

Coachend aan de slag met zelfma

Sinds de introductie van zorgstandaarden is zelfmanagement niet meer weg te denken uit de zorg voor chronisch zieken. De nadruk ligt op het stimuleren van eigen regie en het nemen van eigen verantwoordelijkheid voor gezondheid en gedrag. Niet langer de ziekte staat centraal, maar de mens met zijn mogelijkheden ondanks zijn ziekte. Dat vraagt een andere rol van zowel de zorgverlener als van het multidisciplinaire team. Het Zelfmanagementkompas helpt daarbij.

Zelfmanagement is een belangrijke pijler van goede chronische zorg. Het vraagt om een andere manier van werken. De patiënt is regisseur en de zorgverlener veel meer zijn coach. Hoe vul je als zorgverlener in een team deze nieuwe rol in? Hoe weet je of je goed op koers bent? Wat kun je zelf en wat vraagt dit van je team? En wat kan je organisatie hieraan bijdragen? Vilans ontwikkelde een Zelfmanagementkompas voor zorgverleners in de eerste lijn. Het kompas biedt inzicht in de mate waarin zelfmanagementondersteuning plaatsvindt en nodigt uit om ontwikkelpunten te formuleren en aan te pakken.

Verbeterkansen

Het Zelfmanagementkompas is een digitale vragenlijst voor eerstelijns zorgverleners. Het geeft hen inzicht in welke mate zij zelfmanagement al ondersteunen, patiënten meer regie kunnen geven en waar nog verbeterkansen lig-

gen. Op basis van de individuele scores kunnen zorgverleners aangeven welke ontwikkelpunten zij zien: voor zichzelf, het team en de organisatie. Deze drie niveaus zijn alle van belang om een integrale aanpak bij zelfmanagementondersteuning te realiseren.



Het Zelfmanagementkompas helpt zorgverleners en managers van zorggroepen, gezondheidscentra en huisartsenpraktijken hun koers op zelfmanagement te bepalen. Daarmee draagt het kompas bij aan persoonsgerichte zorg: zorg op de maat van de patiënt. Het kompas is bedoeld voor multidisciplinaire teams van zorgprofessionals: huisartsen, praktijkondersteuners, praktijkverpleegkun-

digen, diëtisten, fysiotherapeuten, psychologen en maatschappelijk werkers. Steeds meer zien we dat in gezondheidscentra of geïntegreerde eerstelijnszorg de apotheker of wijkverpleegkundige wordt uitgenodigd om mee te doen. Het is belangrijk dat alle relevante disciplines vertegenwoordigd zijn in het team en dat het kompas wordt ingevuld door de professionals die een directe rol vervullen in de individuele zorgplanning. Het kompas is niet bedoeld voor monodisciplinaire samenwerkingsverbanden van diëtisten of fysiotherapeuten. Vilans ziet zelfmanagementondersteuning als een multidisciplinaire aanpak.

Werkwijze

De zorggroep, geïntegreerde eerstelijnszorg of het gezondheidscentrum vraagt Vilans om het Zelfmanagementkompas uit te zetten en verstrekt de e-mailadressen van de zorgverleners die worden uitgenodigd om het kompas in te vul-

Ervaringen van deelnemers aan Vilans-workshop Zelfmanagementkompas

Fysiotherapeut: 'Naar aanleiding van het domein "individuele zorgplanning" merkte ik op dat ik vaak niet bekend ben met een doorverwijzing van de patiënt naar een longarts. Dit leidde al snel tot een concreet actiepoint voor onze samenwerking.'

Programmaleider samenwerkingsverband van twee grote huisartspraktijken: 'We hebben zelfmanagement al op de kaart gezet binnen ons samenwerkingsverband. Het kompas heeft het thema meer specifiek gemaakt. Een belangrijke uitkomst is dat we nu een gezamenlijke visie ontwikkelen en deze

uitdragen.'

Fysiotherapeut: 'Ik was benieuwd wat er uit de workshop ging komen. Uiteindelijk kwam er een mooie consensus uit over de ontwikkelpunten waar we mee aan de slag kunnen.'

Coördinator geïntegreerde eerstelijnszorg: 'Het kompas maakt het inzichtelijker en geeft concreet aan op welke onderdelen we stappen kunnen maken. Zelfmanagement is nog een wat vaag begrip voor de teamleden. Het kompas helpt om verder over dingen na te denken.'

zelfmanagementondersteuning



Het Zelfmanagementkompas biedt inzicht in de mate waarin zelfmanagementondersteuning plaatsvindt en nodigt uit tot formulering van ontwikkelpunten.

len. Vilans stuurt deze groep een link naar het Zelfmanagementkompas. Het kompas bestaat uit zes domeinen:

- 1 Competenties van de zorgverlener
- 2 Individuele zorgplanning
- 3 Team
- 4 Patiënten
- 5 Registratie
- 6 Organisatie/randvoorwaarden

Het instrument is in dertig minuten interactief in te vullen. Per domein vullen de zorgverleners hun scores en ontwikkelpunten in. Voordat de link naar het kompas naar alle zorgverleners is gestuurd, heeft Vilans met de zorggroep, geïntegreerde eerstelijnszorg of het gezondheidscentrum vastgesteld voor welk van onderstaande opties is gekozen. De opties zijn:

- 1 Individueel scorerapport
 - 2 Team scorerapport
 - 3 Workshop door Vilans
 - 4 Concretiseren verbeterplan in samenwerking met Vilans
 - 5 Begeleidingstraject op maat
- Vilans adviseert desgewenst op maat en kan begeleiding geven bij de implementatie.

Voor en door de eerste lijn

Het Zelfmanagementkompas is ontwikkeld op basis van literatuuronderzoek en samen met eerstelijns zorgprofes-

sionals, patiënten, onderzoekers en zorgverzekeraars. De afgelopen twee jaar is het veelvuldig toegepast in de praktijk. Met de feedback van gebruikers wordt het kompas continu geactualiseerd. Zo zijn vragen beknopter gemaakt en ontwikkelen we ondersteunende filmpjes om gebruikers meer inzicht te geven in de toepassing van het kompas. In de toekomst willen we ook een kompas voor praktijkassistenten en voor de thuiszorg en ouderenzorg ontwikkelen.

‘Een peiling is altijd handig om te bepalen waar je staat

en waar je heen wilt gaan’

Waarom dit Zelfmanagementkompas?

Managers en bestuurders in de eerstelijnszorg zijn vaak zelf ook zorgprofessional. De belangrijkste reden om het kompas in te zetten is het krijgen van inzicht in hoe zorgverleners op dit moment zelfmanagement ondersteunen en zien waar het beter kan. Een aantal reaties uit de praktijk:

- programmaleider samenwerkingsverband van twee grote huisartspraktijken: ‘We wilden inzicht krijgen in de mate waarin zorgverleners van het samenwerkingsverband op dit moment

zelfmanagement ondersteunen en hoe dit te verbeteren.’

- coördinator geïntegreerde eerstelijnszorg: ‘Deze peiling is uitermate handig om te bepalen waar je staat en waar je heen wilt gaan. Het overzicht van de verschillende disciplines liet goed zien hoe dit per discipline uitpakt.’
- projectleider zelfmanagement zorggroep: ‘We wilden weten in welke mate de zorgverleners zelfmanagement ondersteunen, twee jaar na de introductie van het individueel zorg-

plan en het patiëntenportaal met diverse zelfmanagementtools. Daarvoor hebben we een nul- en nameting met het kompas laten doen.’ <<

Meer informatie, zie www.vilans.nl, thema Persoonsgerichte zorg

Jeanny Engels en Paul de Vreede, Vilans

