

Leefstijl op de kaart: laagdrempelige aanpak voor meer regie bij de patiënt

Huisartsenpraktijk Het Bos in Nijmegen is gestart met het project *'Leefstijl op de kaart'*, gericht op het vergroten van bewustwording rondom leefstijl bij de gehele patiëntenpopulatie. Aanleiding is de hoge prevalentie van chronische aandoeningen en gezondheidsachterstanden in de wijk, waarbij leefstijl een belangrijke rol speelt.

De interventie richt zich op een eenvoudige maar effectieve benadering: via de wachtkamer (scherm en posters), de praktijkwebsite en een toegankelijke QR-code worden patiënten actief gewezen op de invloed van leefstijl op hun gezondheid. Met een korte online leefstijlcheck krijgen patiënten direct inzicht in hun eigen situatie, gevolgd door praktische vervolgstappen, zoals informatie op de website, bespreking tijdens een regulier consult of een afspraak op het leefstijlspreekuur.

Het project beoogt op korte termijn het bewustzijn en gebruik van het leefstijlspreekuur te vergroten. Op langere termijn wordt ingezet op meer eigen regie, verbeterd welzijn en mogelijk minder zorggebruik. Monitoring vindt onder andere plaats via het aantal ingevulde vragenlijsten en consulten.

Met deze laagdrempelige en schaalbare aanpak laat Huisartsenpraktijk Het Bos zien hoe leefstijl een zichtbare en vanzelfsprekende plek kan krijgen binnen de dagelijkse huisartsenzorg, met potentie voor bredere implementatie in de regio.

Meer weten?

Neem contact op met Vivien Vleesch Dubois v.vleeschdubois@huisartshetbos.nl of met SAN via san@edificare.nl.

