

# Breederode Hogeschool stelt welzijn centraal

## 'Het gaat om meer dan alleen voeding en beweging'

Breederode Hogeschool geldt al jaren als hét opleidingsinstituut binnen het domein zorg en welzijn in Nederland. Vanuit die voortrekkersrol focust het opleidingsinstituut zich meer en meer op specifiek dat laatste segment. Leefstijl en preventie worden tenslotte steeds belangrijker in de (eerstelijns)zorg en op dit vlak sluiten de opleidingen van Breederode Hogeschool nu nog nauwer aan.

Het is een logisch gevolg van een al langer lopend proces binnen Breederode Hogeschool, dat ruime tijd geleden al meer in ging spelen op preventie en leefstijl. Het zijn segmenten die binnen de gezondheidszorg in het verleden nog niet echt op het netvlies van huisartsen en praktijkondersteuners stonden, simpelweg omdat zij er in hun opleidingen amper mee te maken hebben gehad. Deels echter ook omdat de tijd die hierin gestoken werd nog niet altijd werd vergoed. Tijden veranderen echter.

"Je ziet dat er echt een waarneembare omslag is gemaakt in de eerstelijnszorg", zo stelt Marina Vinken, manager huisartsenzorg bij Breederode Hogeschool. "Ons opleidingsinstituut heeft niet voor niets altijd al 'welzijn' als inhoudelijke onderdeel van het aanbod gehad, het zit diep in het DNA van onze organisatie. Inmiddels schuiven

we naar het punt toe dat we een opleidingsinstituut voor 'welzijn en zorg' worden. Welzijn voorop dus, al zijn de twee natuurlijk onlosmakelijk met elkaar verbonden."

### Leefstijl in de breedte

In het aanbod aan opleidingen en cursussen van Breederode Hogeschool loopt welzijn dan ook al meerdere jaren als een rode draad door het aanbod heen. Er zijn echter ook heel specifieke onderdelen, zoals de in november startende cursus 'Leefstijl voor eerstelijns zorgprofessionals'.

## 'Wij leren POH's om leefstijl in de breedte te benaderen'

Hierin leren praktijkondersteuners inventariseren welke leefstijlfactoren een rol spelen bij het welbevinden en/of ziektebeeld van hun patiënten, hoe deze beter geïnformeerd en bereikt kunnen worden en hoe zij kunnen worden ondersteund richting een significante gedragsverandering. Marina Vinken: "Je ziet dat leefstijl en preventie steeds vaker een onderdeel worden van een behandelplan, zie bijvoorbeeld initiatieven in de eerstelijns zoals Keer Diabetes Om. Wij leren POH's om leefstijl in de

breedte te benaderen, want het gaat om meer dan alleen voeding en beweging. Denk ook aan slaap en ontspanning, omgang met stress of sociale verbinding en zingeving bijvoorbeeld. Het grijpt allemaal in elkaar en in onze cursus wordt geleerd hoe deze leefstijlonderdelen kunnen worden ingezet bij de behandeling van chronische aandoeningen. Deze cursus is dan ook interessant voor de POH en de POH GGZ, maar ook voor de Praktijkondersteuner Bedrijfsartsen en de Arbo-verpleegkundige."

### Paradigmaverschuiving

Programmaleider Jochem van Schalkwijk voegt toe dat de omslag in de eerstelijns is ingezet binnen de paramedische eerstelijns. "Als fysiotherapeut, manueeltherapeut en bewegingswetenschapper heb ik dat begin deze eeuw al in mijn eigen vakgebied zien gebeuren, nog voor het bij de huisartsenpraktijk was doorgedrongen dat het in beweging brengen van de patiënt belangrijk was. De Gecombineerde Leefstijlinterventie is in 2010 al bijna in de basisverzekering terecht gekomen, maar door de val van het toenmalige kabinet werd dat uiteindelijk pas 2019. Desalniettemin heeft zich inmiddels als het ware een paradigmaverschuiving voltrokken. Je ziet dat leefstijl bij een nieuwe generatie huisartsen helder op het vizier staat, de basiskennis met betrekking tot leefstijl is hoger omdat er in de opleidingen meer aandacht voor aan het komen is. Maar je merkt tegelijkertijd dat er bij een behoorlijk grote groep zorgverleners nog veel onbekend is."

### Verdieping van competenties

Volgens Jochem van Schalkwijk groeit de interesse voor leefstijl vanuit de diverse beroepsgroepen binnen de zorg omdat er vanuit de wetenschap op dit gebied ook steeds meer bekend wordt en dat zorgverleners hun beroepscompetentie aan willen laten sluiten op de literatuur. "De opleidingen van Breederode Hogeschool zijn stuk voor stuk evidence based en geven verdieping en verbreding aan de competenties van de deelnemers. We geven handen en voeten aan de theorie, zodat deelnemers uiteindelijk aandacht voor leefstijl breed in kunnen zetten in de praktijk."

### Geen waardeoordeel

Hij noemt ook de verschuiving van de dynamiek tussen zorgverlener en patiënt onderdeel van genoemde verschuiving. "De kernvraag wordt steeds meer 'wat wil iemand' binnen het streven naar een gezonde leefstijl en hoe je als zorgverlener samen met die patiënt naar dat doel kan werken. Dit door middel van gesprekstechnieken en coachingsvaardigheden die geen waardeoordeel laten doorschemeren richting de patiënt. Het moet gezegd dat in de dagelijkse praktijk de paramedische eerstelijnszorg hier wellicht iets meer tijd voor heeft, daar bijvoorbeeld een fysiotherapeut over het algemeen langere consulten heeft dan een huisarts of POH. Maar

het uiteindelijke doel en resultaat zijn hetzelfde, je begeleidt een patiënt richting een voor hem of haar passende gedragsverandering die op de lange termijn gezondheidsproblemen kan voorkomen."

### Olievlekeffect

Marina Vinken voegt toe dat ook praktijkondersteuners bedrijfsartsen (POB) en/of arbo-verpleegkundigen van harte welkom zijn, omdat er zeker ook binnen hun vakgebied nog veel winst te behalen is. "Breederode Hogeschool kijkt met een zeer brede blik naar leefstijl en preventie, omdat wij op basis van zowel de wetenschap als de praktijk al jaren zien hoe alles in elkaar grijpt. Dus stress of onvrede en zelfs gebrek aan beweging in het werkende leven, kunnen ook weer leiden tot – al dan niet chronische – klachten waarmee een patiënt later bij de huisarts en praktijkondersteuner terecht komt. Dus op het gebied van preventie in het domein van het bedrijfsleven zijn nog veel stappen te maken."

## 'De opleidingen van Breederode Hogeschool zijn stuk voor stuk evidence based en geven verdieping en verbreding aan de competenties van de deelnemers'

Stappen die Breederode Hogeschool als bedrijf wel al heeft gezet. Want de aandacht voor leefstijl en preventie gaat verder dan alleen het opleidingsaanbod, aldus Marina Vinken. "Wij vinden dat we als opleidingsinstituut een voorbeeldfunctie hebben en dus leren we niet alleen over leefstijl, welzijn en preventie, maar passen we het ook in onze bedrijfsvoering toe. Als gezegd, dit zit diep in ons DNA en we hopen dat we door de manier waarop we met ons personeel omgaan, waarbij we nadruk leggen op hun welzijn, een olievlekeffect kunnen bewerkstelligen naar de maatschappij."



Marina Vinken



Jochem van Schalkwijk