

Conferentie 'Jij maakt het uit' – 14 februari 2015

Een nieuw concept van gezondheid

En hoe dat kan werken in de praktijk...

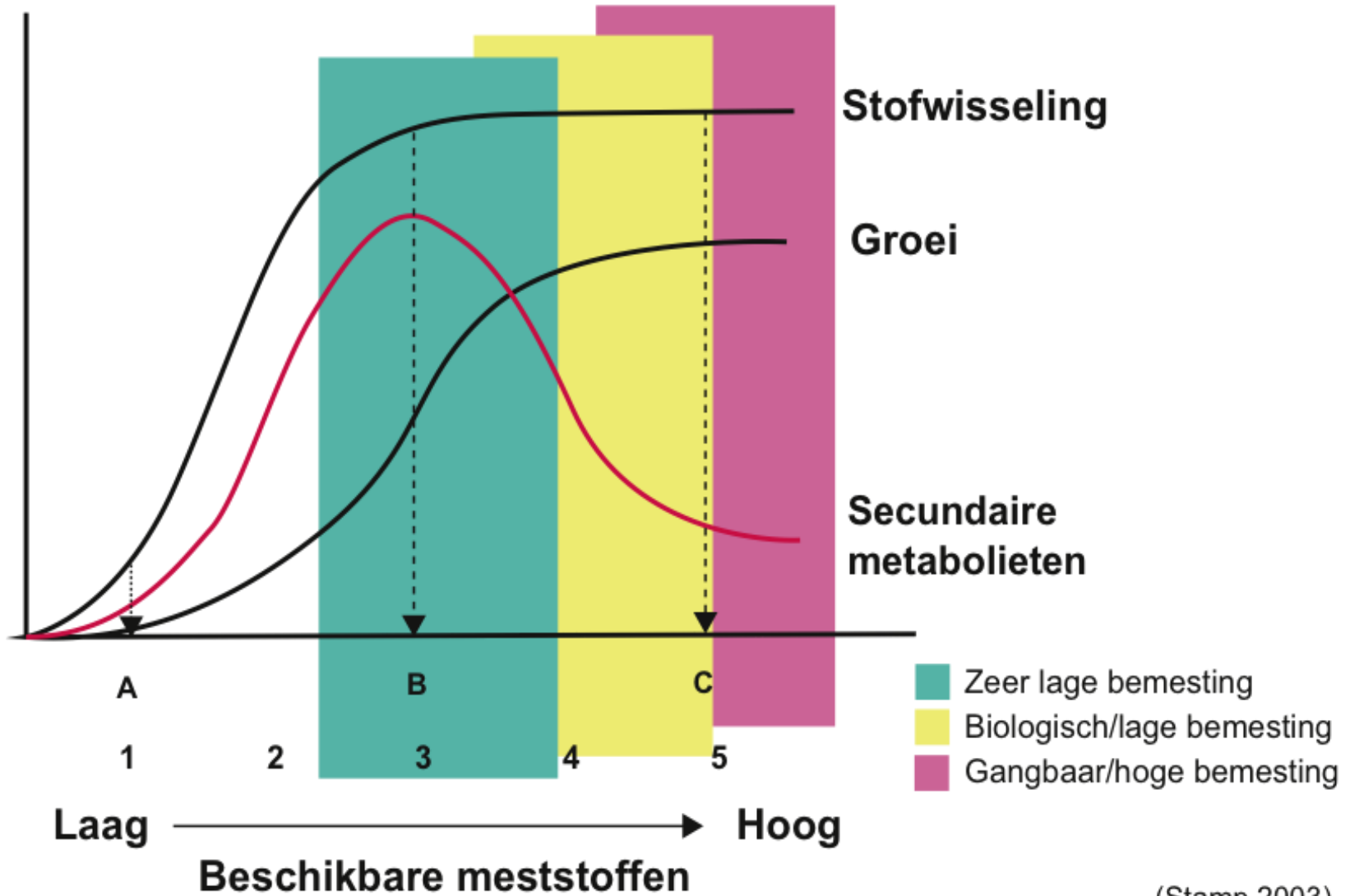
LOUIS BOLK
I N S T I T U T E

Dr. Machteld Huber, arts, senior-onderzoeker
Louis Bolk Instituut, Driebergen
www.louisbolk.nl

De opbouw van mijn verhaal:

- 1 - De route naar het thema
- 2 - Filmpje over de eerste fase, leidend naar het nieuwe concept van gezondheid
- 3 - Het vervolgonderzoek, leidend naar 'positieve gezondheid'
- 4 – Conclusie

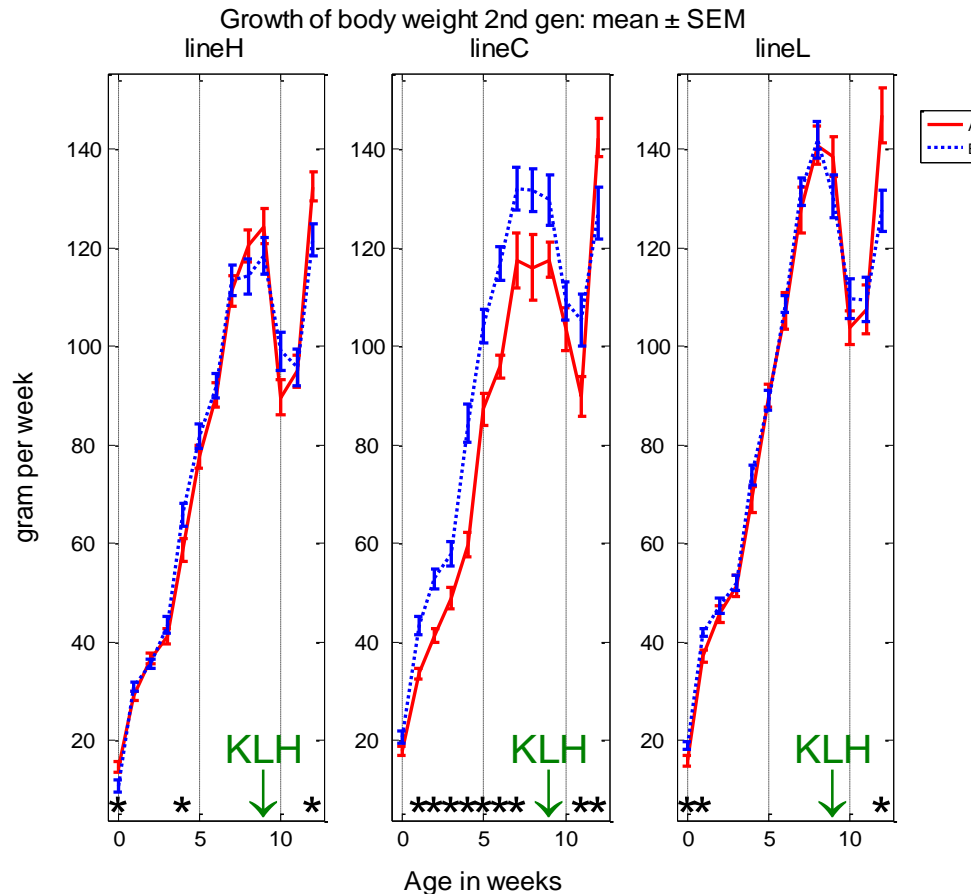
Relatie Bemesting en Plantfysiologie



(Stamp 2003)

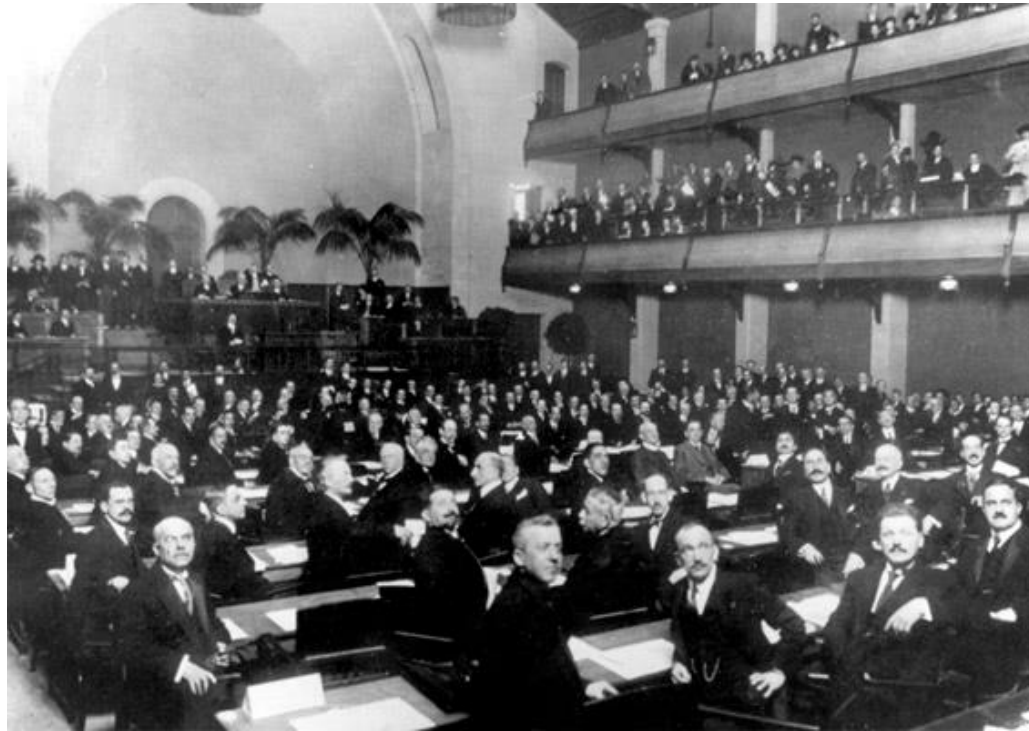
1- De route naar het thema: Voedingsonderzoek bij dieren

- **Groei:** Dieren op **Voer B** groeiden sterker tot aan de **KLH** challenge. Daarna nam de groep op **Voer A** de voorsprong over: een sterkere *catch-up growth*, in alle 3 de groepen. *Een conclusie over gezondheid was niet mogelijk ...*



‘Health’ is nog steeds gedefinieerd met de WHO definitie van 1948:

“A state of complete physical, mental, and social well-being and not merely the absence of disease, or infirmity.”



Sindsdien vaak bekritiseerd, maar nooit gewijzigd.

2. Filmpje over het nieuwe concept van gezondheid

Parelfilmpje

<http://youtu.be/eNIVJptxJu0>

www.zonmw.nl/gezondheid

Als **'general concept'** is dus voorgesteld:

***“Health as the ability to adapt
and to self manage,
in the face of social, physical and emotional
challenges”***

of

***“Gezondheid als het vermogen om je aan
te passen en je eigen regie te voeren,
in het licht van de sociale, fysieke en emotionele
uitdagingen van het leven”***

3. Het vervolgonderzoek

ZonMw gaf opdracht om

*'Health as the ability to adapt and to self manage,
in the face of social, physical and emotional challenges'*

verder uit te werken, in samenspraak met diverse stakeholder domeinen.

In totaal werden 7 stakeholder domeinen benaderd:

1. Patiënten
2. Behandelaars
3. Beleidsmakers
4. Verzekeraars
5. Public Health actors
6. Burgers
7. Onderzoekers

In een kwantitatief en een kwantitatief onderzoek.

Kwalitatief onderzoek

In 50 **semi-gestructureerde interviews** en **focusgroepen** werd gevraagd:

1. Wat vindt u van het concept van gezondheid, **positief** zowel als **negatief**?
2. Wat zijn voor u **indicatoren** van gezondheid?
3. Vallen deze indicatoren **onder** het concept, of juist niet?

Resultaten kwantitatief onderzoek

Het oordeel over het concept:

Positief:

- *De **mens** staat centraal, niet de ziekte.*
- *Ik voel mij als patiënt **in mijn kracht** aangesproken, in plaats van in mijn zwakte.*
- *Ik heb **naast mijn ziekte** ook nog een heel stuk gezondheid en **dát** wordt hiermee aangesproken.*
- *Het benadrukt het **potentieel**.*

Resultaten kwalitatief onderzoek

Het oordeel over het concept:

Negatief:

- *Is hiermee iemand met een chronische ziekte, die **uitstekend is aangepast**, maar **zich ellendig voelt**, opeens ‘gezond’?*
- *Wat betekent dit voor **vergoedingen**: hoe beter aangepast, hoe minder?*
- *Waar blijft de **ziekte** met deze omschrijving?*
- ***Kan iedereen dit wel?** Grote groepen ontberen de noodzakelijke basale gezondheidsvaardigheden die hiervoor nodig zijn.*
- *Is er wel aandacht voor de **sociale omgeving** of moet iedereen het zelf maar uitzoeken?*
- *Moet ik mij maar **aanpassen** aan een rotsituatie? **En.....***

Advies: Neem gezondheid niet als doel op zich, maar als middel.... namelijk opdat iemand 'zijn/haar ding kan doen'.

Resultaten kwantitatief onderzoek

Indicatoren van gezondheid:

- In totaal werden **556 indicatoren** voor gezondheid verzameld
- Deze werden **gecategoriseerd** in een **consensus proces** i.s.m. het **NIVEL**
- Resultaat: **zes Hoofddimensies van gezondheid**, gedifferentieerd in **32 Aspecten**

Resultaten kwantitatief onderzoek

De zes Hoofddimensies van gezondheid:

- **Lichaamsfuncties**
- **Mentale functies en -beleving**
- **Spiritueel-existentiële dimensie**
- **Kwaliteit van leven**
- **Sociaal-maatschappelijke participatie**
- **Dagelijks functioneren**

Hoofddimensies van gezondheid en bijbehorende Aspecten:

Lichaamsfuncties

- *medische feiten*
- *medische waarnemingen*
- *fysiek functioneren*
- *klachten en pijn*
- *energie ervaren*

Mentale functies en -beleving

- *cognitief functioneren*
- *emotionele toestand*
- *eigenwaarde/ zelfrespect*
- *gevoel controle te hebben/manageability*
- *zelfmanagement en eigen regie*
- *veerkracht/resilience & 'sense of coherence'*

Spiritueel-existentiële dimensie

- *zingeving/ meaningfulness*
- *doelen/idealen nastreven*
- *toekomst perspectief ervaren*
- *acceptatie*

Hoofddimensies van gezondheid en bijbehorende Aspecten:

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*
- *sociale contacten*
- *betekenisvolle relaties*
- *geaccepteerd worden*
- *maatschappelijke betrokkenheid*
- *betekenisvol werk*

Dagelijks functioneren

- *basis ADL*
- *instrumentele ADL*
- *werkvermogen*
- *health literacy*

NB: Het gaat hier om **indicatoren**, die **bottom up** verzameld en geformuleerd zijn!
Veel **patiënten** spraken uit dat het voor hen hier ook om **determinanten** ging.

Kwantitatief Onderzoek

Vraag: Hoe denken de stakeholders hierover? Een **survey vragenlijst** werd voorgelegd aan de zeven stakeholder domeinen.

De respons bedroeg 1938 reacties:

- 643 Behandelaren (artsen, fysiotherapeuten, verpleegkundigen & verzorgenden) (panels)
 - 575 Patiënten (panel)
 - 430 Burgers (panel)
 - 106 Onderzoekers
 - 89 Gezondheidsvoorlichters
 - 80 Beleidsmakers
 - 15 Verzekeraars
-
- Over het algemeen werden de **positieve** en **negatieve** oordelen **gedeeld**.
 - Op de vraag in hoeverre **de 32 aspecten** deel uitmaken van **gezondheid** werd geantwoord:

Resultaten kwantitatief onderzoek

>> Groot verschil tussen stakeholder groepen, voor de dimensies buiten het fysieke domein

Resultaten kwantitatief onderzoek

Verpleegkundigen scoren vrijwel gelijk aan patiënten;
artsen scoren significant anders dan patiënten en
fysiotherapeuten scoren daar tussenin.

En het hebben van een **academische opleiding** brengt met zich mee,
dat mensen veel 'smaller' oordelen.

Met het toenemen van **de leeftijd** scoren mensen 'hoger' en 'breder'.

Het **zelf ervaring hebben met ziekte** is de sterkst beïnvloedende factor
om gezondheid 'breder' te gaan beoordelen.

Conclusie:

- *Verschil tussen een ‘brede’ en ‘smalle’ opvatting over gezondheid.*
- *Onderscheid tussen **smal**: ‘gezondheid als afwezigheid van ziekte’ en **breed**: ‘Positieve gezondheid’*
- *Niet te abstract: **een beeld***

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID

LICHAAMSFUNCTIES

- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie

DAGELIJKS FUNCTIONEREN

- Basis ADL
- Instrumentele ADL
- Werkvermogen
- Health literacy

SOCIAAL- MAATSCHAPPELIJK PARTICIPEREN

- Sociale communicatieve vaardigheden
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

KWALITEIT VAN LEVEN

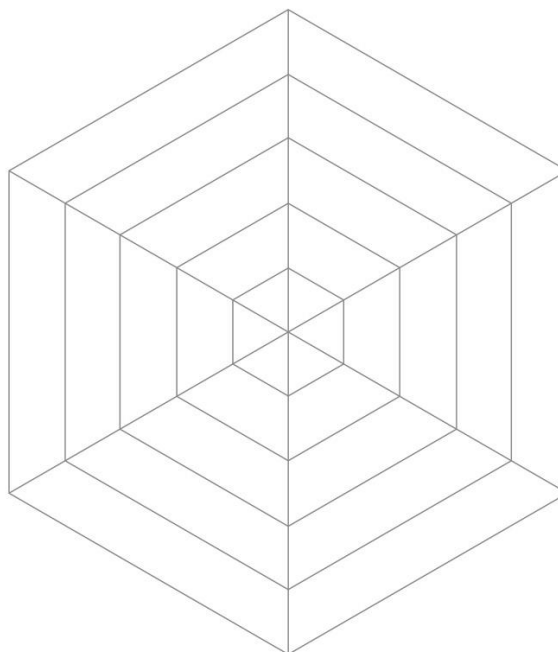
- Kwaliteit van leven/welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust
- Balans

MENTAAL WELBEVINDEN

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben/manageability
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, resilience, SOC

SPIRITUELE/EXISTENTIELE DIMENSIE

- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



Essentie:

- *Geen externe norm! **Eigen beoordeling van de persoonlijke situatie.***
- *Vraag: **zou u wat willen veranderen?***
- *Toekomst: **doorklikken naar E-health adviezen.***

- ***De score zou zo kunnen veranderen:***

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID

LICHAAMSFUNCTIES

- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie

DAGELIJKS FUNCTIONEREN

- Basis ADL
- Instrumentele ADL
- Werk vermogen
- Health literacy

SOCIAAL- MAATSCHAPPELIJK PARTICIPEREN

- Sociale communicatieve vaardigheden
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

KWALITEIT VAN LEVEN

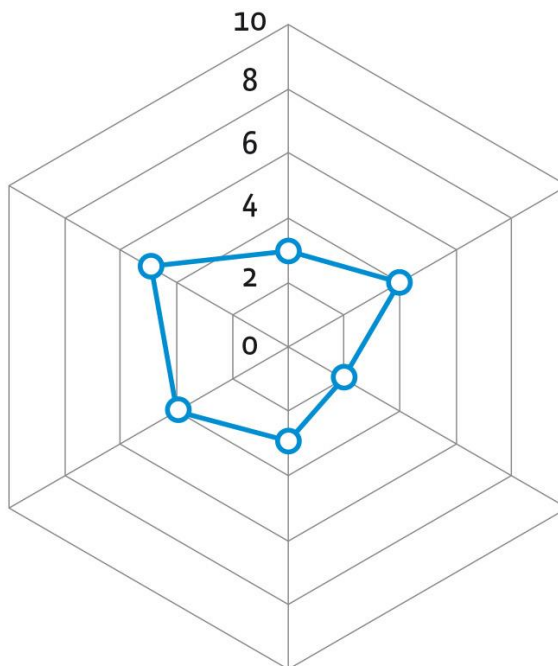
- Kwaliteit van leven/welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust
- Balans

MENTAAL WELBEVINDEN

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben/manageability
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, resilience, SOC

SPIRITUELE/EXISTENTIELE DIMENSIE

- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



— START

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID

LICHAAMSFUNCTIES

- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie

DAGELIJKS FUNCTIONEREN

- Basis ADL
- Instrumentele ADL
- Werk vermogen
- Health literacy

SOCIAAL- MAATSCHAPPELIJK PARTICIPEREN

- Sociale communicatieve vaardigheden
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

KWALITEIT VAN LEVEN

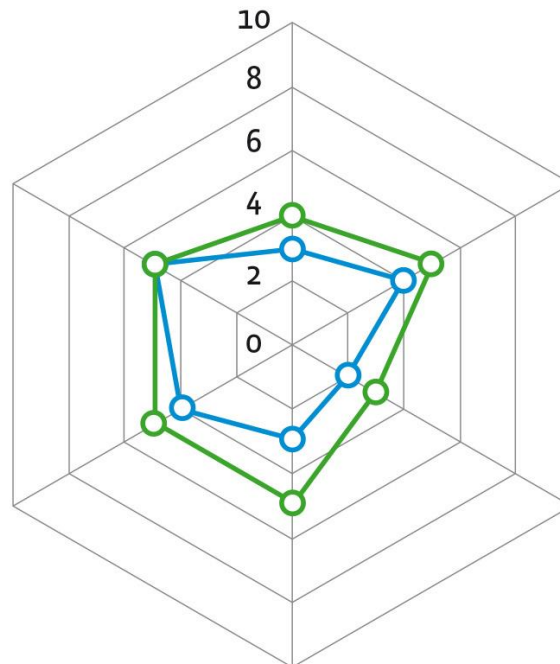
- Kwaliteit van leven/welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust
- Balans

MENTAAL WELBEVINDEN

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben/manageability
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, resilience, SOC

SPIRITUELE/EXISTENTIELE DIMENSIE

- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



— START
— 1 MAAND

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID

LICHAAMSFUNCTIES

- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie

DAGELIJKS FUNCTIONEREN

- Basis ADL
- Instrumentele ADL
- Werk vermogen
- Health literacy

SOCIAAL- MAATSCHAPPELIJK PARTICIPEREN

- Sociale communicatieve vaardigheden
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

KWALITEIT VAN LEVEN

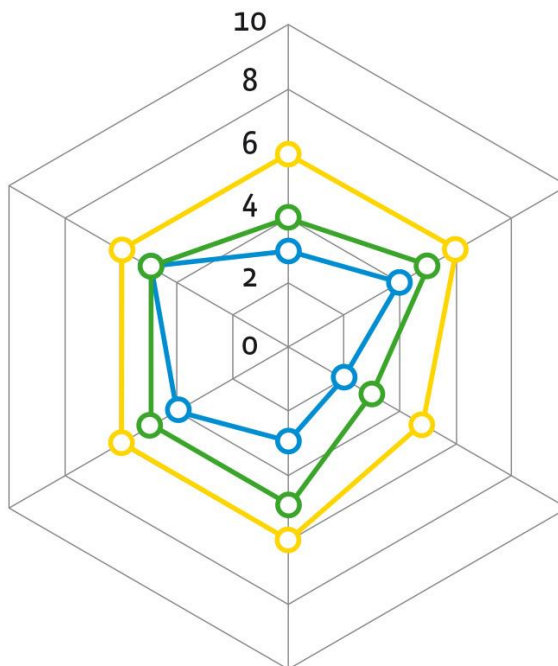
- Kwaliteit van leven/welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust
- Balans

MENTAAL WELBEVINDEN

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben/manageability
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, resilience, SOC

SPIRITUELE/EXISTENTIELE DIMENSIE

- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



— START
— 1 MAAND
— 2 MAAND

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID

LICHAAMSFUNCTIES

- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Fysiek functioneren
- Klachten en pijn
- Energie

DAGELIJKS FUNCTIONEREN

- Basis ADL
- Instrumentele ADL
- Werk vermogen
- Health literacy

SOCIAAL- MAATSCHAPPELIJK PARTICIPEREN

- Sociale communicatieve vaardigheden
- Betekenisvolle relaties
- Sociale contacten
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk

KWALITEIT VAN LEVEN

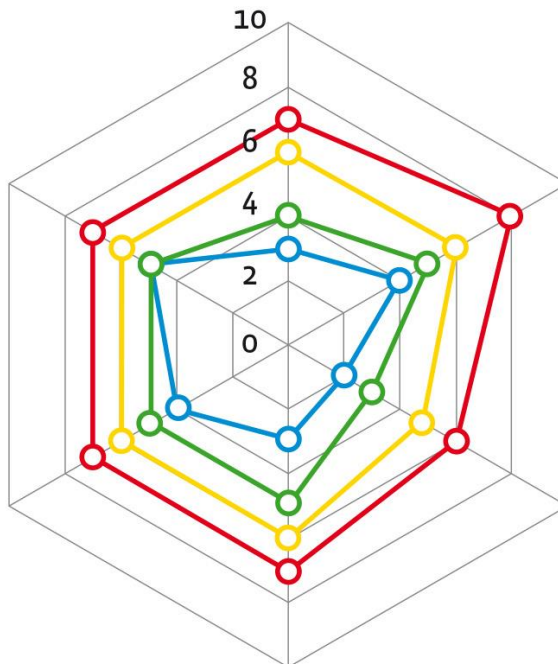
- Kwaliteit van leven/welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust
- Balans

MENTAAL WELBEVINDEN

- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde/zelfrespect
- Gevoel controle te hebben/manageability
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, resilience, SOC

SPIRITUELE/EXISTENTIELE DIMENSIE

- Zingeving/meaningfulness
- Doelen/idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



- START
- 1 MAAND
- 2 MAAND
- 3 MAAND

➤ *NB. Dit moet nog ontwikkeld worden!*

- Wat er bij hoort: Gezondheid als middel tot
- **Daarom Motivational interviewing.**

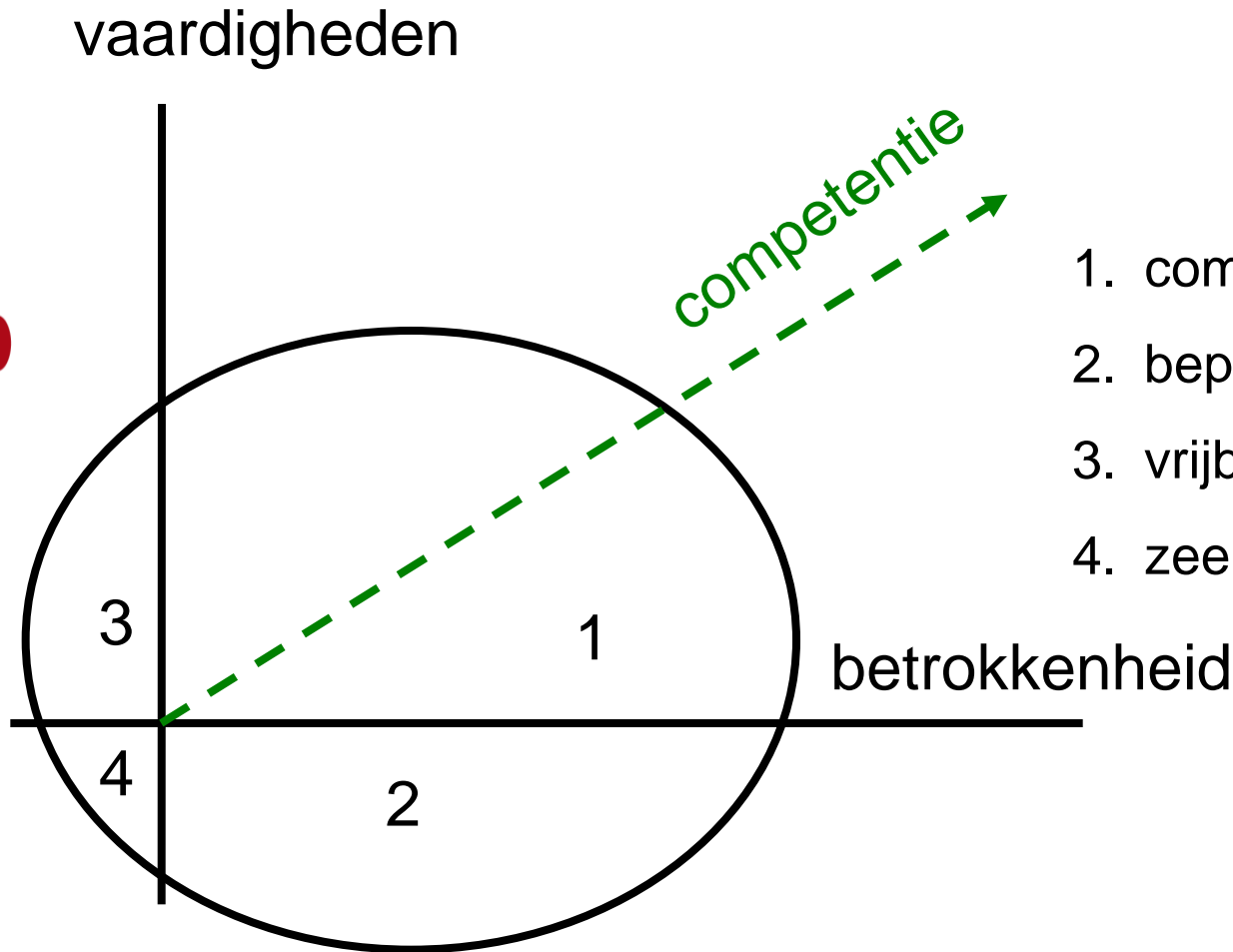


Overwinnen van een verslaving lukt alleen bij degene die contact maakt met wat voor hem/haar **écht belangrijk** is. (werkervaring)

Viktor Frankl: Zingeving is de sterkste gezondmakende kracht in mensen. Zingeving is voor iedereen anders. (na drie jaar in een concentratiekamp)

Leefstijlverandering bij mensen met **lage SES** lukt, als ze contact maken met wat voor hen **écht belangrijk** is. (Pauline Dekker en Wanda de Kanter)

➤ Begeleiding moet **op maat** zijn.



1. competent
2. beperkt
3. vrijblijvend
4. zeer kwetsbaren

Welnu, de conclusie:

“Jij maakt het uit!”