

**HONK**Huisartsen- &
Multidisciplinaire Zorg

‘Het is prettig om dit samen te doen en er niet alleen voor te staan’

Interview met de ambassadeurs Positieve Gezondheid huisarts Maaïke Doeksen en POH-somatiek Saskia Mooij van Huisartsen Dorpspraktijk in Castricum over de toepassing van Positieve Gezondheid in hun praktijk.

Hoe is het jullie gelukt om Positieve Gezondheid succesvol te implementeren?

Zowel Maaïke als Saskia hebben de basiscursus Positieve Gezondheid gevolgd. Daarnaast is POH-GGZ Vincent Smit, binnen de praktijk ook IPH-docent. Dit zorgt voor een breed draagvlak, wat de implementatie van Positieve Gezondheid in de praktijk versterkt. Het is prettig om dit samen te doen en er niet alleen voor te staan. Je vult elkaar aan, wisselt ideeën uit en blijft elkaar motiveren.

Binnenkort worden ook de doktersassistenten geschoold in Positieve Gezondheid. Hierdoor kunnen zij gesprekken met ‘veel-bellers’ op een andere manier voeren, nadat de triage veilig is gesteld.

Hoe passen jullie het spinnenweb toe in de praktijk?

Maaïke laat de patiënt het spinnenweb thuis al invullen door de QR code naar de digitale vragenlijst mee te geven of vooraf te scannen met de telefoon. Terug op het spreekuur wordt besproken wat de patiënt zelf opvalt en waar ze tegenaan lopen. Dit gesprek duurt 15 tot 20 minuten en vindt niet dagelijks plaats.

Saskia laat patiënten tijdens het consult de domeinen een cijfer geven. Zo kan ze gericht doorvragen. Kiest een patiënt voor het fysieke domein, dan nodigt zij uit om ook eens naar een ander domein te kijken. Deze aanpak is met name waardevol bij patiënten met chronische, onbegrepen klachten of wanneer het beleid niet aanslaat.

Wat levert het jullie op?

Het gebruik van het spinnenweb zorgt voor een andere insteek van het consult. Je luistert op een andere manier en ziet de patiënt completer, niet alleen de aandoening of klacht. Hierdoor krijg je meer begrip en inzicht in wat er écht speelt en waarom mensen tegen zaken aanlopen. Zo kun je beter de zelf regie stimuleren, je sluit echt aan.

Wat is het effect voor de patiënt?

Patiënten hebben vaak al een idee waar het knelt, maar er wordt zelden naar gevraagd. Het spinnenweb opent de deur naar een verdiepend gesprek. Soms leidt dat tot emoties, omdat er eindelijk ruimte is om dingen uit te spreken. Vaak weten patiënten zelf wel wat er moet veranderen, maar zitten ze vast in een cirkel. Door dit bespreekbaar te maken en samen te denken in mogelijkheden, ontstaat er bewustwording en beweging – wat motiverend werkt.



Lees verder →

Eigenschappen van de praktijk:

- Aantal patiënten: 8000
- Praktijkhouders: 3
- Waarnemend huisartsen: 4
- AIOS: 1
- Team: 7 doktersassistenten, 2 POH-Somatiek, 2 POH-ouderenzorg, 2 POH-GGZ en een praktijkmanager

Hoe gebruiken jullie de sociale kaart?

De Dorpspraktijk heeft de sociale kaart goed op orde. Zo is duidelijk naar welke organisaties of personen verwezen kan worden binnen de regio, zoals de Warme Tafel, Welzijn op Recept of Stichting Welzijn Castricum.

De lijnen worden goed onderhouden, mede dankzij POH-GGZ Vincent Smit. Hij neemt bijvoorbeeld deel aan welzijnsbijeenkomsten in de regio. De praktijk moet hiervoor actief blijven netwerken. Deze welzijnsstromen verschillen per gemeente. Het is fijn als iemand binnen het team hier affiniteit mee heeft. Het vraagt pionieren, tijd en energie, maar het loont op de lange termijn.

'Door dit bespreekbaar te maken en samen te denken in mogelijkheden, ontstaat er bewustwording en beweging - wat motiverend werkt'.

Wat zou de toepassing van het spinnenweb kunnen ondersteunen?

Saskia ziet geen noodzaak om het spinnenweb in het HIS op te slaan; het is vooral bedoeld als gespreksinstrument, geen meettool. Het biedt patiënten inzicht in zichzelf en wordt individueel ingevuld.

De papieren versies van het spinnenweb zijn prijzig. Printen voelt niet meer van deze tijd. Een geplastificeerd, herbruikbaar spinnenweb op het bureau zou daarom ideaal zijn.

Ook zouden praktijkvoorbeelden of inspirerende updates uit andere praktijken helpen om het levendig te houden.

Hoe is Positieve Gezondheid in de praktijkvoering doorgevoerd?

Dat begint in Castricum al bij goed zorgen voor collega's. Tijdens de ochtendstart is er oog voor elkaar. Er worden regelmatig stoelmassages georganiseerd om medewerkers te helpen ontspannen. Ook wordt er actief gevraagd naar het welzijn van het team: hoe houd je het werk vol? Wat heb je nodig? Hoe blijven we samen veerkrachtig?

Daarnaast organiseert de praktijk jaarlijks gezamenlijke etentjes en scholingen, zoals recent nog een bijeenkomst over mentale gezondheid van het team.

Wat doen jullie om Positieve Gezondheid actueel te houden?

Er wordt regelmatig een lunchoverleg georganiseerd waarin het onderwerp besproken wordt. Collega's delen hun ervaringen en bespreken casuïstiek. De praktijkmanager heeft meerdere exemplaren van het boek 'Positieve Gezondheid in de huisartsenpraktijk' aangeschaft, zodat iedereen zich kan verdiepen in de materie. Tijdens gezamenlijke lunch overleggen verzorgt Vincent regelmatig een korte opfriscursus. Deze wordt op twee verschillende dagen aangeboden, zodat iedereen de kans krijgt om aan te sluiten.

Hebben jullie tips voor collega's?

- *Betrek meerdere medewerkers bij Positieve Gezondheid. Inspireer en ondersteun elkaar.*
- *Ga er niet van uit dat het 'veel gedoe' is of te veel tijd kost - label het positief.*
- *Pas het toe op een manier die bij jou en je praktijk past.*
- *Enthousiasme werkt aanstekelijk. Als jij er warm voor loopt, neem je je collega's makkelijker mee.*



Scan mij



Kijk voor meer informatie op www.honk.nu