheid aan de slag wil gaan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zorgverlener: ander gesprek, implementeren Spinnenweb 2. Praktijk: Intervisie aan de hand van het concept positieve gezondheid (PIM) 3. Wijk: Opbouwen netwerk positieve gezondheid (partners in de wijk leren kennen om naar door te kunnen verwijzen) <p>Stap 4 In samenwerking met medewerkers synchron optie 1, 2 of 3 uitwerken. Tijdsplan wordt hierin verwerkt binnen de totale doorlooptijd van 8 maanden.</p>
	<p>5. Ondersteuning: Monique van den Broek, m.vandenbroek@synchron.info, 06-22341845</p>
	<p>6. Tips Positieve Gezondheid is een vrij nieuw concept. Hoe dit concreet toe te passen in de dagelijkse huisartsenpraktijk is nog niet uitgekristalliseerd. Het is dan ook nog experimenteren op welke wijze dit concept het beste in de dagelijkse huisartsenpraktijk ingepast kan worden. Zowel op hulpverlenersniveau, praktijkniveau als wijkniveau. Wil jij deze uitdaging met ons aangaan? Kies dan voor deze module!!!</p>
	<p>7. Kosten en/of vergoeding Er zijn geen kosten aan verbonden.</p>