MAASSTAD ZIEKENHUIS

Zelfmanagement: invloed op kwaliteit van leven?

Ton van Kooij

Disclosure belangen

Geen belangenverstrengeling.

Vele domeinen voor zelfmanagement

- Relaties
- Financiën
- Sociale contacten
- Huisvesting
- Arbeid
- Gezin
- Voeding
- Etc.
- In deze presentatie: ziekte, gezondheid, kwaliteit van leven, welbevinden

Zelfmanagement, wat verstaan we er onder:

- **WHO**: Patiënten de directe controle geven over het managen van hun aandoening.
- **Rapport meldactie zelfmanagement van de NPCF**(2010): patiënt krijgt de mogelijkheid om de **regie te nemen in het eigen zorgproces.** De patiënt kan **zelf doelen** stellen.
- Column NVN NTvN juni 2012: in overleg met arts en **binnen redelijke grenzen (?)**

Zelfmanagement in de belangstelling

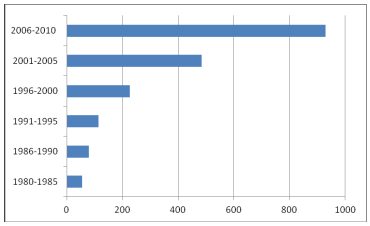
- Bezuiniging?
- Hulpverleningsinterventie?
- Hulpverleningslogistiek?

  of
- Andere visie op zorg.

Toename artikelen over zelfmanagement

Shared Decision Making & Zelfmanagement

Literatuuronderzoek naar begripsbepaling Nijmegen 2012



MAASSTAD ZIEKENHUIS

7

Zelfmanagement in historisch perspectief

MAASSTAD ZIEKENHUIS

8

prof. dr. Johannes Hattinga-Verschure (1914-2006) Schrijft in de jaren 60-70 van de vorige eeuw over de begrippen:

- Zelfzorg = zelfmanagement
- Mantelzorg
- Professionele zorg

MAASSTAD ZIEKENHUIS

9

Er was kritiek op de Nederlandse verzorgingsstaat

- Discussie over waar grenzen van professionele zorg liggen.
- Betaalbaar blijven van zorg.
- Meer voor elkaar zorgen.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

10

Publicatie NIVEL Overzichtstudies: zorg voor chronisch zieken:... (2011)

- Aantal patiënten met chronische ziekte neemt toe.
- Accent in de zorg verschuift.
- Mensen leven langer met ziekten die vroeger fataal waren.
- Niet alleen overleven is belangrijk maar ook een goed leven is belangrijk.
- Zelfmanagement is zorg verbeteren en betaalbaar houden.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

11

Minister Schipper in 2011

- Het aantal chronische zieken neemt toe.
- De zorgvraag wordt groter maar ook complexer.
- De wensen en behoeften van de patiënten centraal te stellen.
- Er is een programmatische aanpak nodig.
- Mensen met een chronische aandoening moeten in staat worden gesteld zo goed mogelijk met hun ziekte om te gaan, zodat de best mogelijke **kwaliteit van leven** wordt bereikt

MAASSTAD ZIEKENHUIS

12

Kwaliteit van leven

- Een subjectief begrip, wat iemand er zelf van vindt.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

13

Kwaliteit van leven is multi-dimensioneel

- Het lichamelijke domein van kwaliteit van leven bestaat bijvoorbeeld uit lichamelijk functioneren en symptomen zoals pijn.
- Het psychische domein omvat psychische klachten, zoals angstige of depressieve gevoelens of positieve gevoelens van welbevinden.
- Het sociale domein omvat bijvoorbeeld het aantal en de kwaliteit van de sociale contacten.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

14

Dialysepatiënten en hun kwaliteit van leven

- Ernstig vermoeid en sterk verminderde conditie.
- Gevoel van algehele malaise.
- Vochtbeperking.
- Hoge kans op complicaties en sterfte.
- Vele beperkingen op fysiek, psychisch, sociaal en materieel vlak.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

15

Regie over je eigen leven houden

- Discussies over minder dagen of uren dialyseren.
- Hoe om te gaan met vochtbeperking.
- Gebruik van medicatie.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

16

Kwaliteit meten

- Prestatie indicatoren?

MAASSTAD ZIEKENHUIS

17

Zelfmanagement en therapie (on)trouw

Kan therapie ontrouw zelfmanagement zijn?

MAASSTAD ZIEKENHUIS

18

Belemmering om actief betrokken te zijn bij zorg

(rapport meldactie zelfmanagement NPCF 2010..):

- Mijn zorgverlener werkt niet mee
- Mijn zorgverleners werken niet goed samen
- Ik krijg tegenstrijdige informatie
- Ik heb te weinig informatie
- Mijn aandoening/ziekte belemmert mij
- Ik denk dat ik dat niet kan
- Dat is te duur
- Ik begrijp de informatie niet

MAASSTAD ZIEKENHUIS

19

Opmerkingen deelnemers Rapport meldactie zelfmanagement van de NPCF(2010)

- Vragen naar wat je nodig hebt (praktisch, fysiek en mentaal)? Er wordt meestal gekeken naar feiten (bloedwaarden/ DAS score etc.).
- Regelmatig evalueren van mijn ziekteproces.
- Het maken van een gezamenlijk regiecontract of regieplan met wederzijdse activiteiten
- Ik zou graag meer digitale mogelijkheden hebben, door bijv. cholesterolwaarden of bloeddruk in te kijken en aan te vullen.
- Complete voorlichting en wellicht een open relatie met behandelaars die alles vertellen en niet iets achter houden.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

20

- Dat het vanzelfsprekend is dat uitslagen en behandelmogelijkheden aan mij worden voorgelegd zonder dat ik er om hoef te vragen.
- Het zou makkelijker moeten zijn om mijn dossier in het ziekenhuis in te zien.
- Ik zou de alternatieven voorgelegd willen krijgen en samen met de behandelaar een afweging willen maken.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

21

Hoe aan de slag met zelfmanagement?

- Uit het onderzoek van de NPCF (Nederlandse Patiënten en Consumenten Federatie) blijkt dat **patiënten actief betrokken willen worden bij hun behandeling**. Ze vinden het belangrijk dat **artsen goed luisteren** en meer ruimte geven voor vragen en overleg. Patiënten geven aan dat hun behandeling dan **betere resultaten geeft en dat de kwaliteit van hun leven erdoor verbetert**.

MAASSTAD ZIEKENHUIS

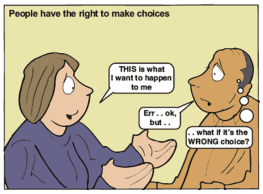
22

Zelfmanagement is maatwerk

- Patiënten goed informeren? Begrijpelijke taal
- Helpen doelen stellen/patiënt heeft regie
- Coachende rol hulpverleners
- Teamwork
- Betrek naasten erbij
- Evalueren
- Niet normerend of betuttelend
- Ken je eigen normen en waarden

MAASSTAD ZIEKENHUIS

23

MAASSTAD ZIEKENHUIS

24