

Verbetertraject Niet alleen de geest maar ook het lichaam



In dit overzicht presenteert Zorg voor Beter de belangrijkste resultaten van het Verbetertraject 'Niet alleen de geest maar ook het lichaam'. Het Verbetertraject startte in november 2007 met 7 instellingen (12 teams). In februari 2008 startte ronde 2 met 11 instellingen (12 teams). Op de gezamenlijke slotconferentie in februari 2009 werden de resultaten van totaal 18 instellingen uit de geestelijke gezondheidszorg gepresenteerd. Het Trimbos-instituut heeft het traject begeleid, in samenwerking met Vilans.

Introductie op het thema

De levensverwachting van mensen met langdurige en ernstige psychische klachten of stoornissen ligt minimaal 15 jaar lager dan de doorsnee bevolking. Ook hebben zij relatief vaak lichamelijke problemen, zoals diabetes en hart- en vaatziekten. Eén van de redenen hiervoor is dat mensen met psychische klachten vaak ongezond leven. Ze bewegen te weinig, hebben overgewicht, roken veel en gebruiken relatief vaak alcohol en drugs. Er zijn ook ziektes die gepaard gaan met lichamelijke veranderingen, zoals een toenemende eetlust bij schizofrenie. Daarnaast vormt medicatie een risico-factor voor lichamelijke problemen. De somatische zorg hapert, doordat de problemen niet of te laat door cliënten zelf, hun naasten en hun hulpverleners worden herkend. Bovendien is de samenwerking binnen en buiten de ggz niet altijd optimaal, waardoor gesignaleerde klachten niet goed worden opgevolgd. Goede zorg verkleint de kans op lichamelijke problemen en beperkt de veelal ernstige gevolgen hiervan.

Doelen

- De doelstellingen van dit verbetertraject zijn:
- Betere lichamelijke zorg voor cliënten
 - Betere lichamelijke gezondheid voor cliënten

Resultaten

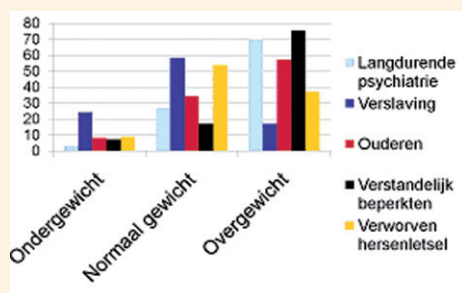
- Belangrijkste resultaten van het Verbetertraject 'Niet alleen de geest maar ook het lichaam' zijn:
- Medewerkers van de deelnemende teams zijn (bij)geschoold op een groot aantal onderwerpen rond het thema geest en lichaam. Hierdoor beschikken medewerkers en cliënten over meer kennis met betrekking tot gezondheid, signaleren van problemen en risicofactoren en kunnen hier beter op reageren
 - Zowel hulpverleners als cliënten zijn zich meer bewust van de urgentie van een gezondere leefstijl. Lichamelijke problemen worden daarom in een eerder stadium al gesignaleerd.
 - Er is inzicht in de lichamelijke gezondheid van cliënten: van 542 cliënten zijn gegevens verzameld over gewicht, BMI, bloeddruk, buikomvang en medicatie. Respectievelijk 276 en 167 cliënten hebben al binnen het traject een tweede en derde meting gehad.
 - Van ruim 300 cliënten zijn gegevens over leefstijl in kaart gebracht: roken, alcohol- en druggebruik en aantal minuten beweging per dag.
 - De gesignaleerde problemen en risicofactoren zijn vastgelegd in routines als behandelplannen, Elektronische Patiënten Dossiers, procedures en protocollen.
 - Het zorgaanbod op lichamelijke gezondheid is verbeterd en uitgebreid met (preventieve) behandelprogramma's of interventies die de gezondheid bevorderen.
 - Verschillende disciplines werken nu samen. Denk daarbij aan de huisarts, voedingsdeskundige, fysiotherapeut of somatische poli's.



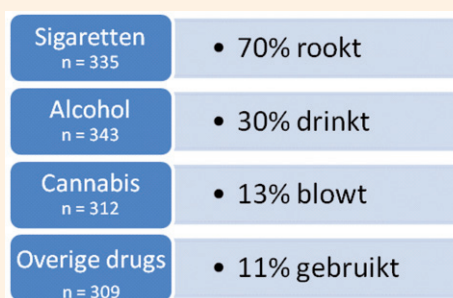
Hoe zijn de resultaten bereikt?

Voor het verbeteren van de lichamelijke gezondheid van cliënten werd gewerkt aan:

- Betrokkenheid en kennis over lichamelijke gezondheid en psychiatrie bij cliënten en hulpverleners. Er werden scholingen en trainingen georganiseerd over:
 - signaleren van lichamelijke problemen;
 - gezondheid en gezondheidsrisico's;
 - verwoorden van eigen lichamelijke gezondheid door cliënten;
 - relatie tussen psychiatrische stoornissen en somatische co-morbiditeit;
 - het metabool syndroom (is een optelsom van symptomen en bloedwaarden, die in combinatie een sterk verhoogd risico geven op het ontwikkelen van diabetes en hart- en vaatziekten)
 - omgaan met ernstige lichamelijke problemen;
 - begeleiding voor een gezondere leefstijl van cliënten.
- Betere (vroegtijdiger en vollediger) signalering van lichamelijke klachten. Er is gecontroleerd op onder andere:
 - lichamelijke gezondheidstoestand, klachten en symptomen;
 - risicofactoren voor het metabool syndroom;
 - gebruik van 'risico' medicatie;
 - tuberculose;
 - tandverzorging- en problematiek.
- Het zorgaanbod op lichamelijke gezondheid is verbeterd door:
 - in gebruik nemen van richtlijnen en protocollen;
 - gezondheid en leefstijl tot onderwerp van gesprek te maken;
 - lichamelijk onderzoek te standaardiseren;
 - starten met de hepatitis B (vervolg) vaccinatie;
 - in voeren van een structureel zorgaanbod op bewegen en voeding: o.a. fitness ruimte voor ouderen geopend, Health4U module, wandelgroepen, zwemuren en kookbegeleiding.
- Samenwerking tussen verschillende disciplines rond lichamelijke gezondheid is verbeterd door:
 - het leggen of intensiveren van contact, afstemmen en afspraken maken met de huisarts en andere betrokken artsen, voedingsdeskundige en fysiotherapeut. Met als doel betere communicatie tussen afdeling en andere medische behandelaren;
 - betere bekendheid binnen de instelling van het bestaan van de somatisch poli en betere samenwerking met de betrokken hulpverleners;
 - in kaart brengen waar de eerste lijn problemen ervaart;
 - meer aandacht voor het belang van gezondheid vanuit het management.



BMI naar doelgroep



Leefstijl

Geleerde lessen

- Een traject van één jaar is te kort voor daadwerkelijke verbetering van de gezondheid van cliënten.
- Het belang van aandacht voor lichamelijke gezondheid is veelal geen discussiepunt.
- Teamleden en cliënten ervaren een groot gemis aan inhoudelijke kennis over dit onderwerp.
- Het blijkt lastig om cliënten echt inhoudelijk te betrekken bij het Verbetertraject. Dit vraagt om een cultuuromslag en specifieke ondersteuning.



- De gestructureerde manier van verbeteren wordt gewaardeerd en als ondersteunend ervaren door de deelnemende teams.
- Hulpverleners en cliënten ervaren het meten soms als een extra last. Goede voorlichting over het belang van de metingen is daarom belangrijk.
- Een secretaresse of administratief medewerker in het team werkt positief voor het meten en registreren van gegevens.
- Juist in de steeds veranderende (o.a. door fusies) organisaties is goede borging van somatische zorg binnen de organisatie van groot belang.

Vervolg

Vanaf 2009 wordt het verbetertraject Geest en Lichaam gecombineerd met het thema Medicatieveiligheid. Deze combinatie richt zich op het feit dat veel psychiatrische cliënten een slechte gezondheid hebben én medicijnen gebruiken. Het doel van het verbetertraject is het verbeteren van de gezondheid en het verminderen van medicatie-incidenten. Instellingen aan dit combinatieverbetertraject doen mee met twee teams die elk met een verschillend thema aan de slag gaan. Meer informatie over de combinatieprojecten: www.zorgvoorbeter.nl/aan-de-slag/combitrajecten.

Meer informatie

Voor meer informatie over het Verbetertraject '*Niet alleen de geest maar ook het lichaam*' en de resultaten kunt u terecht bij de projectleider, Anneke van Wamel van het Trimbos-instituut, e-mail awamel@trimbos.nl. Kijk ook op www.zorgvoorbeter.nl/geest-en-lichaam.