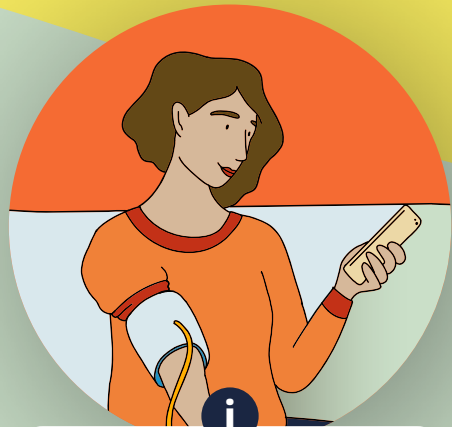


Digitaal Gezondheidscentrum

Gezondheid in eigen handen

Zelfmanagement van de patiënt in samenwerking met de verpleegkundig telecoach

- Zorgvraag neemt toe
- Complexere zorgvraag
- Tekort aan zorgpersoneel



Thuismonitoring
Vitale parameters, vragenlijsten



Ziektemanagement
Educatie, richting geven



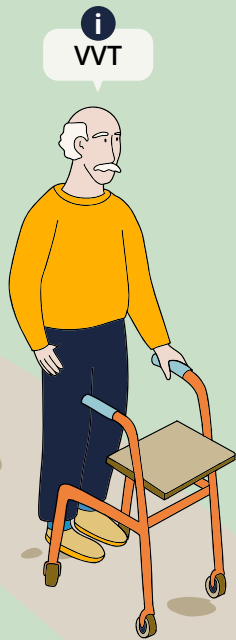
Preventie
Signaleren, educatie, richting geven



Revalidatiezorg



GGZ



WVT



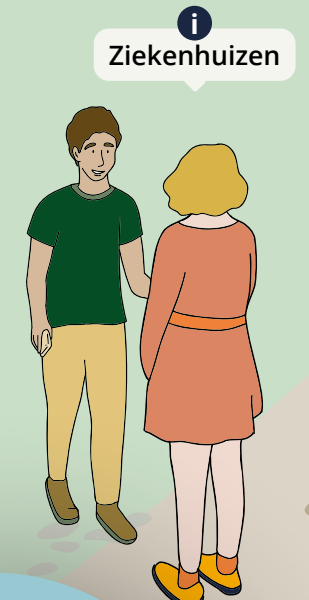
Sociaal domein



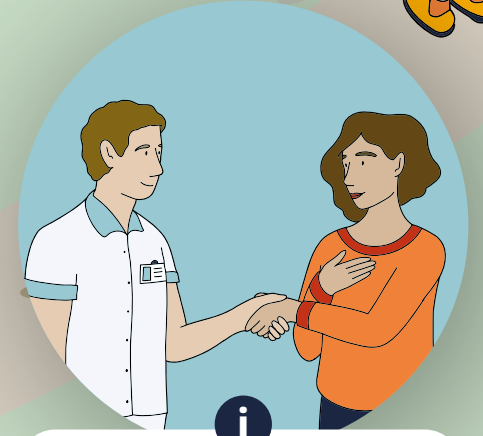
Eerstelijns therapie



Huisartsen



Ziekenhuizen



Digitaal als het kan, fysiek als het moet



Klik op de i of op het karakter voor meer informatie

Overzicht

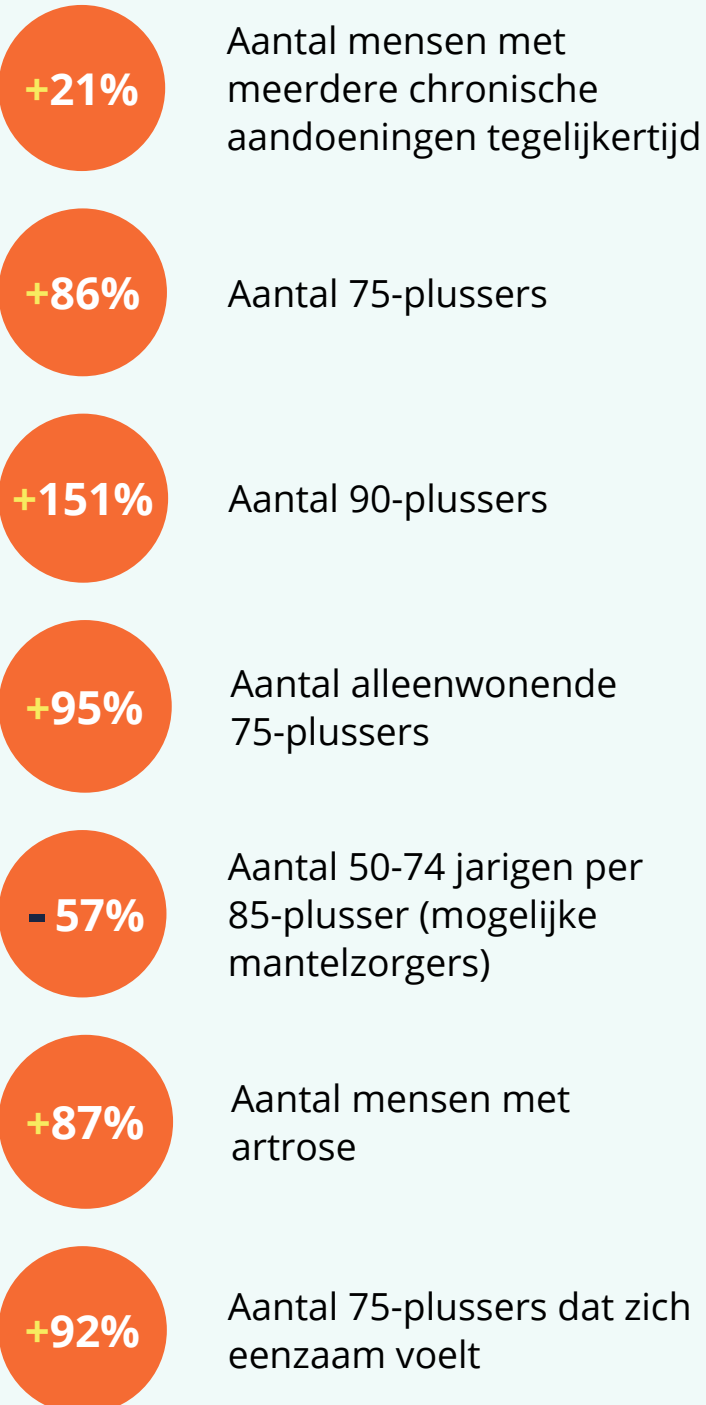
De toekomst van de zorg is nu!

De zorg staat op dit moment voor grote uitdagingen. In het nieuws wemelt het van de krantenkoppen over een zorginfarct: "Zorginfarct dreigt. Reddingsplan snel nodig". Die grote uitdagingen gelden ook voor onze regio. Wat betekent een zorginfarct? En hoe moet dat reddingsplan er dan uitzien?

Het aantal mensen dat zorg behoeft groeit enorm, in het bijzonder mensen met één of meer chronische ziekte(n). Een zorginfarct schetst een situatie waarbij we de zorg die nodig is écht niet meer kunnen leveren. Het knelpunt is voornamelijk een tekort aan zorgpersoneel. Een oplossing is dus nodig om meer zorg met minder personeel te leveren. We moeten niet harder, maar slimmer werken. Ofwel: **anders werken**.

De vraag is dan: wanneer is zorgpersoneel écht fysiek nodig, wat kan de patiënt (met mantelzorg) zelf en wanneer en waarmee kunnen we digitaal of met regiopartners ondersteunen? Het Digitaal Gezondheidscentrum biedt een innovatieve uitkomst. Zo garanderen we toegankelijkheid en goede kwaliteit van zorg in de regio Kennemerland.

Deze cijfers laten zien hoe onze volksgezondheid en zorg zich ontwikkelen en in 2040 eruit zouden zien als we als maatschappij op de huidige voet zouden doorgaan en niets extra's zouden doen.



Terug
naar overzicht

Gezondheid in eigen handen

*Zorg- en welzijnspartners en gemeenten in Regio Kennemerland ontwikkelen het Digitaal Gezondheidscentrum. In het Digitaal Gezondheidscentrum begeleiden verpleegkundig telecoaches **i** mensen met één of meer chronische aandoening(en). Het hoofddoel is het bevorderen van zelfmanagement.*



Thuismonitoring
Vitale parameters,
vragenlijsten



Ziektemanagement
Educatie, richting geven



Preventie
Signaleren, educatie,
richting geven

Telecoaching is een samenwerking tussen patiënt, verpleegkundig telecoach en software. Binnen deze samenwerking werkt de patiënt toe naar het ontwikkelen van vaardigheden, vertrouwen en gedrag om grip te krijgen op het leven met een chronische aandoening. De verpleegkundig telecoach en een app bieden de patiënt hiervoor persoonlijke informatie en ondersteuning.

Dit leidt tot het bevorderen van zelfmanagement; we coachen mensen in het omgaan met alle aspecten van zijn/haar chronische aandoening. Het gaat om zowel lichamelijk, sociaal-emotioneel als mentaal.

De volgende drie kernactiviteiten dragen daar aan bij:

- Thuismonitoring
- Ziektemanagement
- Preventie

De patiënt zal onder andere de volgende **voordelen** ervaren:

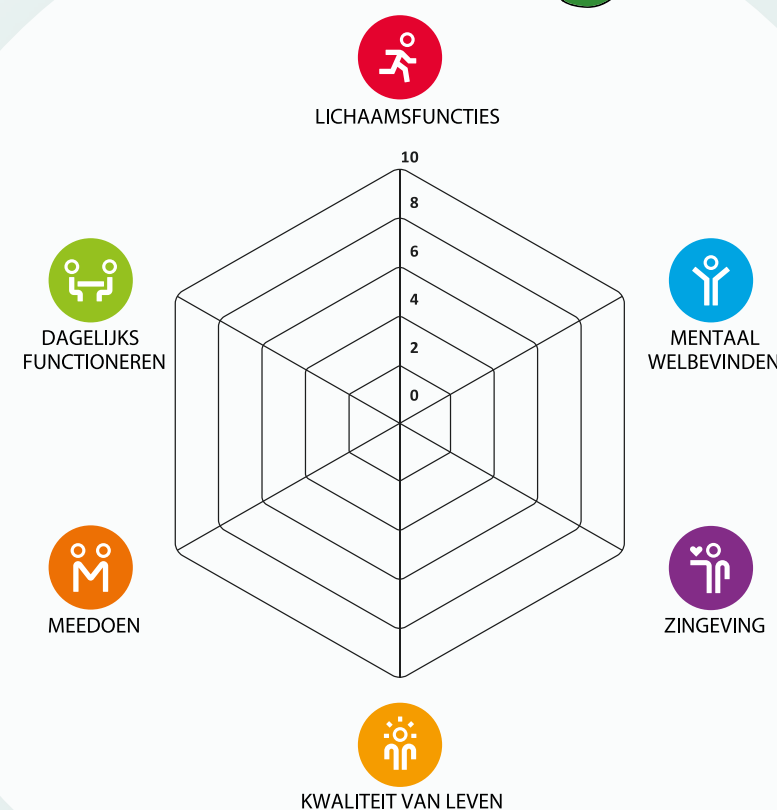
- Meer veerkracht en aandacht voor wat het leven betekenisvol maakt
- Continue begeleiding door inzet van digitale middelen (educatie, screening, persoonlijke doelen, digitale coaching)
- Meer inzicht in en grip op de aandoening(en)
- Contact met een zorgverlener op het moment dat het écht nodig is (in periodes dat men zich niet goed voelt), terwijl fysieke contacten op momenten dat het goed gaat niet meer plaatsvinden
- Minder reizen naar het ziekenhuis
- Minder ziekenhuisopnames door inspelen op vroege signalen als het niet goed gaat
- Minder lange ziekenhuisopnames door inzet van thuismonitoring bij thuiskomst

Regie bij de patiënt

Mensen zijn niet hun aandoening; dat is waar we sterk in geloven. Begeleiding vindt daarom plaats volgens een zogenaamde 360-graden blik. Niet alleen oog voor de fysieke beperkingen, maar ook voor al het andere in het leven wat juist goed gaat of beter kan.

Positieve Gezondheid is het gedachtegoed dat ook uitgaat van een brede benadering van gezondheid. De verpleegkundig telecoach en de software werken samen met de patiënt vanuit zes dimensies van Positieve Gezondheid. Zo dragen we bij aan het vermogen van mensen om met de **fysieke, emotionele en sociale** uitdagingen in het leven om te gaan.

Daarnaast zorgen we er op deze manier voor dat patiënten zoveel mogelijk eigen regie hebben. Via de mobiele telefoon of tablet heeft elke patiënt zijn/haar gezondheid letterlijk en figuurlijk in eigen handen.



De zes dimensies van Positieve Gezondheid zijn:

- Lichaamsfuncties Doel: Ik voel me gezond en fit
- Mentaal welbevinden Doel: Ik voel positieve emoties
- Zingeving Doel: Ik heb vertrouwen in mijn eigen toekomst
- Kwaliteit van leven Doel: Ik heb regie over mijn leven
- Meedoen Doel: Ik heb goed contact met andere mensen
- Dagelijks leven Doel: Ik kan goed voor mezelf zorgen



Thuismonitoring

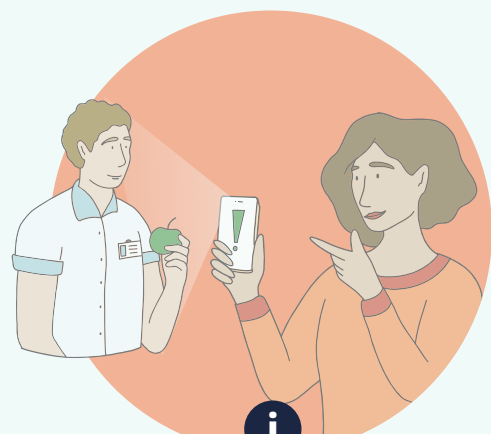
Eén van de drie hoofdactiviteiten is thuismonitoring: het monitoren van de gezondheid middels metingen. Om de gezondheid te bewaken en de veiligheid te waarborgen, monitoren we de status van de chronische ziekte(n) van de patient.

In een app geeft de patiënt metingen en/of informatie door over zijn/haar fysieke, mentale en sociale gesteldheid. De patiënt doet dit door het meten van **vitale waarden**, zoals de bloeddruk, of het invullen van **vragenlijsten**. In het Digitaal Gezondheidscentrum kijkt de verpleegkundig telecoach op afstand mee. De software zal automatisch reageren op bepaalde **metingen**.

Eenzijds ontvangt de patiënt dan feedback, informatie, tips of handvatten. Anderzijds zal de verpleegkundig telecoach in actie komen bij meldingen van overschreden drempelwaardes. Het contact met de patiënt verloopt veelal via chat en/of beeldbellen. De verpleegkundig telecoach zal overleggen met de de hoofdbehandelaar van de desbetreffende zorginstelling indien noodzakelijk.



Ziektemanagement
Educatie, richting geven



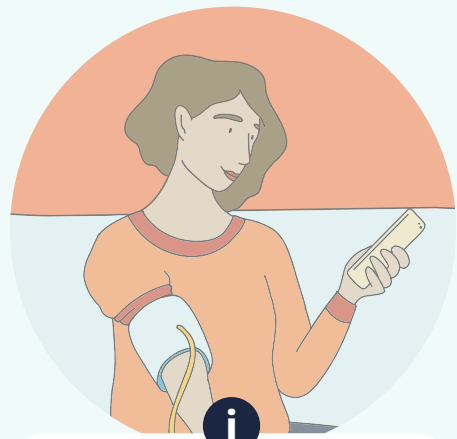
Preventie
Signaleren, educatie,
richting geven



Voorbeelden van **thuismonitoring**:

- Het inzichtelijk maken van klachten en functioneren via een gevalideerde vragenlijst, zoals de CCQ bij COPD of pijnscore bij chronische rugklachten.
- Het controleren van vitale waarden, zoals het gewicht en de bloeddruk bij hartfalen.
- Het inzichtelijk maken van stressniveaus of angstklachten via een meetinstrument in de app.
- Het controleren van het effect van nieuwe medicatie of aanpassingen van de dosering van reeds gebruikte medicatie, zoals bij reumatologische aandoeningen of polyneuropathie.

Terug
naar overzicht



Thuismonitoring
Vitale parameters,
vragenlijsten

Ziektemanagement

Eén van de drie hoofdactiviteiten is ziektemanagement. Dit omvat het ontwikkelen van vaardigheden, vertrouwen en gedrag omtrent een chronische aandoening.

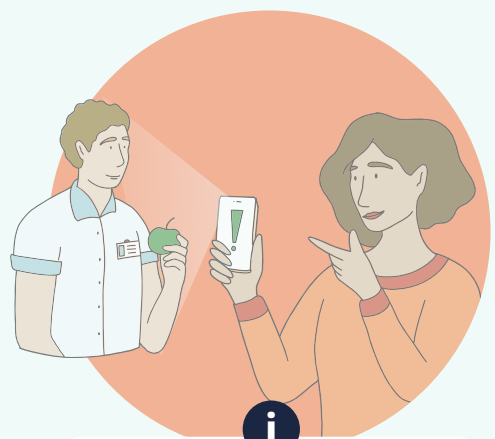
Het gaat heel concreet om het vergroten van **zelfvertrouwen, ziekte-inzicht** en **zelfzorg**. De patiënt kan zelf aangeven aan welke informatie, tips of handvatten hij/zij behoefte heeft. De software en de verpleegkundig telecoach spelen hier op in. Tevens kan de patiënt samen met de verpleegkundig telecoach werken aan gezondheidsdoelen.

Het uitgangspunt is altijd het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. **i** De patiënt zal meer grip op zijn/haar aandoening en leven ervaren. Dit resulteert in stabilisatie van de aandoening en verbeterde kwaliteit van leven.



Voorbeelden van **ziektemanagement tools**:

- Een educatieprogramma met video's, uitleg, tips&trics over de chronische ziekte(n), denk aan:
 - Een video over de werking van je darmen en de ziekte van Crohn.
 - Een kennisartikel over je longen, COPD en uitlokkende factoren van verslechtering.
 - Tips&trics over goede voeding, stressreductie en slaap bij migraine.
- Het inzichtelijk maken van de gezondheidstoestand door het invullen van het spinnenweb Positieve Gezondheid, als basis voor een gesprek met de verpleegkundig telecoach.
- Een podcast met patiënt-ervaringsverhalen over hoe diabetes type 2 een plek te geven in je leven.
- Een app voor mindfulness-oefeningen of een app met een eetdagboek.
- Tips voor wearables zoals stappentellers, smart-watches en sporthorloges.
- Actieplannen: hoe te handelen bij een opvlamming, zoals een longaanval actieplan.



Preventie
Signaleren, educatie,
richting geven

Terug
naar overzicht





Thuismonitoring
Vitale parameters,
vragenlijsten



Ziektemanagement
Educatie, richting geven



Preventie

Eén van de drie hoofdactiviteiten is preventie. In het kader van het Digitaal Gezondheidscentrum bedoelen we enerzijds het voorkomen van verslechtering van ziekte en anderzijds het voorkomen van het ontstaan van een andere chronische ziekte.

Door aandacht voor **leefstijl** werkt de patiënt aan zijn/haar eigen gezondheidsdoelen. Denk hierbij aan voeding, beweging, slaap, ontspanning, roken en alcoholgebruik. Ook hierbij zijn diverse tools in te zetten, net zoals bij ziektemanagement. De **behoefte van de patiënt** staat hierin weer centraal.

Naast de software en de verpleegkundig telecoach, spelen regionale partners een belangrijke rol. We sluiten aan op **regionale initiatieven** en **zorg- en welzijnsaanbod** op het gebied van fysieke, mentale en sociale ondersteuning.

Voorbeelden uit de **toolkit** preventie:

- Gesprek met de patiënt volgens het gedachtegoed van *Positieve Gezondheid*: **i** waar wil de patiënt aan werken?
- Advies voor zelfhulp apps volgens de dimensies van Positieve Gezondheid. Denk aan een eetdagboek, stoppen-met-roken hulp of mindfulness.
- Verwijzing naar de buurtsportcoach om passend sportaanbod te vinden in de buurt.
- Verwijzing naar het Sociaal Team voor zorgen (stress) om financiën.
- In contact komen met de wandelclub op woensdagochtend met een koffierondje als afsluiting.
- Verwijzing naar 1e lijns therapeuten, zoals een diëtist of fysiotherapeut.
- Leefstijladvies.



Digitaal als het kan, fysiek als het moet

Begeleiding vindt digitaal plaats met de verpleegkundig telecoach onder de knop. Via de mobiele telefoon of tablet heeft elke patiënt zijn/haar gezondheid letterlijk en figuurlijk in eigen handen.

Waar de patiënt voorheen op gezette tijden voor een consult een zorgverlener bezocht, verandert dit met de komst van het Digitaal Gezondheidscentrum. In plaats van reguliere artsbezoeken, geeft de patiënt gegevens over zijn/haar welzijn en gezondheid **digitaal** door vanuit huis. De patiënt werkt aan **gezondheidsdoelen**, met steun van de verpleegkundig telecoach, software en regionale zorg- en welzijnspartners. Dit gaat om **fysieke** gesteldheid, maar ook om **sociaal** en **mentaal** welzijn en **zingeving**. Veel kan de patiënt ook zelf doen: het volgen van educatiemodules of kijken van educatieve video's, gebruik van stappentellers of mindfulness-apps. Hierdoor hoeft de patiënt niet meer fysiek naar het ziekenhuis te komen én wordt de patiënt gemonitord en gecoacht door de verpleegkundig telecoach.

In de toekomst werken we naar een **integraal regionaal dashboard** toe waar we verschillende applicaties op aan kunnen sluiten. Enerzijds om de patiënt verschillende tools aan te bieden, anderzijds om informatie te kunnen uitwisselen over de schotten van de zorg heen.

En wat als de zorg fysiek moet vanwege acute verslechtering? Het Digitaal Gezondheidscentrum is onderdeel van het Zorgplein van de toekomst, bestaande uit het Digitaal Gezondheidscentrum en een **nieuwe Spoedeisende Medische Dienst**. Het Regionale Spoedplein is de acute zorg van de toekomst. Een patiënt wordt ook daar op **360-graden** wijze beoordeeld. Zo helpen niet alleen SEH-artsen en -verpleegkundigen de patiënt in de acute situatie, maar bijvoorbeeld ook thuiszorg, GGZ en sociaal domein indien nodig.

De basis voor de **ICT** omvat twee applicaties:

- 1 Software voor *thuismonitoring* **i**, automatisch uitsturen van informatie, tips, handvatten e.d.
- 2 Software voor beeldbellen en chat, zoals dit nu al breed ingezet is in het Rode Kruis Ziekenhuis.

Regionale samenwerkingen


De regio is de basis voor alle samenwerkingen, groot en klein. Dit betreffen samenwerkingen van zorg tot sociaal domein tot werkgevers. Denk hierbij aan regio Kennemerland, maar ook de grotere regio Noord-Holland Noord.

Regio Kennemerland


We zijn in gesprek met verschillende partners in regio Kennemerland om te kijken naar mogelijke samenwerkingsvormen. De 360-graden werkwijze drukt zich uit in een samenwerking met diverse expertise. De aard en intensiviteit van de samenwerking varieert. Waar sommige partijen bij de **vormgeving van zorgpaden** betrokken zijn, zoals de huisartsen, zullen andere partijen vooral betrokken zijn in **het opvangen van (fysieke, mentale of sociale) zorgbehoefte** via een verwijzing, zoals de gemeente.

Regio Noord-Holland Noord

Het Digitaal Gezondheidscentrum in Kennemerland is een zogenaamde **proeftuin**, waar opschalingsmogelijkheden naar aanliggende regio's en ziekenhuizen in worden verkend. Het plan is flexibel en kan uitgroeien tot de meest gewenste optie.

De **partners**  die samenwerken in het Digitaal Gezondheidscentrum zijn:

- Rode Kruis Ziekenhuis Beverwijk
- Huisartsen (Huisartsen Vereniging Midden-Kennemerland en Huisartsen Zuid-Kennemerland)
- VVT (ViVa! Zorggroep)
- Revalidatiezorg (Heliomare)
- Diverse divisies van de gemeente Beverwijk, Heemskerk, Velsen (beleidsadviseur, buurtsportcoaches, Stichting Welzijn Beverwijk)

De **partners**  die wij zeer relevant achten en met wie wij in latere fasen in contact willen komen:

- Fysiotherapeuten
- GGZ
- Diëtisten
- Diverse eerstelijns therapeuten
- Diverse aanbieders binnen het sociaal domein



Samenwerken met netwerkpartners

Rode Kruis Ziekenhuis

Mensen met chronische ziekte(n) biedt het RKZ tweedelijns zorg via het Digitaal Gezondheidscentrum. Verpleegkundig telecoaches hebben nauw contact met medisch en verpleegkundig specialisten van de poli's wanneer nodig. Standaard controles op de poli worden verminderd.

Revalidatiezorg

Heliomare ziet kansen voor poliklinische en mogelijk klinische begeleiding via het Digitaal Gezondheidscentrum. In eerste instantie voor een zorgpad Chronische Pijn.

VVT

Binnen de geriatrische revalidatiezorg, thuiszorg, verpleeghuizen en eerstelijnsverblijf ziet ViVa! Zorggroep diverse mogelijkheden tot samenwerking in het Digitaal Gezondheidscentrum.

Huisartsen

Patiënten van de huisarts kunnen we begeleiden in het Digitaal Gezondheidscentrum. Daarvoor zullen de huisartsen modules vormgeven, in eerste instantie voor de ketenzorg aandoeningen. De verpleegkundig telecoach begeleidt de patiënt op afstand. De huisarts blijft hoofdbehandelaar.

Alleen bij noodzaak tot overleg, zal de POH of huisarts in beeld komen. Het Digitaal Gezondheidscentrum neemt hiermee een deel van de werkdruk van de huisartsen uit handen.

Sociaal domein

Binnen het sociaal domein zijn diverse samenwerkingen. Denk bijvoorbeeld aan een verwijzingsproces naar de buurtsportcoach, die faciliteert in passend sportaanbod. Denk ook aan het Sociaal Team, dat ondersteuning biedt bij geldzaken, sociale contacten, wonen en activiteiten in de wijk aanbiedt.

Eerstelijns therapeuten

Verwijzingen naar eerstelijns therapeuten, zoals fysiotherapeuten en diëtisten, kunnen een waardevolle toevoeging zijn op de ondersteuning binnen de preventie-activiteiten.

GGZ

Verwijzingen naar eerstelijns psychologen kunnen een waardevolle toevoeging zijn op de ondersteuning binnen de preventie en ziektemanagement activiteiten. We zullen verkennen of er nog aanvullende samenwerkingsmogelijkheden zijn.