

# Betere consulten, beter kennisniv



Meer tijdswinst in de eerste lijn en dus meer kostenbesparing. Minder druk op de PraktijkOndersteuner Huisartsenzorg (POH) en meer verdieping in diens consult met de patiënt. Zie hier een aantal voordelen van het POH 5minuten infosysteem. De grote zorgverzekeraars herkennen de pluspunten inmiddels ook.

‘Ik kan als POH een heel verhaal vertellen aan een diabetes type 2-patiënt, maar het is beter als de patiënt zelf de agenda van het consult bepaalt. Dat hij zich vooraf al goed in de materie heeft verdiept en op basis daarvan vragen aan mij stelt. Dan zijn de betrokkenheid en motivatie van de patiënt beter en kunnen we werkelijk een gericht gesprek voeren.’

Dat zegt Carola de Ridder. Deze POH van Huisartspraktijk N.J.C. Eyck uit Hengelo, tevens voorzitter van de Nederlandse Vereniging van Praktijkondersteuners (NVvPO), deed dit jaar mee aan een landelijke pilot met het zogeheten POH 5minuten infosysteem. Het gaat om zelfmanagement van patiënten in de eerste lijn. Uitgangspunt: hoe hoger iemands educatieniveau, hoe groter diens kans op zelfmanagement. Daarom staat educatie van de patiënt centraal.

ber Multimedia. ‘Je kunt niet direct van iedereen verwachten dat hij bijvoorbeeld in staat is zijn bloedsuikerwaarden te registreren en zelf stappenplannen voor zijn zorg kan maken.’

September, al twintig jaar bekend van informatie en educatie voor mensen met een chronische aandoening, kwam daarom met een laagdrempelige en op maat gerichte vorm van zelfmanagement: het POH 5minuten infosysteem. De versie voor diabetes type 2 is vanaf volgend jaar officieel beschikbaar voor zorggroepen en huisartsenpraktijken. De versie voor COPD is inmiddels ook gereed en later volgen cardiovasculair risicomangement, ggz en astma. De ontwikkeling ervan verloopt in samenwerking met zorgorganisaties, zoals de Diabetesvereniging Nederland, het Longfonds en de NVvPO.

## Altijd en overal

Hoe het werkt? Stel, een POH ziet een patiënt met diabetes type 2. De POH wijst hem op deze combinatie van *mobile* en e-health en meldt hem aan. De patiënt ontvangt vervolgens per e-mail zijn inloggegevens en een instructievideo over de werking van het systeem. Waar en wanneer hij maar wil, kan hij vervolgens via computer, tablet of smartphone kennis opdoen. Dat gebeurt in blokjes van vijf minuten. Die bevatten tekst, maar vooral beelden en mondelinge toelichting vergroten de kans dat de boodschap aankomt. Patiënten die niet bekend zijn met digitale middelen, krijgen papieren informatie.

*Waar en wanneer de patiënt maar wil, kan deze via computer, tablet of smartphone kennis over zijn aandoening opdoen, in compacte blokjes van vijf minuten*

## Nog moeilijk

‘Zelfmanagement is een groot goed en kan een prima middel zijn om de druk op de eerste lijn te verminderen, maar voor veel mensen is het nog te moeilijk’, aldus arts en directeur Inhoud Dan Coene van Stichting September/Septem-

# eaupatiënt en lagere kosten

## Voor alle kennisniveaus

Bij de start wordt via een assessment het kennisniveau van de gebruiker bepaald. Iemand met een laag kennisniveau begint aan zijn educatie door het eerste “vijf minuten infoblokje” te kiezen. Bij diabetes type 2 is dat “In het kort”: een summier uitzetting over de ziekte, klachten, voeding, afvallen, bewegen, medicijnen en vooruitzichten. Nadat de patiënt bijvoorbeeld heeft gelezen en gehoord dat diabetes betekent dat er te veel suiker in het bloed is, krijgt hij meerkeuzevragen te beantwoorden. Bijvoorbeeld: klopt het dat klachten ontstaan door een te hoge bloedglucose? Bij het antwoord volgt een toelichting. Zijn de vijf minuten doorlopen, dan wordt een volgend blokje gekozen. Voorbeelden: voeding, beweging, afvallen en latere complicaties.

## Gerichte vragen

De Ridder: ‘Het merendeel van mijn patiënten die het systeem gebruiken, begint tijdens het consult over dit laatste blokje. De betreffende informatie is meestal nog niet aan de orde gekomen tijdens het eerste consult. Op basis van hun vergaarde kennis over mogelijke complicaties aan ogen en voeten stellen patiënten er nu gerichte vragen over.’

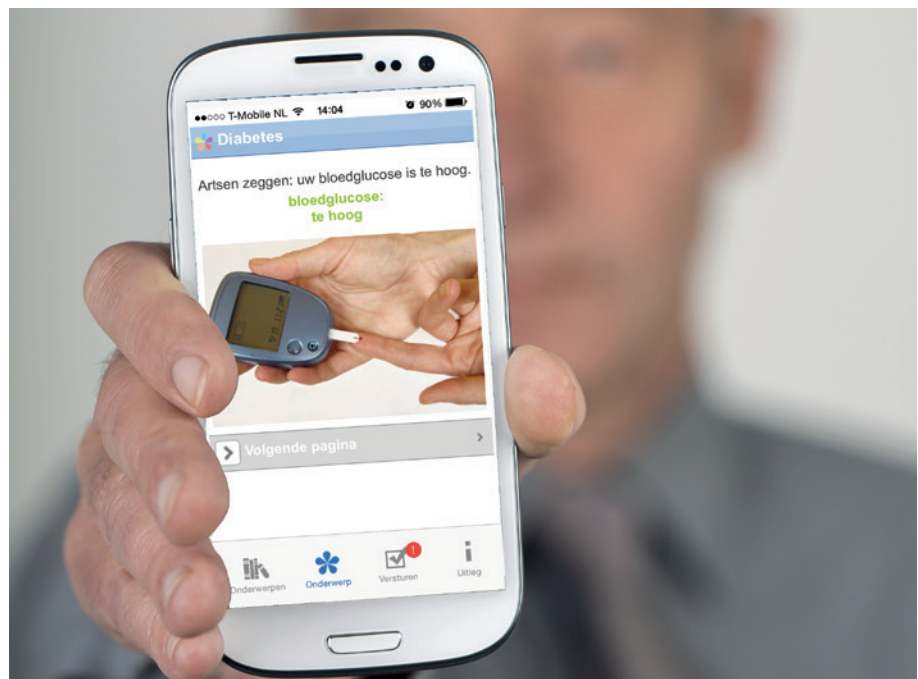
Coene: ‘Iedereen kan iets van het systeem leren, want er zijn vele uren educatie beschikbaar: tientallen blokjes die daarnaast doorverwijzen naar nog diepergravende educatie. Het systeem motiveert en stimuleert gebruikers ook. Je krijgt bijvoorbeeld een felicitatie toegestuurd wanneer je een bepaald niveau hebt bereikt.’

## Geen herhaling

Het POH 5minuten infosysteem ontlast dus de POH. Normaal gesproken ziet deze de patiënt tijdens de reguliere kwartaalcontroles. En treft dan een persoon die beter is voorbereid en voorgelicht. Niet langer is het nodig informatie

uit vorige consulten te herhalen. Coene: ‘Uit onderzoeken is bekend dat slechts dertig procent van de informatie uit de spreekkamer beklift bij de patiënt. Met dit systeem kan de patiënt altijd in alle rust nog eens de gewenste gegevens tot zich nemen.’ De Ridder voegt toe: ‘Voordeel voor de POH is ook dat je niet allerlei software hoeft te installeren

fende halfjaar. Opmerkelijk: maar liefst veertig procent van de deelnemers bleek bij het begin niet de basiskennis over zijn aandoening te hebben. Het ging niet alleen om nieuw gediagnosticeerde patiënten, maar ook om mensen die al jaren kampten met hun ziekte. Coene: ‘Ik heb er vertrouwen in dat hun kennisniveau nu omhooggaat.’



Met het POH 5minuten infosysteem kan de patiënt alle informatie uit het POH-consult nog eens rustig herhalen, en zelfs nog meer leren.

en je geen nieuwe werkwijzen eigen hoeft te maken. Het systeem is gemakkelijk in te passen in de praktijk.’

## Bewezen in de praktijk

Vijftien POH'ers deden dit jaar mee aan een zes maanden durende pilot met het POH 5minuten infosysteem. Zij zijn werkzaam in de meest uiteenlopende gemeenten: van dorpen tot grote steden. Twee derde van de diabetes type 2-patiënten uit deze praktijken gebruikt inmiddels het systeem. Dat aantal zal nog stijgen, omdat niet iedere patiënt zijn POH heeft bezocht in het betref-

Onderzoekers van de Vrije Universiteit Amsterdam concludeerden dat er zowel bij zorgverlener als patiënt hoge waardering is voor het systeem. Een business case van September wees verder uit dat het de eerste lijn direct tijdsinstaan en dus kostenbesparing oplevert. Coene: ‘De zorgverzekeraars CZ, VGZ, Menzis en Achmea zijn positief: zij hebben zich bereid verklaard na te denken over medefinanciering. Maar ook zorggroepen ontvangen het POH 5minuteninfo systeem enthousiast.’ <<

Gerben Stolk