

Positieve gezondheid



Wat wil de patiënt? De centrale vraag aan zorgverlener en patiënt dankzij een nieuwe definitie van gezondheid

Steeds meer mensen leven met chronische ziekten. Hierdoor sluit de oude definitie van gezondheid (WHO 1948) niet meer aan bij de praktijk. Volgens deze definitie is een mens alleen gezond bij een toestand van volledig lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk welzijn, en niet slechts bij de afwezigheid van ziekte. Wie is dan nog gezond? En worden zo niet alle afwijkingen van een volmaakte balans gemedicaliseerd als zijnde ongezond? Tijd voor een nieuwe definitie!

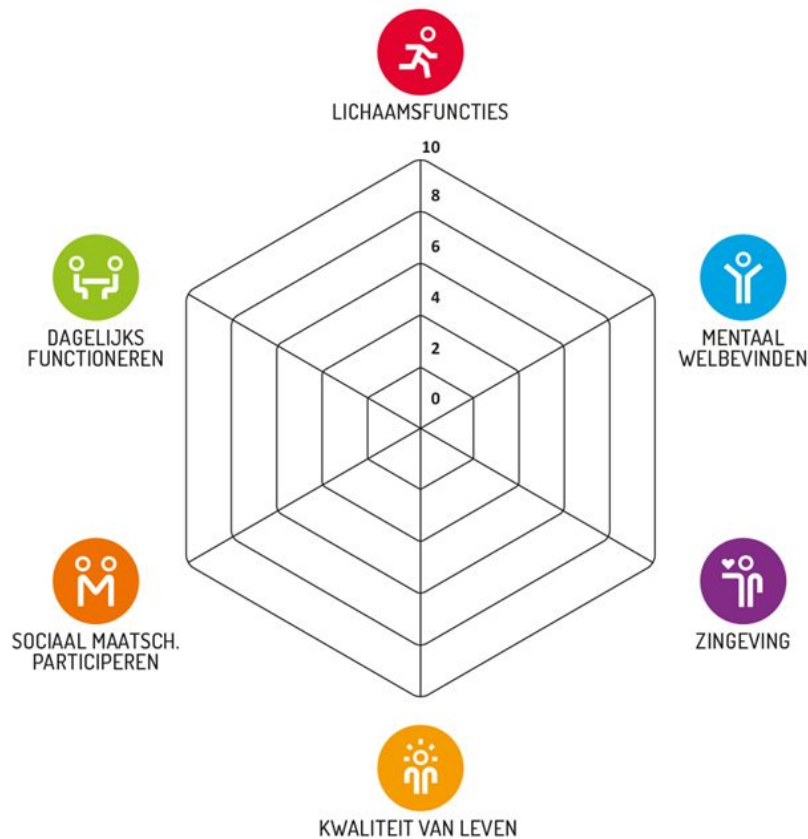
Machteld Huber heeft een [nieuwe definitie](#) van gezondheid voorgesteld die ons inziens beter past bij de patiënt van nu. Positieve gezondheid: "het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale levensuitdagingen om te gaan en daarbij zoveel als mogelijk de eigen regie te voeren."

Met deze position paper willen wij de visie van de jonge zorgverlener op positieve gezondheid verwoorden en andere mensen inspireren en bewegen om hiermee aan de slag te gaan.

Wat is positieve gezondheid?

Positieve gezondheid staat voor een betekenisvol leven, waarbij lichamelijke gezondheid slechts één dimensie is. Machteld Huber identificeert zes domeinen die belangrijk kunnen zijn voor een betekenisvol leven: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Zij heeft deze domeinen geformuleerd door onderzoek onder de verschillende stakeholders. Dit is geen definitie die alleen van zorgverleners afkomstig is en wordt daarom breed gedragen.

Het positieve gezondheidsmodel is visueel gemaakt in het spinnenweb (zie onderstaande figuur). Iedereen kan daarin de eigen gezondheid scoren op verschillende assen. Daarna kan diegene zelf nagaan aan welke dimensie van gezondheid hij of zij zou willen werken. Zo krijgen mensen grip op hun gezondheid: ze stellen zelf hun doelen en geven zelf richting aan hun leven. Een bijkomend voordeel is dat als iemand één dimensie aanpakt, de anderen vaak volgen.



Bron: www.iph.nl

Waarom is positieve gezondheid nuttig?

De toestand van “volledig lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk welzijn” is ondanks de enorme ontwikkelingen in de gezondheidszorg vaak niet realistisch. Sterker nog, de ontwikkelingen in de gezondheidszorg zorgen er juist voor dat steeds meer mensen (langer) blijven leven met een chronische ziekte.

De chronisch zieke patiënt is niet volledig lichamelijk gezond, maar kan zich toch gezond voelen als de optelsom van alle domeinen naar tevredenheid van die persoon zijn ingevuld. Door op deze manier naar gezondheid te kijken, wordt voor patiënt én zorgverlener duidelijk wat voor de patiënt belangrijk is en kunnen zij samen (behandel)doelen stellen voor alle domeinen. Het is zo niet alleen de huisarts of de medisch specialist die de spil is voor de gezondheid van de mens, maar bijvoorbeeld ook de maatschappelijk werker, de fysiotherapeut of het buurthuis.

Mensen stellen hun eigen doelen en zoeken een eigen manier om gezond te leven. Hierdoor nemen zij ook meer regie en verantwoordelijkheid.

Wat is er nodig om dit te bereiken?

Om dit doel te bereiken is een gedragsverandering bij zowel patiënt als zorgverlener noodzakelijk.

Van patiënten wordt een actieve houding verwacht: zij zullen zelf nadenken over wat voor hen belangrijk is. Zij delen dit met de zorgverlener en zullen zelf werken aan gezondheidswensen op verschillende dimensies.

Van de zorgverleners wordt verwacht dat zij meer aandacht besteden aan de andere dimensies van gezondheid naast de lichamelijke functies. Niet zelden bevindt de ondersteuning die deze patiënten nodig hebben buiten het medische domein. Zorgverleners moeten daarom kennis hebben van het lokale sociale en maatschappelijke netwerk in de omgeving.

Welke valkuilen zijn er?

Positieve gezondheid is een breed begrip, wat maakt dat veel patiënten en zorgverleners het moeilijk kunnen vinden om hier invulling aan te geven.

Het is belangrijk dat de patiënt van tevoren heeft kunnen nadenken over de dimensies die voor hem of haar belangrijk zijn. Voor de patiënt is het wellicht wennen om met de zorgverlener te spreken over andere dimensies van gezondheid naast de lichaamsfuncties. Waar mogelijk zullen patiënten van passieve zorgvragers tot actieve regisseurs van hun eigen gezondheid moeten transformeren. Dat is niet altijd eenvoudig!

Valkuilen voor de zorgverleners zijn een hoge werk- en tijdsdruk, wat maakt dat het niet mogelijk is om over de dimensies van positieve gezondheid te spreken.

Een andere valkuil kan zijn dat de zorgverlener alle zorgvragen van de patiënt zelf wil aanpakken of dat de zorg wordt versnipperd zonder dat iemand de regie heeft. Wij zien voor de zorgverlener een rol als coach weggelegd, waarbij deze de weg kan wijzen naar de juiste zorgverlener in de wijk.

Toekomst

Wergroep Zorg 2025 ondersteunt deze nieuwe definitie van gezondheid. Wij zullen dit implementeren in onze dagelijkse praktijk en voorbeelden delen om anderen te inspireren om met Positieve gezondheid aan de slag te gaan. Doe jij mee?

Over de auteurs

Wergroep Zorg 2025 bestaat uit diverse jonge zorgverleners (medisch specialisten in opleiding, apothekers, huisartsen, klinisch chemici, specialisten ouderengeneeskunde, technisch geneeskundigen) die zich naast hun baan inzetten om de gezondheidszorg in de toekomst betaalbaar, toegankelijk en kwalitatief hoogstaand te houden, waarbij de kwaliteit van zorg voor de patiënt centraal blijft staan.

Meer informatie

Meer informatie over de werkgroep is te vinden op onze website: www.wz2025.nl

Volg ons op twitter: [@visiezorg2025](https://twitter.com/visiezorg2025), facebook: <https://www.facebook.com/WZ2025/> en LinkedIn: Werkgroep Zorg 2025

Ben jij een jonge zorgverlener met visie en interesse in deelname aan de werkgroep? Neem [contact](#) met ons op!