

EEN INTEGRAAL GEZONDHEIDSPLAN TER PREVENTIE VAN HART- EN VAATZIEKTEN IN DE PRE-PENSIOEN BEVOLKING VAN DE STEVENSHOF

Anne Meerveld

Master Vitality and Ageing

WIJZER IN DE WIJK

2018-2022 → reduceren van gezondheidsverschillen

Alphen aan de Rijn, Den Haag, Leiden

Stevenshof:

1983-1994

Één generatie wijk → vergrijzing



An aerial photograph of a residential neighborhood, likely in Amsterdam, featuring a canal, various apartment buildings, and railway tracks. A white rectangular box with a black border is centered over the image, containing the title and a list of points.

STEVENS HOF VITAAL

Verlagen van het risico op hart- en vaatziekten bij de oudere bewoners

- **In samenwerking met zorg professionals en buurtbewoners**
- **Inzetten van erkende interventies en activiteiten uit de databanken**
- **Moeilijk bereikbare groep vanwege atypische lage SES**

MIJN ONDERZOEK

- **Focus op fysieke inactiviteit en overgewicht (voeding en beweging)**
- **A.d.h.v. 4 pijlers voor integrale wijk aanpak (RIVM)**
 - **Informatie en educatie**
 - **Signalering, advies en ondersteuning**
 - **Fysieke en sociale omgeving**
 - **Wet- en regelgeving**

‘Welke interventies en activiteiten, die aansluiten bij een integrale wijkaanpak, kunnen bijdragen aan de preventie van hart- en vaat ziekten door het verhogen van fysieke activiteit en het verlagen van overgewicht in de pre-pensioen populatie van de Stevenshof, Leiden?’

METHODE

I. Selecteren van geschikte interventies

Selectiecriteria (2/4)

Geschikt voor ouderen

Als doel het verminderen van gewicht / verhogen van fysieke activiteit

Aansluiten bij een integrale wijk aanpak

Geïmplementeerd in de Stevenshof en positief geëvalueerd

METHODE

2. Kwalitatief onderzoek → 6 semigestructureerde interviews

Cardioloog

Diëtiste

POH'er

GGD medewerker

Zorgverzekeraar

Sociaal werker Libertas

→ effectiviteit, communicatie, toeleiding & implementatie (PHAROS)

* Purposive sampling & snowball sampling*

RESULTATEN

6 geselecteerde interventies:

Vitality Club

Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI)

Lekker in je Lijf

Welzijn op Recept

The Box

Benefit Programma

VITALITY CLUB

Activiteiten club in de buitenlucht. Elke dag vd week tussen 9:00-10:00

- Peer coaching principe
- Hoeveelheid deelnemers verschilt per dag
- Mond-op-mond reclame
- Groeit langzaam
- Aanpassingen: professionals meer benoemen, uitbreiding naar avonden en weekenden, stimulatie voor werven nieuwe leden 'Breng je burens dag'



GECOMBINEERDE LEEFSTIJL INTERVENTIE

Een erkend gezondheidsprogramma (2 jaar), focust op advies en begeleiding bij gezonde voeding, bewegen en het realiseren van gedragsverandering

- Sinds deze zomer gestart in Stevenshof, doorverwijzing nodig
- Minimale communicatie en bekendheid bij professionals en bewoners
- Hoge verwachtingen vanuit professionals
- Aanpassingen: verhogen van intensiteit van interventie voor lage motivatie, combineren met beweegaanbod



LEKKER IN JE LIJF

Een beweegprogramma waarbij deelnemers onder begeleiding van een fysiotherapeut 18 weken lang bewegen. Daarnaast focus op doorstroom naar bestaand beweegaanbod en informatie over gezonde voeding

- Effectiviteit positief onderzocht in effect evaluatie
- Voor mensen met een gemeente polis
- Communicatie en werving verminderd door komst AVG (mond-op-mond)
- Aanpassingen: buurtsportcoach ipv fysiotherapeut voor lagere kosten, loslaten gemeentepolis criterium



WELZIJN OP RECEPT

Een welzijnspakket waarbij verschillende (erkende) interventies ingezet worden om het welzijn van mensen met psychosociale klachten te verbeteren

- Effectiviteit positief onderzocht in de Stevenshof, doorverwijzing nodig
- Positieve houding t.o.v. de interventie
- Minimale terugkoppeling naar huisarts
- Aanpassingen: niet persé voor doelgroep, maar legt een connectie naar het sociale domein, ook inzet van beweeginterventies

Welzijn op recept

In samenspraak met je huisarts



THE BOX

Een box met e-Health tools voor zelf-monitoring en zelfmetingen na behandeling op de cardiologie afdeling van het LUMC. Doel is minder ziekenhuisbezoek en vermindering van kosten

- Pilot in de Stevenshof → Momenteel vanuit LUMC, plannen om dit ook vanuit de huisarts te faciliteren
- Meer beschikbare informatie maakt snel ingrijpen mogelijk
- Aanpassingen: rekening houden met de leeftijdsgroep in combinatie met digitale toepassingen. Extra inzet voor informatie overdracht



BENEFIT PROGRAMMA

Een e-Health leefstijl programma. Maakt gebruik van het belonen van goed gedrag om een gezonde leefstijl te bevorderen

- Beloningsystemen en modellen voor cognitieve gedragstherapie, effectiviteit vergelijkbare programma's bewezen (Vital 10)
- De communicatie en toeleiding zijn onbekend
- In ontwikkeling, nog niet inzetbaar → Stevenshof als proeftuin
- Aanpassingen: verschillende programma's voor verschillende leeftijdscategorieën



Pillar	Description	Interventions/activities
 Information and education	Interventions or activities that focus on informing the population about healthy and affordable nutrition and the importance of physical activity	- GLI (Cool) - Lekker in je Lijf
 Signaling, advice and support	Interventions or activities for better signaling and advising on inactivity, overweight and the risks of CVD	- Vitality Club - GLI - Lekker in je Lijf - The Box - Benefit program
 Physical and social environment	Interventions or activities making physical activity attractive by adjustments in the physical or social environment	- Vitality Club - Welzijn op Recept
 Regulation and enforcement	Measures focusing on creating a healthy and safe environment	XXX

THEMA'S IN HET ALGEMEEN

- Één centraalpunt voor het verzamelen van informatie over beschikbare interventies voor zowel professionals als bewoners
- Terugkoppeling en communicatie tussen zorgprofessionals
- Empowerment van de inwoners voor community based handelen
- Centrale rol voor huisarts (leefstijl) en sociaal wijkteam (sociaal)
- Luisteren naar bewoners wat betreft participatie

DISCUSSIE

- + Focus belangrijk: Gebruik maken van wat er is (werkende elementen)
 - + Verschillende bronnen en perspectieven
 - Te weinig kennis doelpopulatie (atypisch lage SES)
 - Stevenshof Vitaal werkgroep
 - Gelimiteerd tot geïmplementeerde of erkende interventies
- Verder onderzoek naar aanvullingen op interventies

CONCLUSIE

De 6 geselecteerde interventies kunnen bijdragen aan de preventie van hart- en vaatziekten

Populatie specifieke aanpassingen nodig voor betere geschiktheid doelpopulatie

Communicatie & toeleiding

Extra inzet voor ouderenpopulatie

BEDANKT
VOOR
JULLIE
AANDACHT

