

# Samen werken aan een gezonder

**Wie letterlijk goed in zijn vel zit, voelt zich ook figuurlijk beter. Voor de Amsterdamse wethouder Eric van der Burg is de combinatie van zorg en sport in zijn portefeuille dan ook essentieel. Hij gelooft in een preventieve aanpak en weet daarin de eerste lijn goed te vinden. Samen met Pien van Langen, directeur ROS 1ste Lijn Amsterdam, vertelt hij over de successen en uitdagingen op de weg naar een gezonder Amsterdam.**

Als het om preventie gaat, ligt het voor de hand dat de centrale overheid een grotere rol heeft dan de gemeente, vindt Van der Burg. “Die heeft daar indirect profijt van door de financieringssysteem in de gezondheidszorg. Tegelijkertijd is het mijn taak als wethouder om ervoor te zorgen dat de mensen in de stad gezond zijn en dat het goed gaat met hun welzijn. Daarom maken we ons als gemeente onder meer sterk voor meer bewegen en een gezond gewicht en voeren we een actief beleid als het gaat om roken, drugs- en alcoholgebruik.”

De eerste lijn – en met name de huisarts – is daarin een belangrijke partner. “Mensen hechten meer geloof aan hun huisarts dan aan een politicus. Ik moet het hebben van huisartsen die hun patiënten het advies geven om meer te gaan bewegen of wat gewicht te verliezen.” ROS 1ste Lijn Amsterdam verbindt gemeente, huisartsenzorg en andere betrokken partijen en neemt in een aantal gevallen het projectmanagement voor haar rekening.

## Gezond Gewicht

ROS-directeur Pien van Langen is trots op wat tot dusver is bereikt. Bijvoorbeeld met de Aanpak Gezond Gewicht. Doel is dat kinderen die nu worden geboren, in 2033 een gezond gewicht hebben. Dwars door de schotten heen hebben allerlei partijen zich daaraan geconformeerd: scholen, huisartsen, specialisten in de tweede lijn, vrijwilligerswerk, sportverenigingen, gemeenten en stadsdelen. De wethouder was de drijvende kracht. Voor hem is de relatie tussen bewegen en gewicht essentieel. “Zodra mensen meer gaan bewegen, draagt dat bij aan het voorkomen of vertragen van allerlei gezondheidsproblemen”, legt hij uit. “Als je vervolgens kijkt naar de grote gezondheidsvraagstukken, dan zie je dat overgewicht en obesitas daarbij een enorme rol spelen. Figuurlijk goed in je vel zitten, wordt dus beïnvloed door de vraag of je letterlijk goed in je vel zit. Overgewicht is vooral onder kinderen een groot probleem, daarom richt de aanpak zich op hen.”

Zorgen dat de professionals rondom het gezin elkaar kennen is een belangrijke voorwaarde om tot een effectieve aanpak te komen, vertelt Van Langen. “Naar wie verwijst je? Hoe zorg

je ervoor dat het kind bij die buurtsport komt? Hoe zorg je ervoor dat de kinderarts zo'n kind niet houdt, maar dat het terecht komt bij de centrale zorgverlener binnen de jeugdgezondheidszorg? Hoe zorg je ervoor dat de huisarts geïnformeerd is? 1ste Lijn Amsterdam heeft hiervoor samen met de partners in opdracht van de gemeente en Zilveren Kruis het Stedelijk Verwijsschema ontwikkeld.”

De eerste, veelbelovende cijfers van de Aanpak Gezond Gewicht zijn in juni gepubliceerd. Het totaal aantal kinderen met overgewicht en obesitas is in twee jaar tien procent afgenomen. Onder kinderen met een zeer lage sociaaleconomische status (SES) is dat percentage zelfs achttien procent.

## Vanaf de conceptie

Als de ouders zich met hun kind melden in een Ouder & Kind Centrum, ben je eigenlijk al te laat met je interventie. Daarom is vorig jaar de 1000-dagen aanpak geïntroduceerd.



*Pien van Langen: “Huisartsen, GGD, gemeente en 1ste Lijn Amsterdam zetten zich samen in voor een rookvrije generatie.”*

# Amsterdam



*Eric van der Burg: "In Nederland is aids een chronische ziekte geworden, dus moet je het onderbrengen in de eerste lijn."*

*Het totaal aantal kinderen met overgewicht en obesitas is in twee jaar tien procent afgenomen*

Van Langen: "Die richt zich op de periode vanaf conceptie tot dat het kind twee jaar is. De gedachte erachter is simpel: een gezonde moeder, een gezond kind." "Iedere vrouw weet inmiddels dat je als je zwanger wilt worden, moet stoppen met alcohol en roken en foliumzuur moet innemen", legt Van der Burg uit. "De 1000-dagen aanpak voegt daar aandacht voor eetgewoonten aan toe." Van Langen: "Verloskundigen zien de moeder al rond de tweede maand van de zwangerschap en kunnen hierin echt hun rol pakken. Als het verloskundig samenwerkingsverband (VSV) straks een integraal ketencontract sluit met verzekeraars, kan het deze preventieve zorg aanbieden."

## Rookvrije generatie

Ook bij rookpreventie trekken gemeente en de eerste lijn samen op. Van Langen: "De afgelopen jaren zijn meer Amsterdammers gaan roken – van 29 procent in 2008 tot 35 procent nu, met name jongeren. Huisartsen, GGD, gemeente en 1ste Lijn Amsterdam zetten zich daarom samen in voor een rookvrije generatie. Ze hangen affiches op, zoeken de publiciteit en maken het onderwerp in de spreekkamer bespreekbaar." Van der Burg: "Dat is aanvullend op wat er landelijk gebeurt. Waar we in Amsterdam echt een stuk

verder mee gaan, is preventie en zorg rondom aids." Amsterdam volgt de 90-90-90 regel van UNAIDS, het aidsprogramma van de Verenigde Naties: in 2020 moet 90 procent van de mensen die hiv-besmet zijn dat weten, 90 procent daarvan moet in behandeling zijn en 90 procent daar weer van moet geen symptomen meer vertonen. Amsterdam haalt die cijfers al, onder andere dankzij een onderzoek waarin de GGD PrEP verstrekt aan de grootste risicogroepen. "Ook hierbij is er een verbinding met de eerste lijn", vertelt Van Langen, "huisartsen behandelen hiv- en aidspatiënten veel meer zelf in plaats van hen te verwijzen naar het ziekenhuis." Van der Burg vindt die verschuiving naar de eerste lijn een logische ontwikkeling: "In Nederland is aids een chronische ziekte geworden, dus moet je het net als andere chronische ziekten onderbrengen in de eerste lijn bij de huisarts. Dat draagt bij aan het wegnemen van de stigma's én is goedkoper."

## Gezonde wijken

In het zorg- en welzijnsbeleid van de gemeente speelt de wijk een belangrijke rol. Zo wordt in het project 'Kijk een gezonde wijk' met bewoners gekeken naar de inrichting van hun wijk. Zijn er goede voetpaden die uitnodigen tot bewegen? Maar ook: zijn er voldoende eerstelijnsvoorzieningen? In het centrum is de vierkante meterprijs bijvoorbeeld zo hoog, dat het bijna onmogelijk is om er een gezondheidscentrum te vestigen. De gemeente zoekt mee naar oplossingen, onder meer door het aanpassen van het bestemmingsplan of inzetten van gemeentelijk vastgoed.

## Hoopgevend is dat de gemeenteraad het onderwerp eenzaamheid hoog op de agenda heeft gezet

De wijkverpleegkundige is de ‘zichtbare schakel’ in de wijk. Van Langen: “1ste Lijn Amsterdam heeft de herpositionering van de wijkverpleegkundige samen met de wijkverpleegkundige organisaties opgepakt. Daar is een wijkverpleegkundig platform uit voortgekomen en nu zijn in de wijken ook wijk-

zorgteams actief. Zij worden geholpen door een kwartiermaker, iemand die weet wat speelt in de wijk, die mensen verbindt en de levende sociale kaart kent.” De gemeente betaalt de kwartiermakers. Hiervoor is de stad opgedeeld in 22 ‘zorgwijken’ met zo’n 40.000 inwoners, maar Van der Burg wil naar een fijnmaziger netwerk. “Uiteindelijk gaan we naar 100-150 wijkverpleegkundigen – afhankelijk van de financiering die we krijgen – en kunnen we de wijken terugbrengen naar dat niveau. Dan heb je op gemiddeld 8000 inwoners een structuur voor zorg en welzijn.” Het is een groeimodel, legt Van Langen uit. “Nu de vraag naar acute GGZ toeneemt, moeten de wijkzorgteams bijvoorbeeld weten wat hun wijk daarin biedt. Dat brengt 1ste Lijn Amsterdam in kaart, we zorgen ervoor dat mensen elkaar kennen en kunnen vinden. De functie van de wijk wordt zo steeds belangrijker.”

### Ouderenzorg

Net als elders, speelt in Amsterdam de problematiek rond ouderen zorg. Dat pakt de gemeente op in het kader van het programma Age Friendly City van de World Health Organization. Er is aandacht voor huisvesting, maar ook voor zorg en welzijn. Door de introductie van ‘Welzijn op recept’ kunnen huisartsen kwetsbare burgers met één druk op de knop doorverwijzen naar een welzijnswerker die vragen buiten het medische domein oppakt en oplost met de betrokkene. Maar er zijn ook zorgen, vertelt Van Langen. “Er is te weinig dagopvang voor ouderen. Eenzaamheid achter de voordeur kun je traceren, maar wat dan? Dat is een speerpunt voor de toekomst. Ook zijn er te weinig huisartsbedden in de buurten om ouderen op te vangen die tijdelijk hulp nodig hebben.”

Hoopgevend is dat de gemeenteraad het onderwerp eenzaamheid hoog op de agenda heeft gezet. “We gaan eenzelfde *outreaching* campagne opzetten als we voor gezond gewicht hebben gedaan”, verklaart Van der Burg. Samen met de stadsdeelbestuurders en collega-wethouders werkt Van der Burg de contouren van het programma uit. Het streven is om per 1 oktober 2016 een coördinator voor het programma aan te stellen. Eenvoudig wordt het niet, realiseert Van der Burg zich, want eenzaamheid is minder zichtbaar dan obesitas. Samenwerking met de huisartsen en andere zorg- en welzijnsprofessionals in de wijk is dan ook absolute noodzaak. ROS 1ste Lijn Amsterdam en de gemeente hebben er alle vertrouwen in dat ze elkaar ook op dit onderwerp zullen vinden. <<



ROS-directeur Pien van Langen is trots op wat er is bereikt. Bijvoorbeeld met de Aanpak Gezond Gewicht, een initiatief van wethouder Eric van der Burg.

Tekst: Margriet van Lingen

Foto's: Erik Kottier