

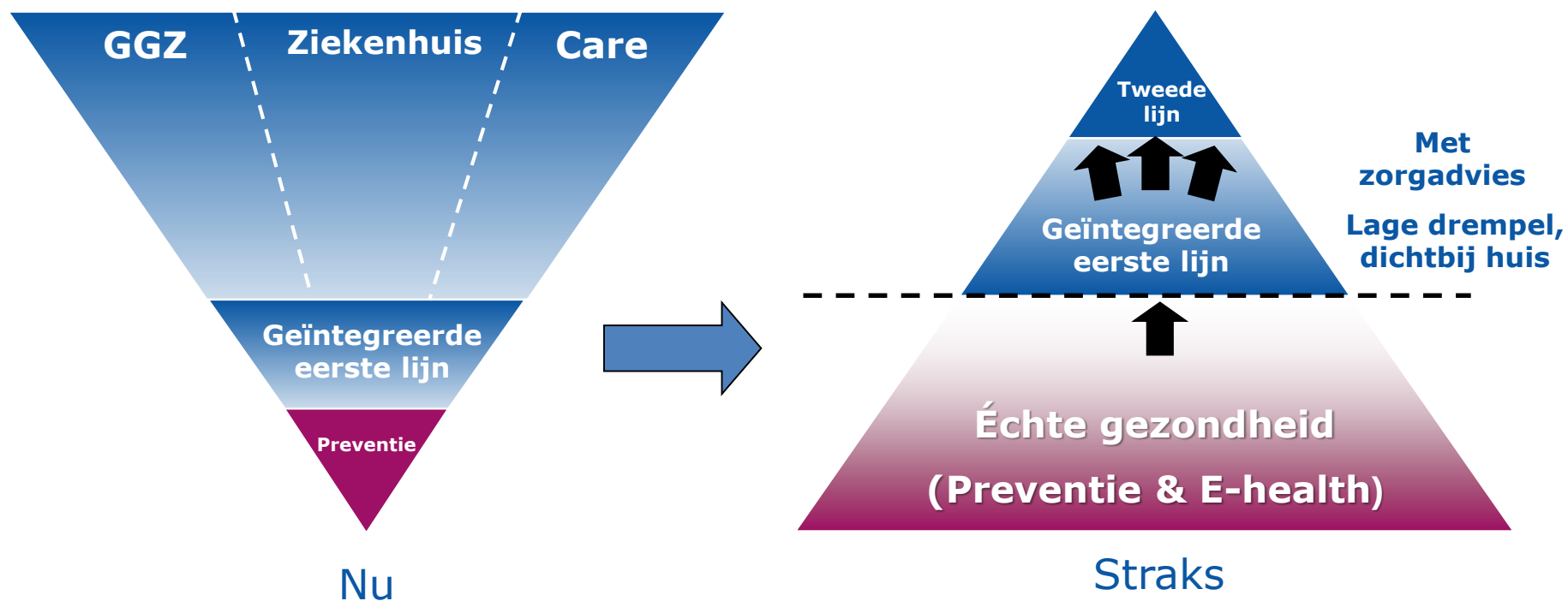
De dokter is ook maar een mens ...

Positieve Gezondheid, voor jezelf en je patiënten

20 mei 2022 – De dokter en werkgeluk

Dr. Machteld Huber

VISIE OP (BETAALBARE) ZORG IN DE TOEKOMST - DE KOSTEN



Bron: Menzis, Bas Leerink, Raad van Bestuur

Paradigma verandering in de gezondheidszorg is nodig

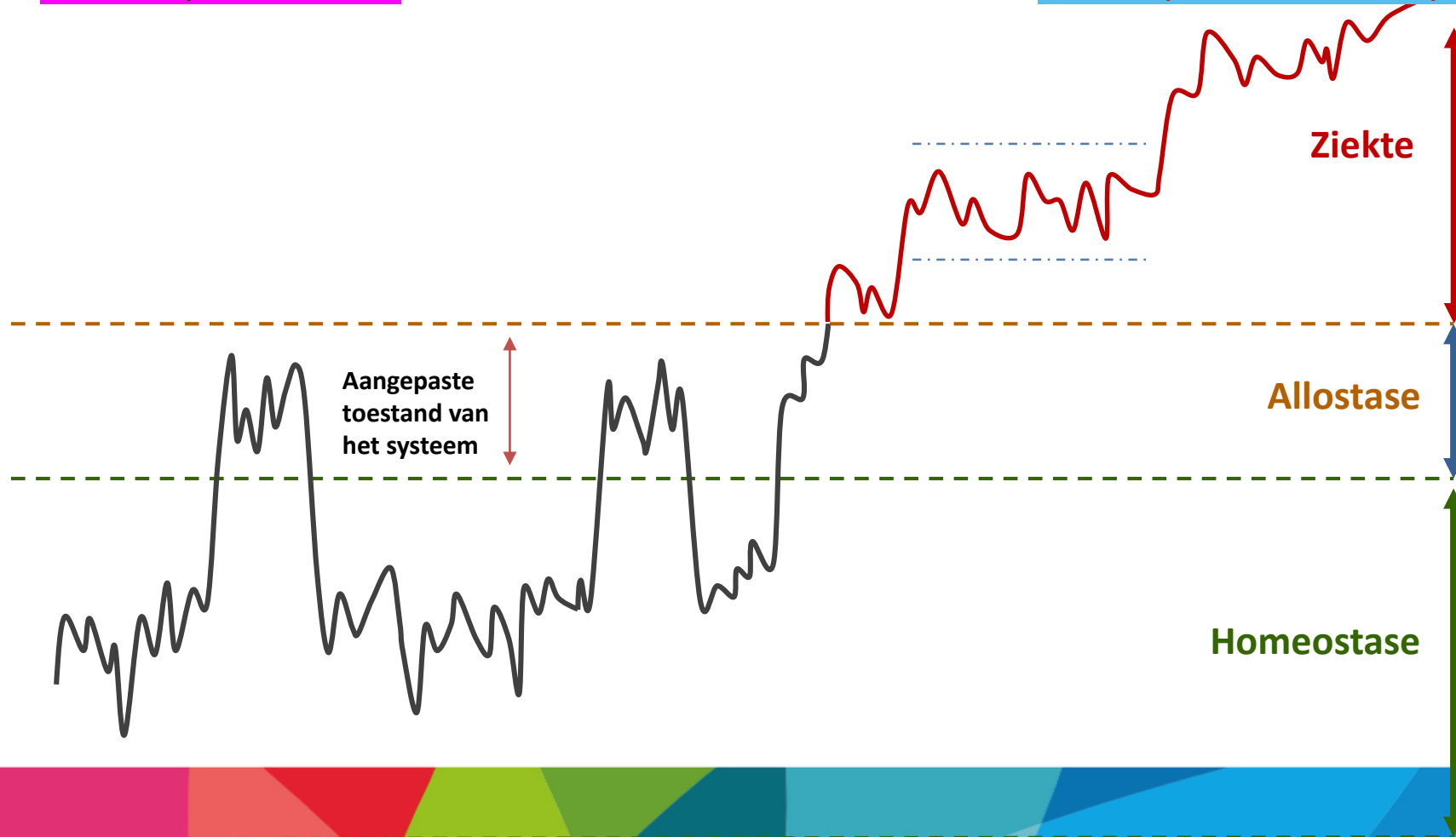
“Gezondheid bevorderen”

Focus op *veerkracht*



“Ziekte management”

Focus op controle van symptomen



Hoe kunst leidt tot betere dokters - Radboud Universiteit (Zorgvisie 2021)



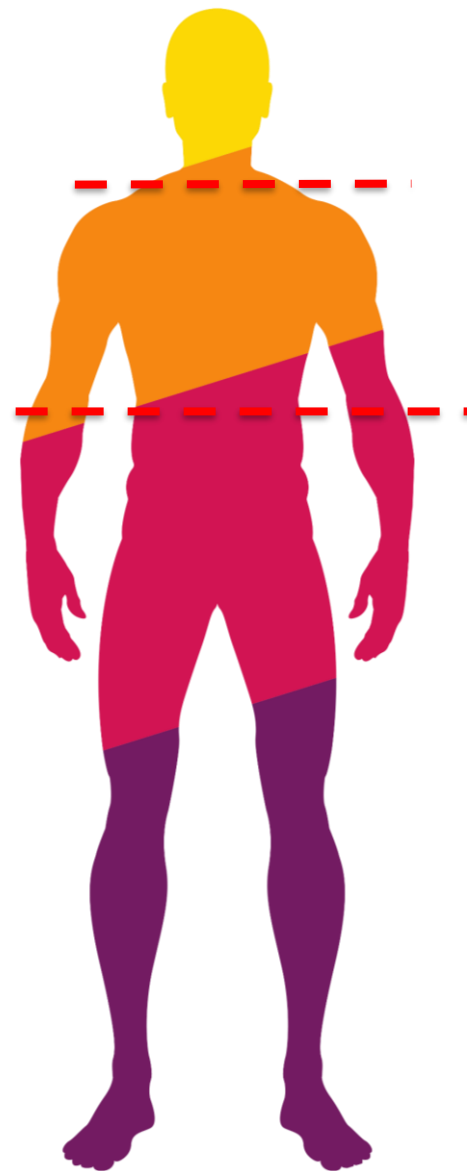
De medische studie doet wat met je, beseef je dat?

‘De dode man ...’

Wat Descartes scheidde ... en wat in wezen verbonden is.

Wat voel je ...?

Je gevoel 'blokkeren'...

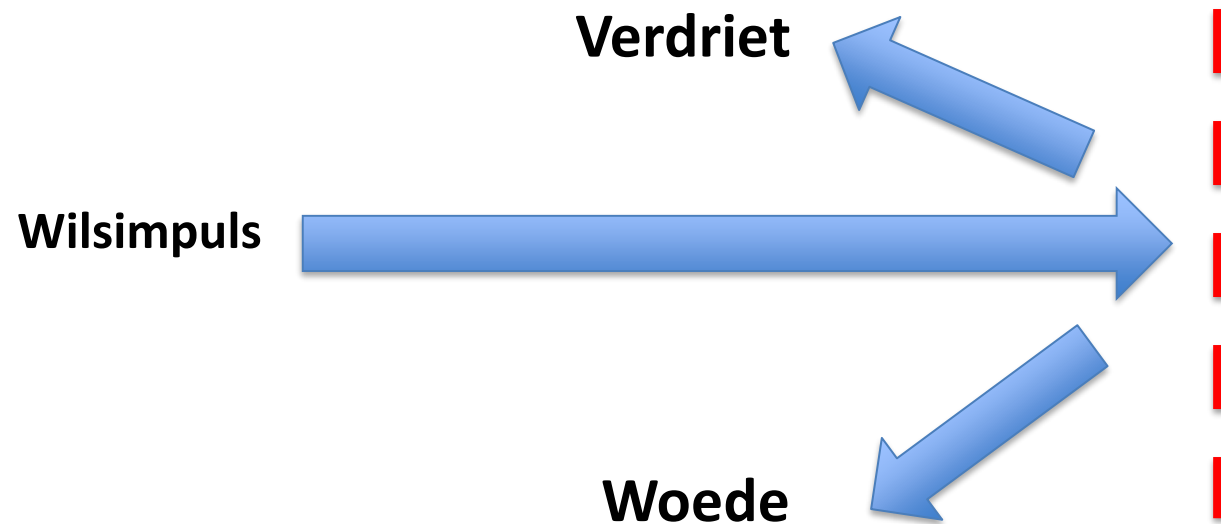


Het moet eruit ...

Maar zonder jezelf of een ander te schaden!



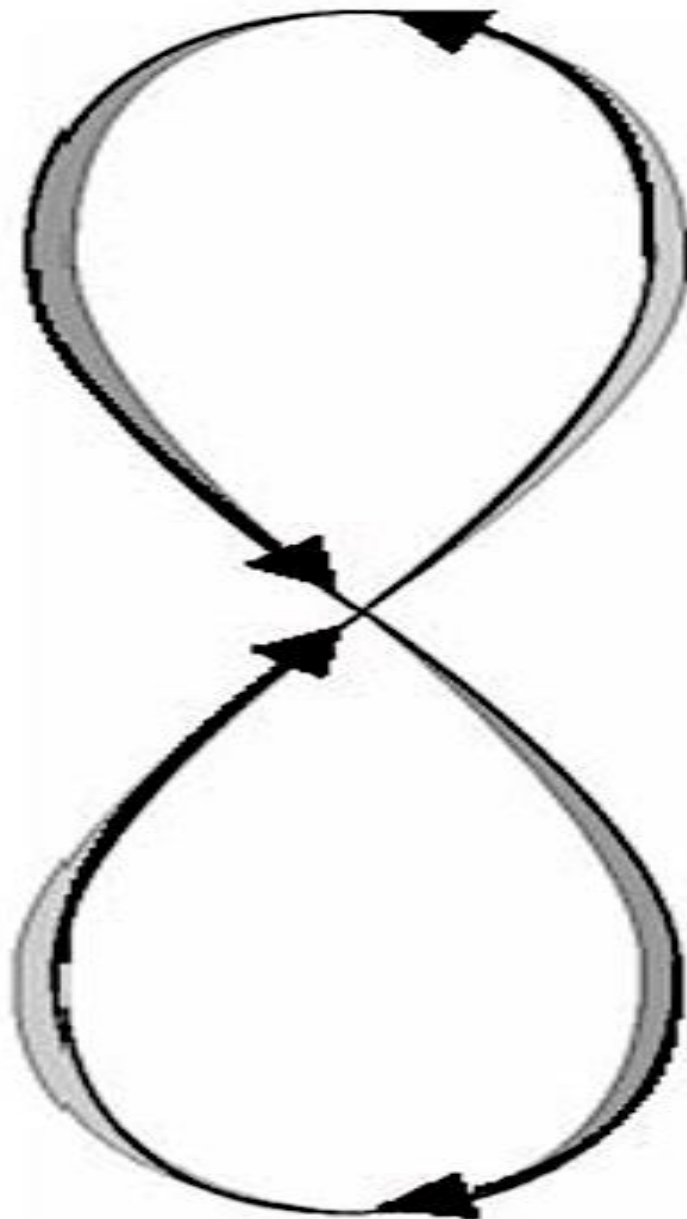
Frustratie roept 2 gevoelens op, maar één primair ...



Gevoelens willen gevoeld worden.

*Heb de moed je (onaangename) gevoelens te
doorleven en je zult merken dat het gaat stromen en
dat ze verbonden zijn ...*

*Als je je gevoelens doorleeft en
ze op een veilige manier uit,
gaan ze stromen en
over in andere gevoelens.*

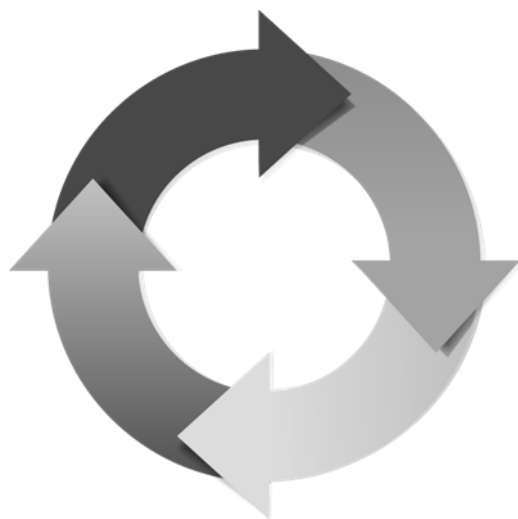


Verdriet

*Gaat over in ...
en weer verder, een
aantal keren ...
Dan lost het op.
Dat is verwerken.*

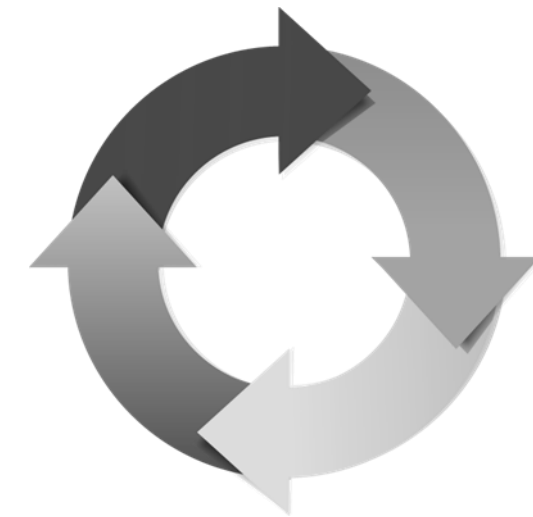
Woede

*Als je gevoelens niet doorleeft,
kunnen ze stagneren...*



**Verdriet kan leiden tot
slachtofferschap**

*Als het niet doorstroomt,
maar blijft hangen, met
als resultaat*



**Woede kan leiden tot
wraakbehoefte**

***En dan dit: Zingeving is de sterkst
gezondmakende kracht.** (Viktor Frankl)*

*Gá jij voor wat **voor jou** het meest waardevolle is?*

En nu naar Positieve Gezondheid ...

A photograph of a beach at sunset. The sun is a bright orange orb on the horizon, its light reflecting as a shimmering path on the calm water. To the left, a wooden pier made of vertical posts extends into the sea. The foreground shows the wet sand of the beach, with gentle ripples and patterns. The sky is a gradient of soft colors from orange to blue.

‘Als je een schip wilt bouwen, moet je werklui niet opdragen
hout te verzamelen, je moet niet het werk verdelen en orders
geven. Leer in plaats daarvan mensen eerst te verlangen naar
de eindeloze zee.’

Antoine de Saint-Exupéry

Het werk aan de definitie van gezondheid

GEZONDHEID' IS NOG STEEDS GEDEFINIEERD MET DE WHO-DEFINITIE VAN 1948:

'Health is 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.





ALS 'GENERAL CONCEPT' IS VOORGESTELD (BMJ 2011):

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

of

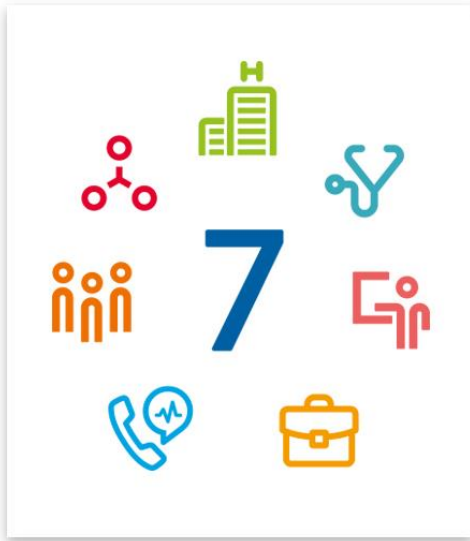
**'Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en
je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, fysieke en
emotionele uitdagingen van het leven'**

HET VERVOLGONDERZOEK

ZonMw gaf opdracht om het draagvlak te toetsen van:

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

en een stap te zetten naar operationalisering.



IN TOTAAL WERDEN 7 GROEPEN BELANGHEBBENDEN BENADERD:

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

In een kwantitatief en een kwantitatief onderzoek.

ADVIES:

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



RESULTATEN KWALITATIEF ONDERZOEK

Vraag 2. Indicatoren van gezondheid:

- In totaal werden **556 indicatoren** voor gezondheid verzameld.
- Deze werden **gecategoriseerd** in een **consensus proces** i.s.m. het **NIVEL**.
- Resultaat: **6 Hoofddimensies** van gezondheid, gedifferentieerd in **32 Aspecten**.

RESULTATEN KWALITATIEF ONDERZOEK

De 6 Hoofddimensies van gezondheid:



Lichaamsfuncties



Mentaal welbevinden



Zingeving



Kwaliteit van leven



Meedoen



Dagelijks functioneren

KWANTITATIEF ONDERZOEK



Vraag: Worden deze resultaten bevestigd door de stakeholdergroepen?

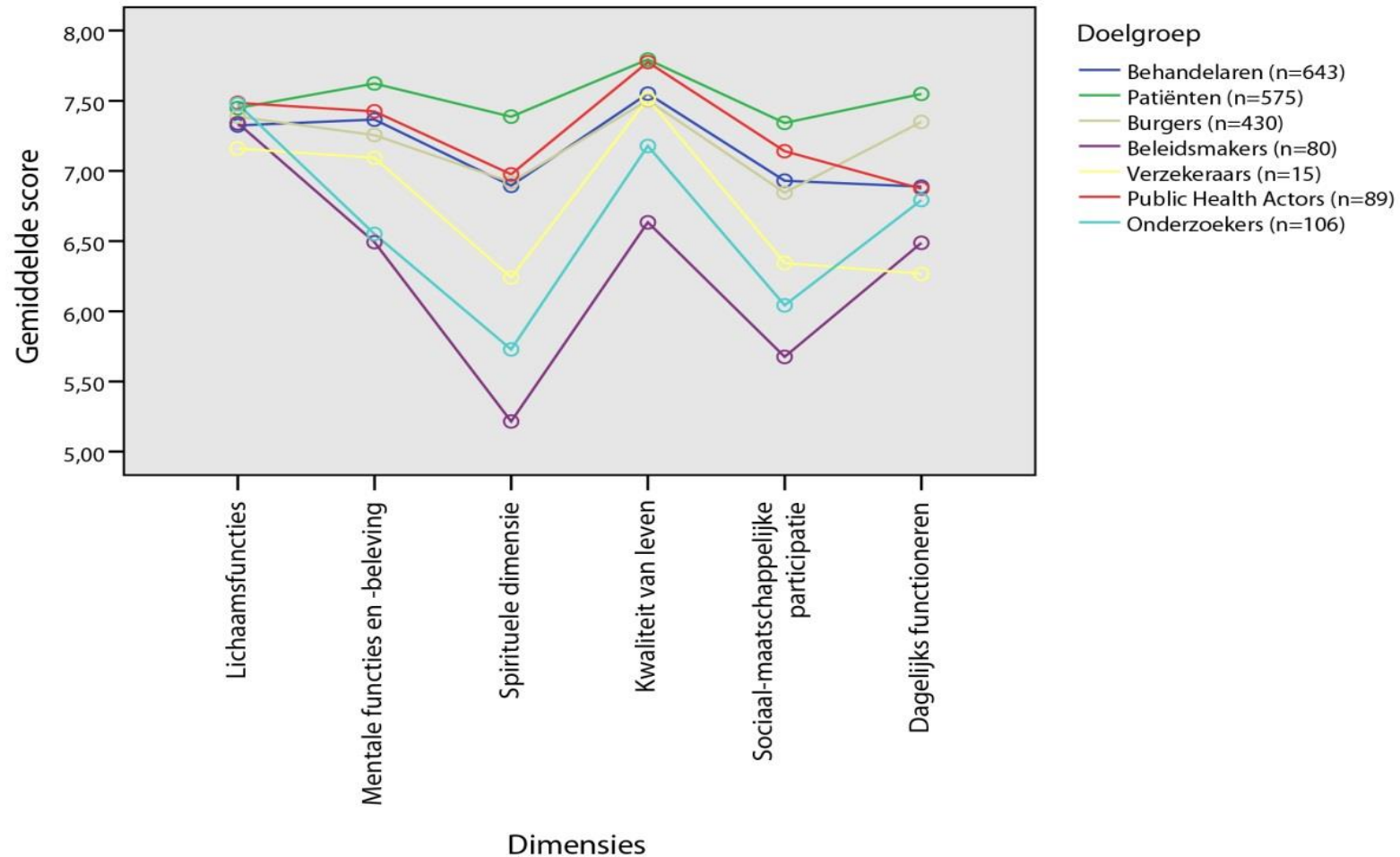
Een survey **vragenlijst** werd voorgelegd aan de **zeven stakeholder domeinen**.

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

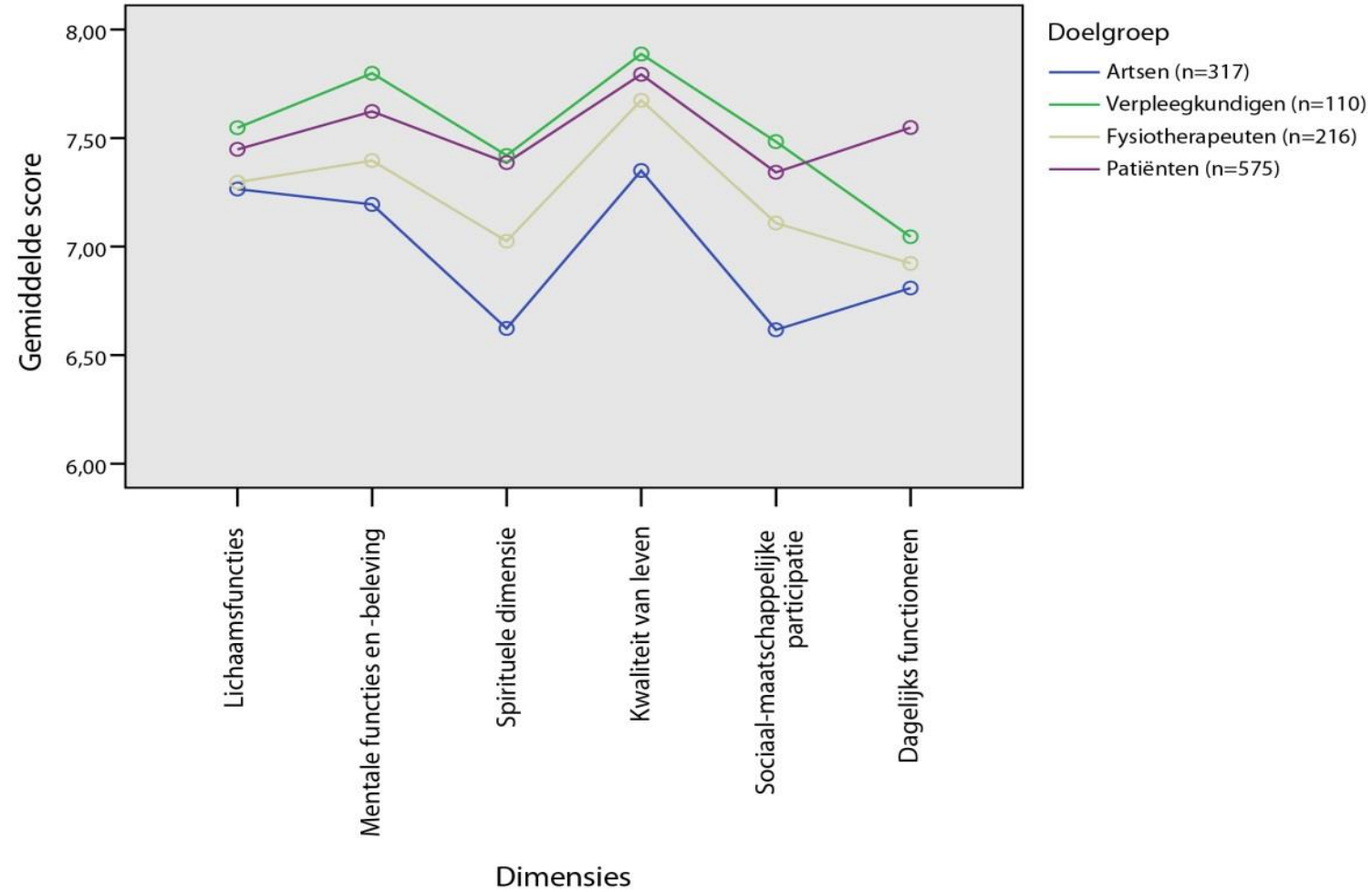
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor de verschillende doelgroepen



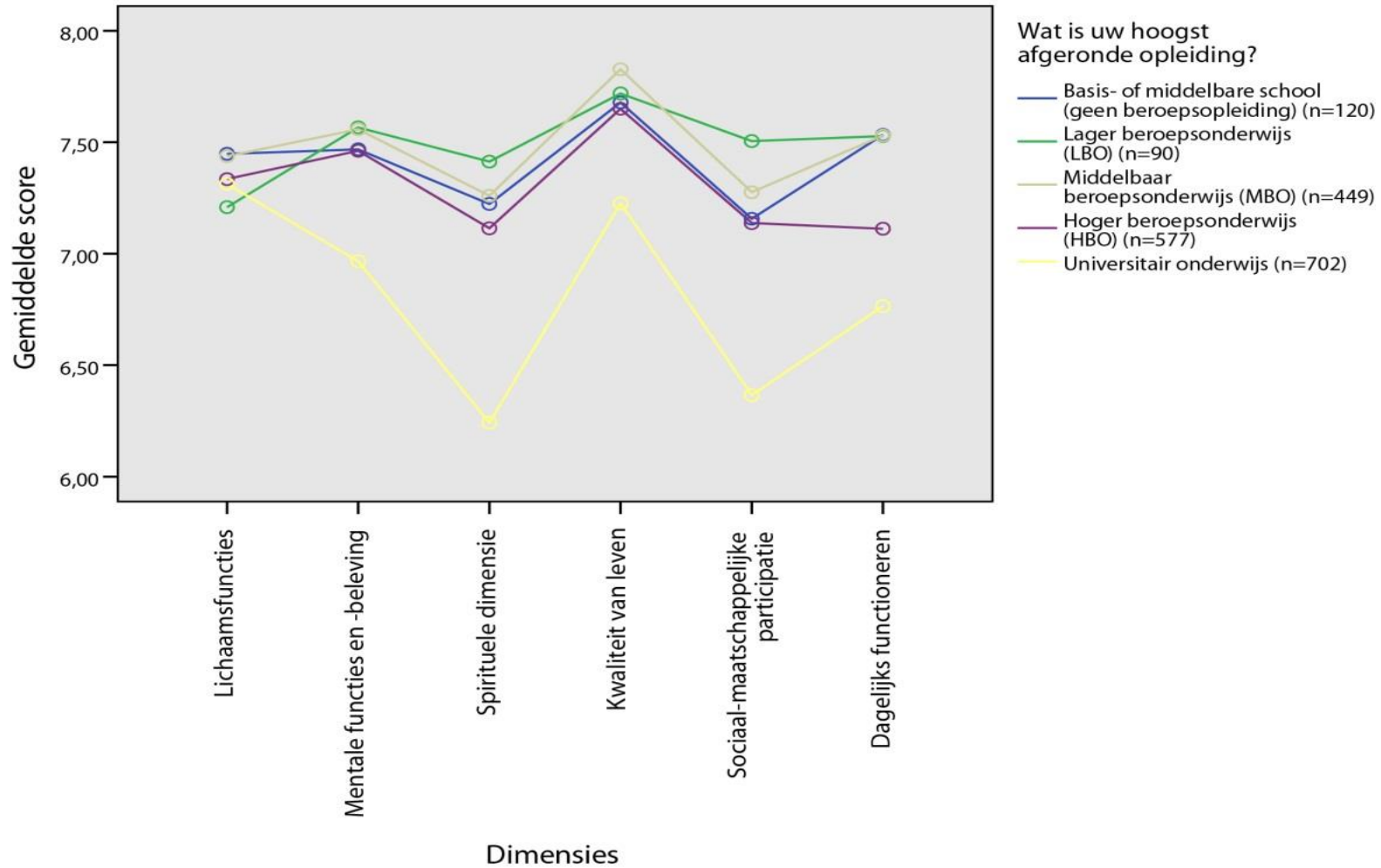
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor patiënten en behandelaars



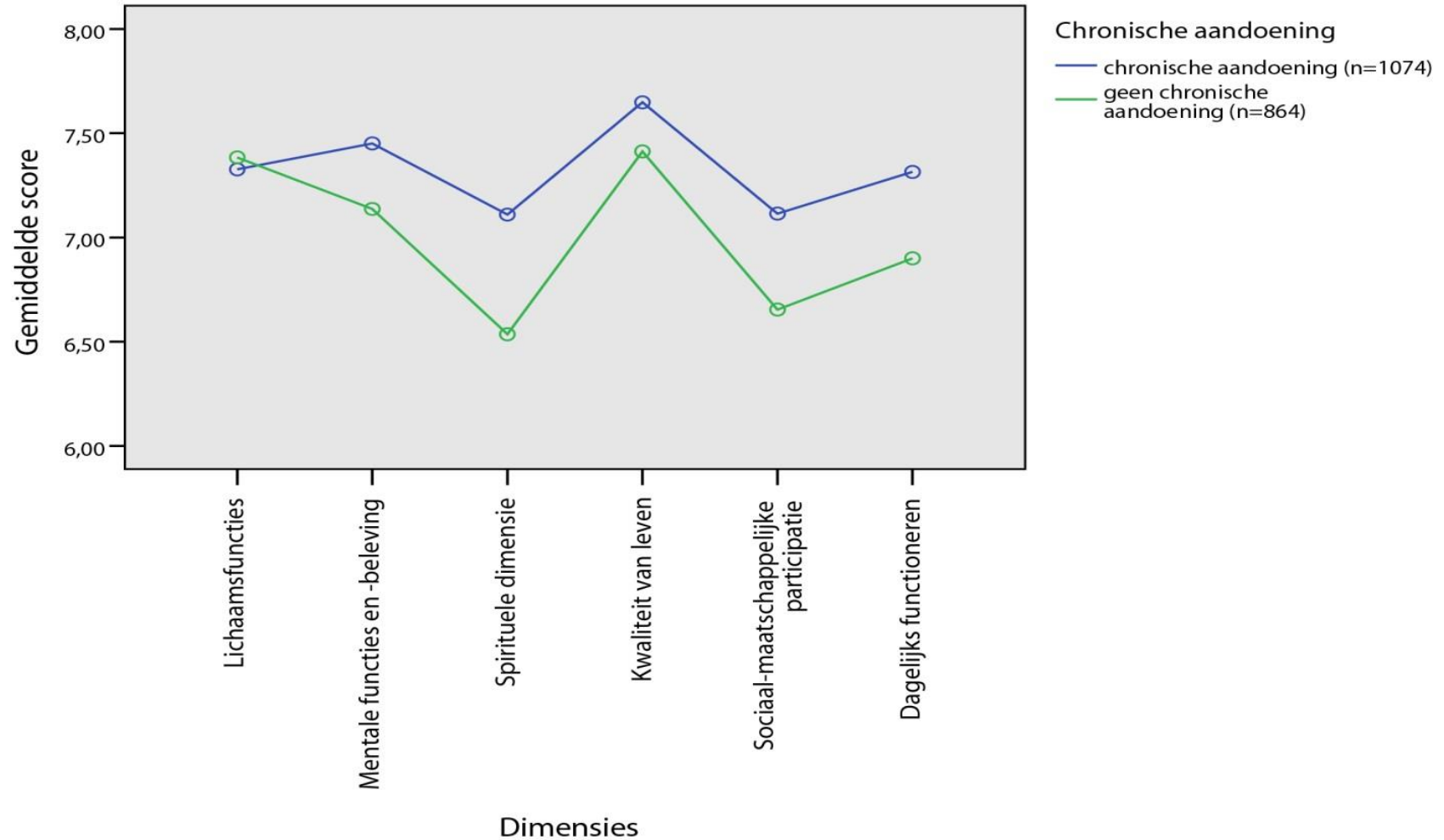
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor verschillende opleidingsniveaus bij alle respondenten



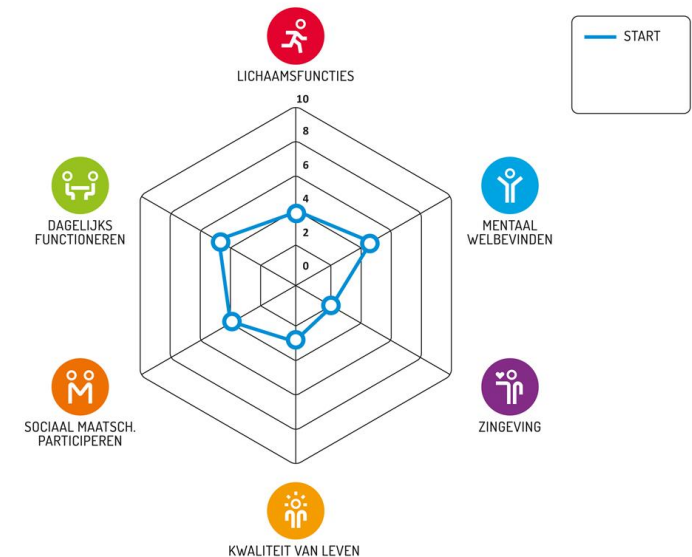
RESULTATEN KWANTITATIEF ONDERZOEK

Gemiddelde score per dimensie voor alle respondenten met en zonder chronische aandoening



CONCLUSIES:

- Onderscheid tussen de *smalle* opvatting, nl. 'gezondheid vooral lichamelijk', van de *brede* opvatting over gezondheid: 'gezondheid gaat over het hele leven!'
 - Ik volg **de brede opvatting** en introduceer **daarvoor** het begrip: **'Positieve Gezondheid'**, met zes dimensies.
- Aanbevolen: Visualiseer de zes hoofdimensies.
 - Daarom het **spinnenweb-diagram!**

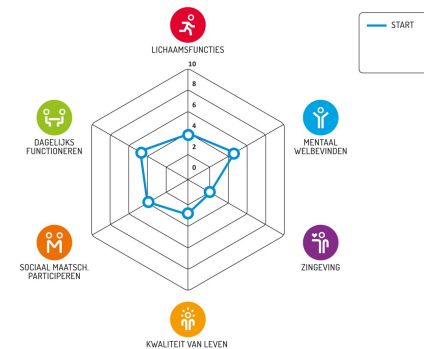


ESSENTIE:

- **Eigen beoordeling** van de persoonlijke situatie. Geen externe norm!

Er ontstaat een ‘gezondheidsoppervlak’.

- Vraag: Zou u wat willen veranderen en zo ja, wat?
- Nodig: Beschikbaarheid van **Handelingsperspectieven**.



WAAROM DIE VRAAG NAAR WAT IEMAND WIL VERANDEREN?

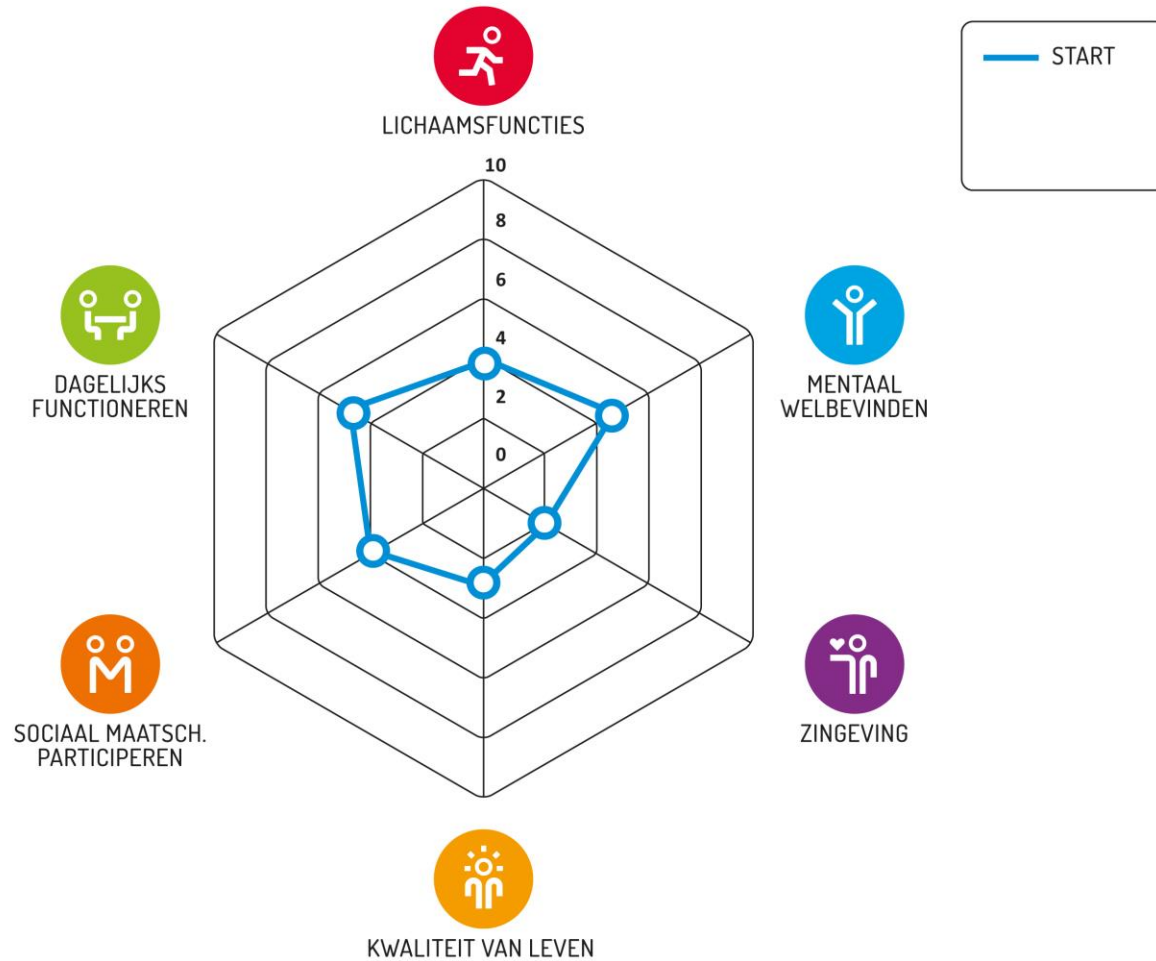
STELLING:

*Mensen doen niet wat ze **moeten**,
maar wat ze **willen**.*

*Ze gaan voor wat voor hen **van waarde** is.*

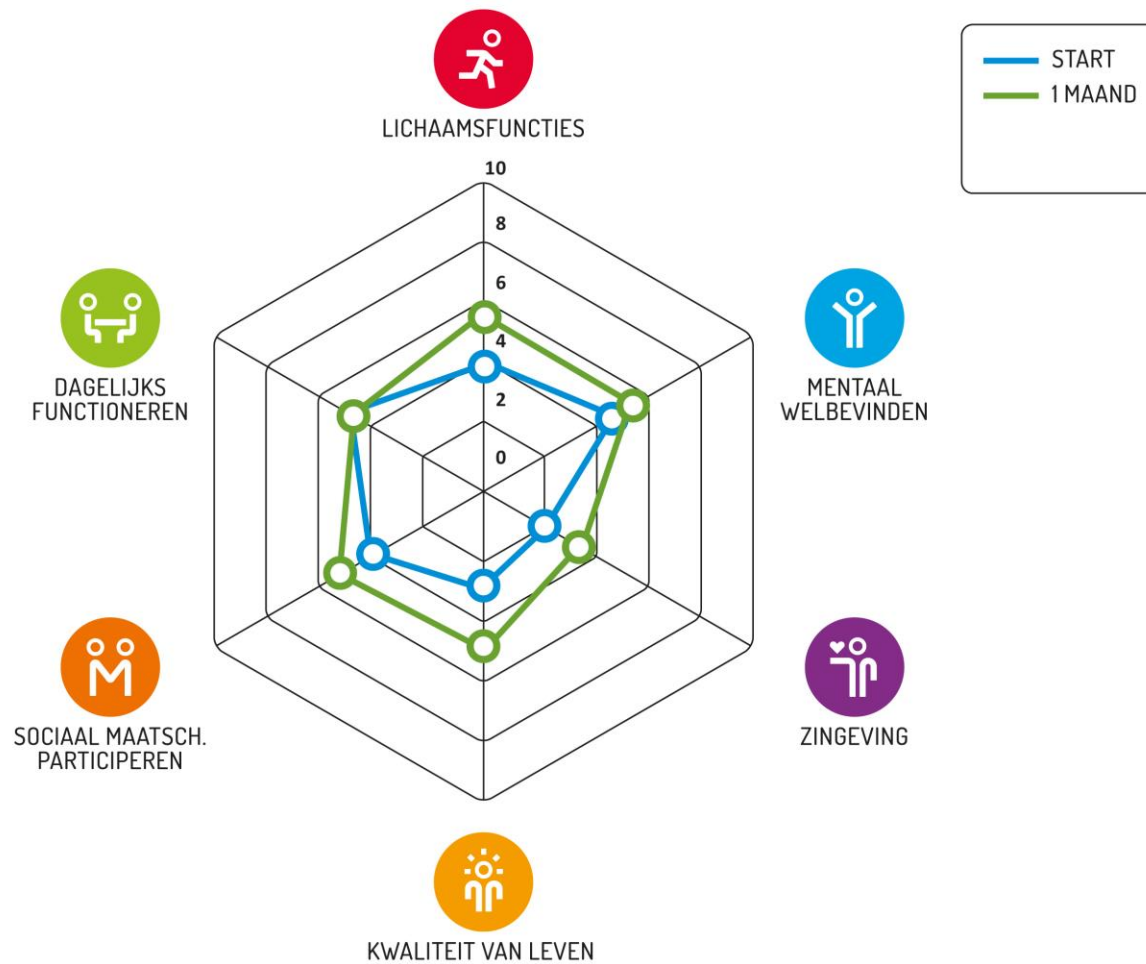
*Dat is de essentie...
de motivatie...
Waar gaat je hart naar uit?*

PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID

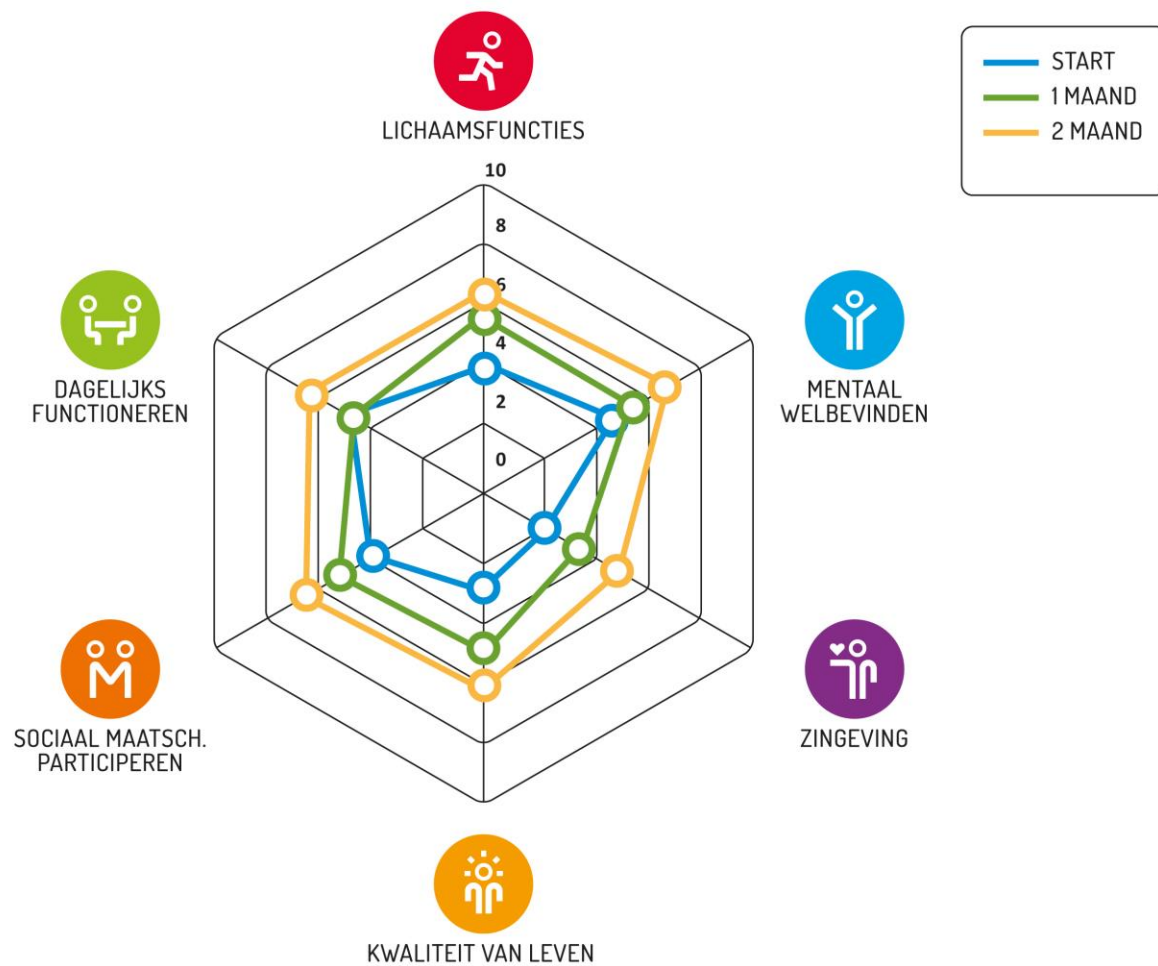


HOE KIJK JE HIERNAAR?
TREKT DE 'DEUK' DIRECT JE AANDACHT?

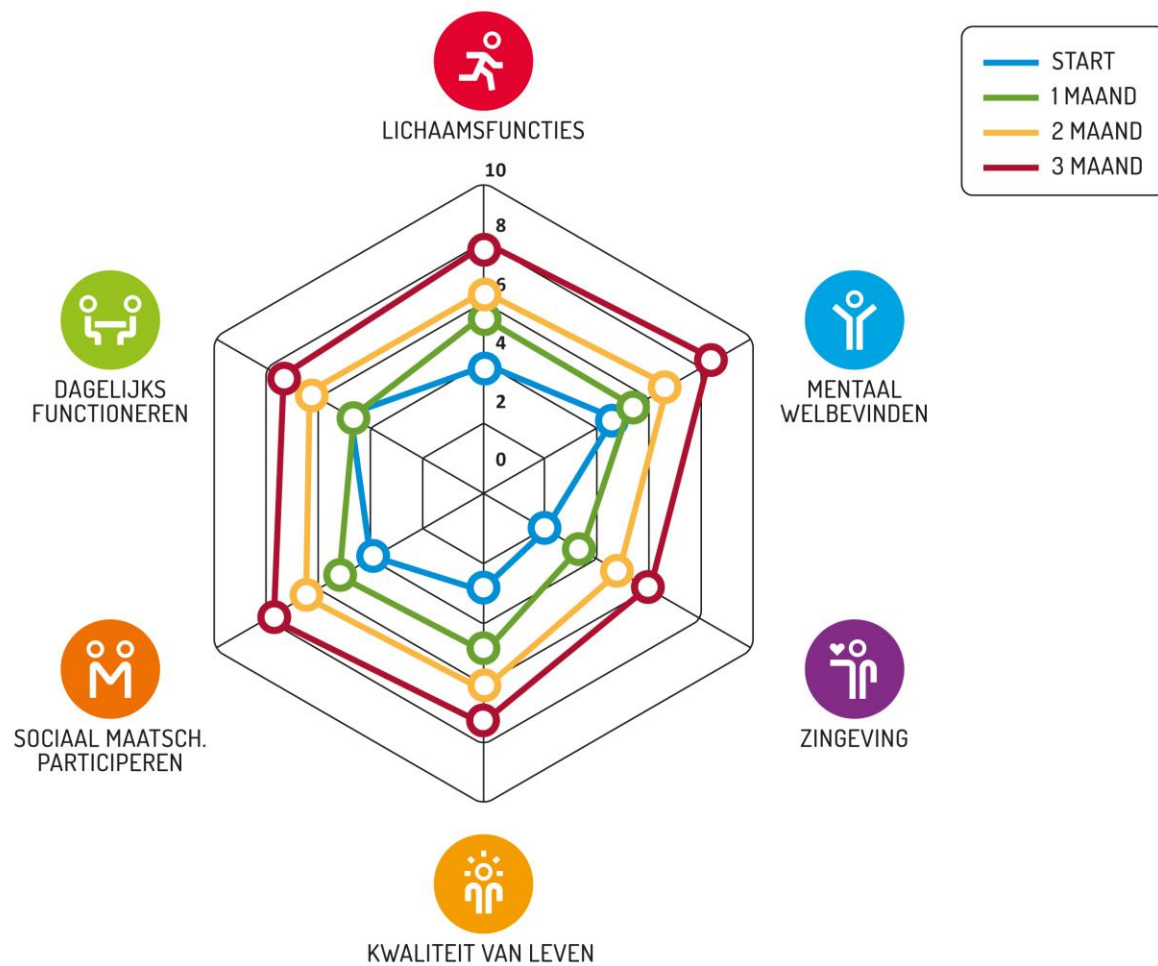
PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



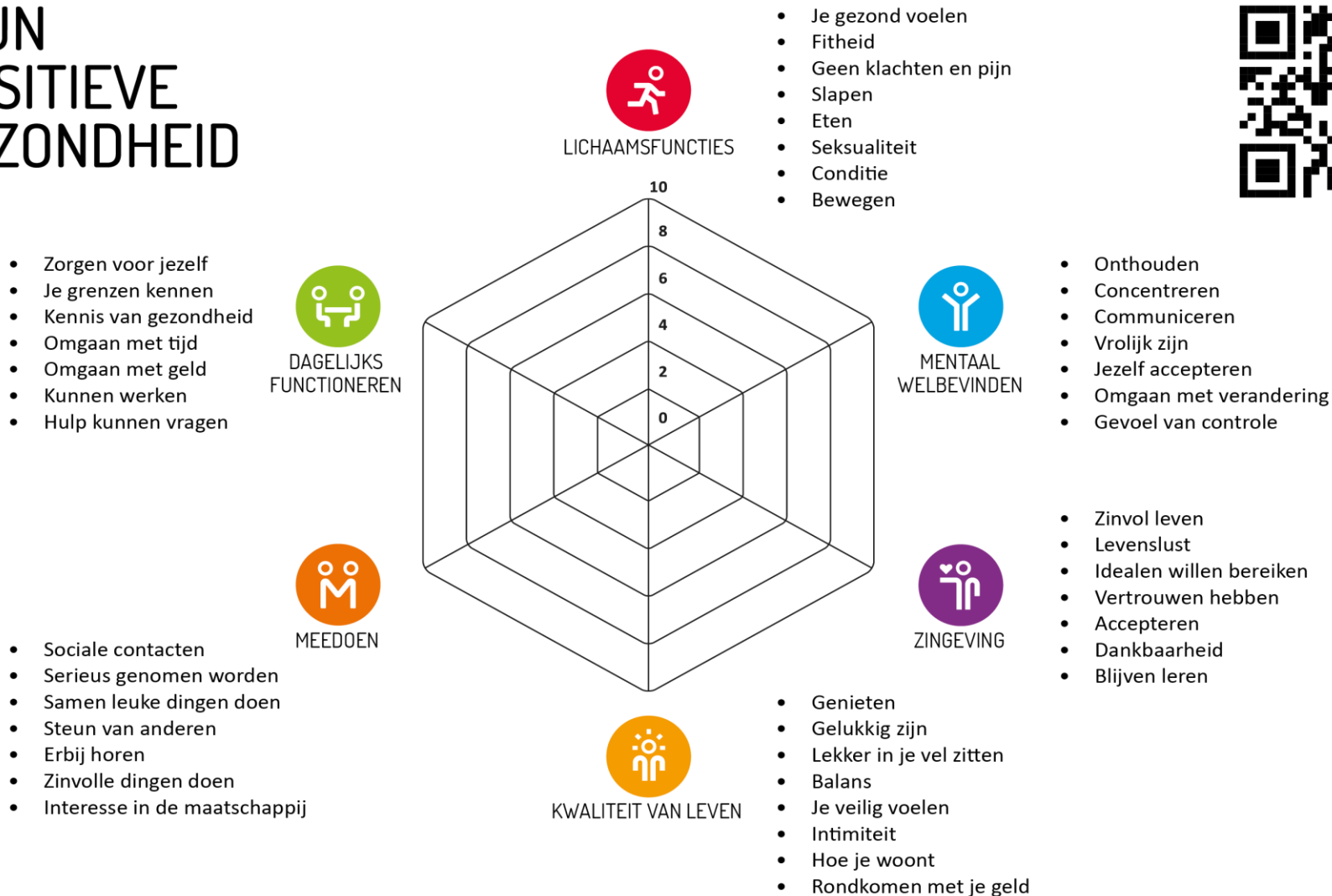
PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



PIJLERS VOOR POSITIEVE GEZONDHEID



MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



Ik mis iets dat voor mij belangrijk is: _____

Werken met Positieve Gezondheid ...

Gaat om **drie elementen:**

1. *De brede blik naar binnen - ‘Mijn Spinnenweb’*
2. *Het ‘andere gesprek’ - Wat is voor jou echt belangrijk?
Zou je wat willen veranderen?*
3. *Samen kijken naar ‘Handelingsperspectieven’ en iemand daarbij dan begeleiden / coachen.*

De professional van de toekomst:

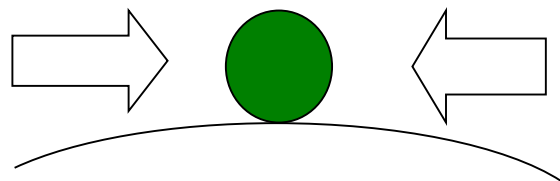
T-vormige Professional

GEZONDHEID BREED
persoonsgericht

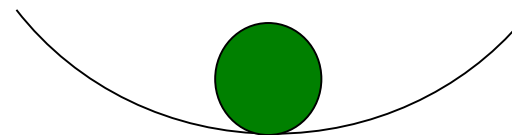
VAKKENNIS
ziektegericht

NAAR 'VEERKRACHTIGE SYSTEMEN' DOOR EEN ANDERE BENADERING:

Controle model
gangbare benadering



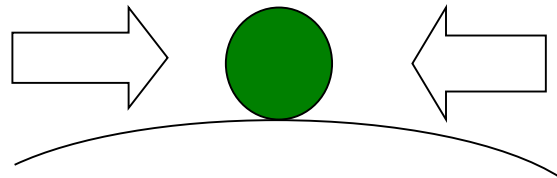
Adaptatie model
'veerkracht' benadering



(Ten Napel et al., 2006; WUR/LBI)

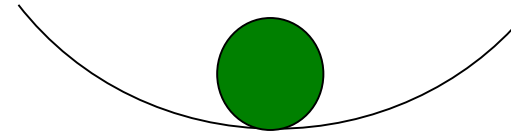
NAAR 'VEERKRACHTIGE SYSTEMEN' DOOR EEN ANDERE BENADERING:

Controle model *gangbare* benadering



- Focus op probleem
- Variatie uitschakelen
- Continue monitoring
- Direct ingrijpen
- Statisch evenwicht

Adaptatie model *'veerkracht'* benadering



- Focus op systeem
- Variatie benutten
- Zelfregulatie stimuleren
- Indirect sturen
- Dynamisch evenwicht

(Ten Napel et al., 2006; WUR/LBI)

**Volg je hart,
gebruik je hoofd
en dóe er wat mee!**

Dát is Positieve Gezondheid

www.iph.nl