Combinatie thuismonitoring en leefstijl

VLIEGWIEL
Digitale transformatie in de zorg

Patiëntenfederatie Nederland
samen de zorg beter maken

Doel

De chronische patiënt (die bezig is met managen van ziekte middels thuismonitoring) ook stimuleren om te werken aan leefstijl. Hiervoor is een mindset-shift bij zorgverleners én patiënten nodig.

Uitdagingen in de zorg

9 miljoen mensen in Nederland heeft één of meerdere veelal leefstijl gerelateerde chronische ziekten

Er is toenemende druk op zorgprofessionals en systemen

Focus op behandeling i.p.v. preventie

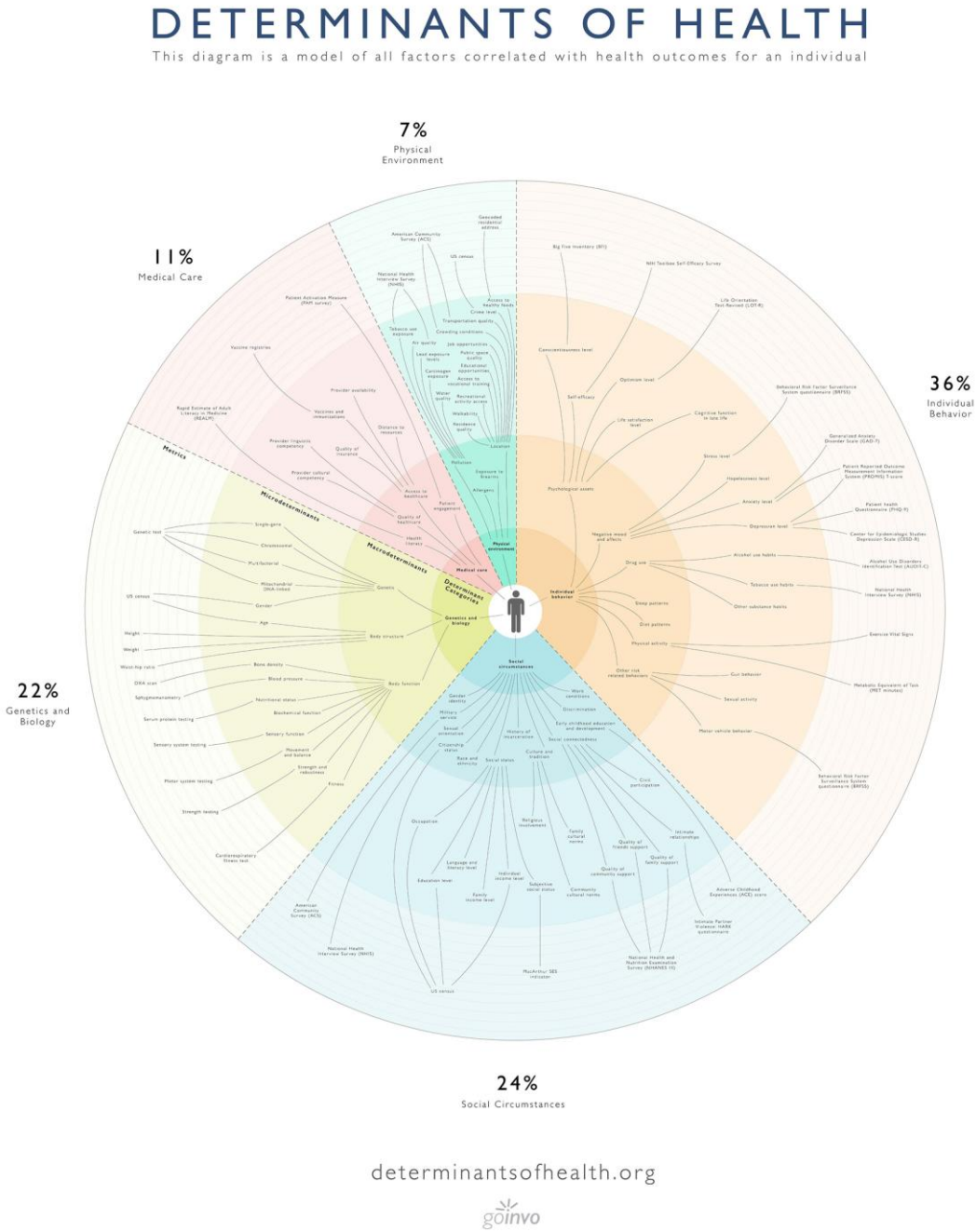
Determinanten van gezondheid

Uit onderzoek blijkt dat..

De medische zorg is voor slechts **11%** van invloed op de gezondheid.

Gedrag **(36%)** en sociale omstandigheden **(24%)** zijn samen veel bepalender

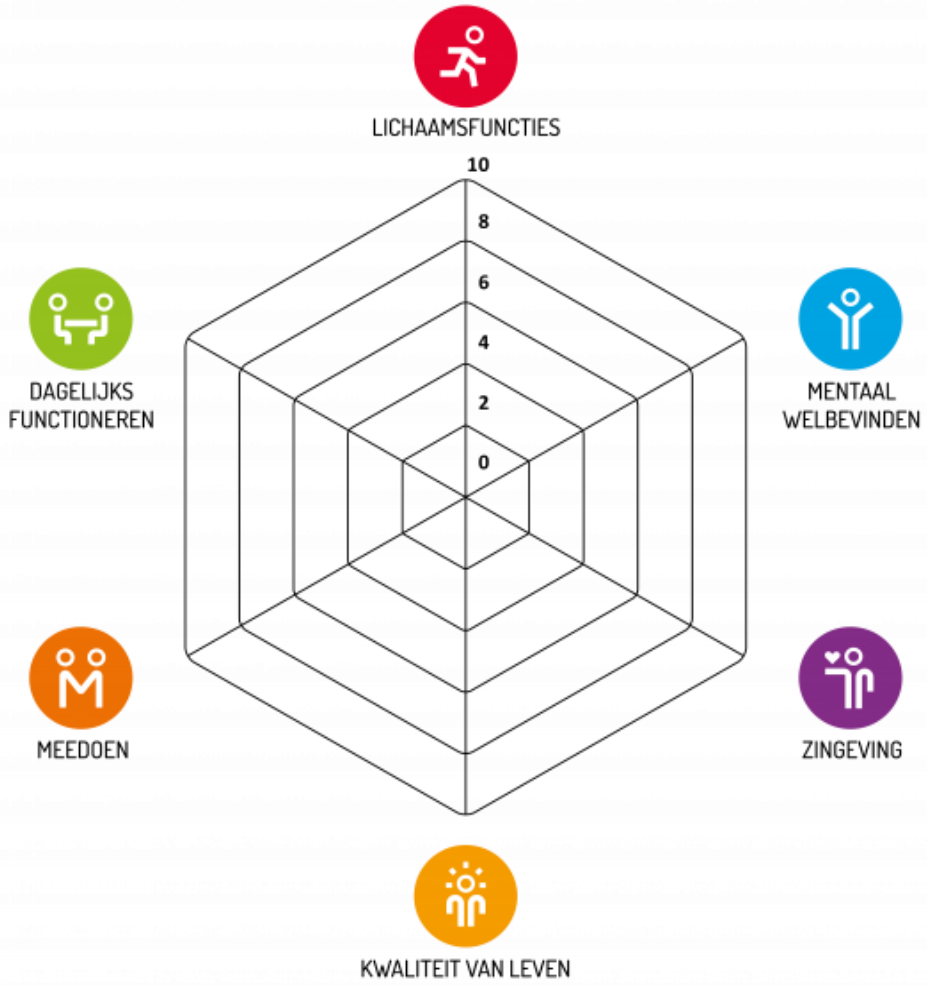
Leefstijl kan ziekteverloop beïnvloeden, klachten verminderen en kwaliteit van leven verbeteren (denk aan voeding, beweging, slaap en stress)



Positieve Gezondheid

- De determinanten van gezondheid passen goed binnen het gedachtegoed van **Positieve Gezondheid**. Dit model gaat uit van de veerkracht van de mens en de regie die mensen hebben over hun eigen gezondheid. Het richt zich niet alleen op ziekte, maar ook op het versterken van de gezondheid en het welzijn van mensen.

- Door breder te kijken dan alleen de ziekte, help je mensen met een chronische aandoening om grip te krijgen op hun leven. Je draagt bij aan hun vermogen om om te gaan met fysieke, emotionele en sociale uitdagingen en om daarbij zoveel mogelijk zelf de regie te houden.



Hoe kijkt de patiënt hiernaar?

Onderzoek Patiëntenfederatie 2022

- Ruim driekwart van de deelnemers denkt dat een gezonde leefstijl positieve invloed heeft op hun aandoening.
- Iets meer dan de helft van de mensen wil zijn/haar leefstijl (verder) verbeteren.
- Om dit te kunnen doen wordt door 62% van de deelnemers aangegeven hier hulp bij nodig te hebben. Bijvoorbeeld tussentijds contact met een zorgverlener en maatwerk/verdieping.

→ Veel patiënten staan ervoor open om aan hun leefstijl te werken, alleen hebben ze hier hulp bij nodig.

→ Ook blijkt uit onderzoek dat mensen die aan thuismonitoring doen zich bewuster zijn van hun leefstijl en zich daardoor gemotiveerd voelde aan hun leefstijl te werken.

Van monitoring van ziekte naar stimuleren van gezondheid

- Steeds meer zorginstellingen digitaliseren onderdelen van het zorgpad
- Thuismonitoring geeft patiënten hierbij meer eigen regie en inzicht
- Maar: vaak nog vooral gericht op ziektebeheer, niet op gezondheid stimuleren en verbeteren

Wat is hiervoor nodig?

- Patiënt: van passieve ontvanger naar actieve deelnemer aan gezondheid
- Zorgverlener: leefstijl als integraal onderdeel van het zorgproces

Praktijkvoorbeelden
Voorbeeldcasus

Patiëntprofiel
- 75-jarige vrouw met hartfalen
- Overgewicht, beperkte mobiliteit

Interventie
- Thuismonitoring voor hartfalen
- Leefstijl interventie via SLIMMER Online

Resultaten
- Meer inzicht en zelfregie
- Gewichtsverlies en verbeterde conditie
- Minder ziekenhuisbezoeken, meer vertrouwen in eigen lichaam
- Patiënt voelt zich gehoord en gezien in begeleiding

"Door de combinatie van thuismonitoring en leefstijlinterventies krijgen ouderen niet alleen meer inzicht in hun gezondheid, maar het helpt hen ook er actief grip op te houden."

Vliegwiel
2.363 volgers
2 mnd •

"#Thuismonitoring registreert hoe het met mijn gezondheid gaat, maar helpt me niet bij het verbeteren ervan. Dat doet de #leefstijlinterventie wél. Dankzij de combinatie kan ik niet alleen mijn gezondheid in de gaten houden, maar ook actief werken aan verbetering."

In een interview vertelt Laetitia (75), die hartfalen heeft, hoe zij de combinatie van thuismonitoring en leefstijlinterventie ervaart en wat het haar oplevert.

Benieuwd? Lees snel het interview
https://lnkd.in/e6WXHNeb

Ancora Health

Laetitia (75) combineert thuismonitoring met leefstijlinterventie - Leernetwerk Digitale Zorg
leernetwerkdigitalezorg.nl

Laetitia (75) combineert thuismonitoring met leefstijlinterventie | Leernetwerk Digitale Zorg

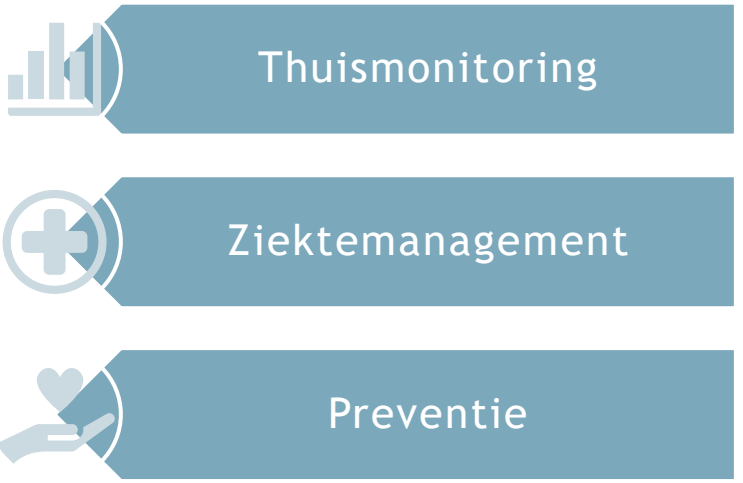
Praktijkvoorbeelden
Regio Kennemerland

- De chronische zorg is hier georganiseerd rondom de patiënt, met aandacht voor fysieke, mentale, sociale en zingevingsaspecten.

Hoe werkt het in de praktijk?

- De patiënt start met **thuismonitoring**
- Heeft contact met een **monitoringsverpleegkundige** voor het insturen van meetwaarden
- Krijgt een **gezondheidsgesprek met een leefstijlcoach**
- Wordt op **twee niveaus begeleid**: medisch én op leefstijl

Aan de hand van 3 pijlers:



Praatplaat Digitaal Gezondheidscentrum

Welke mogelijkheden zie jij om leefstijl te koppelen aan thuismonitoring ?