

Hadoks

Doel van leefstijlcoaching: wat heeft de patiënt nodig om gezond te zijn en te blijven?

Onderdelen van het leefstijlprogramma:

- 4 individuele gesprekken
- 8 groepsbijeenkomsten
- Onderwerpen: bewegen, voeding, slapen, stress en ontspanning
- onderhoudsprogramma
- duur: totaal 2 jaar

Leefstijlcoach in de wijk

Wie is de leefstijlcoach in mijn wijk: zie de website www.elzha.nl

Geen kosten voor deelnemers

Wilt u meer weten?

Voor vragen kunt u contact opnemen met Hadoks via info@hadoks.nl of telefoon: 070 8200 830

Leefstijlcoaching in de basisverzekering

Vanaf 1 januari 2019 is leefstijlcoaching in de basisverzekering opgenomen. Patiënten met zwaarlijvigheid of ernstig overgewicht komen mogelijk in aanmerking voor verwijzing naar de leefstijlcoach en vergoeding vanuit de basisverzekering. De leefstijlcoach biedt vervolgens een Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) aan. Hadoks zorgt in de regio Haaglanden voor de contractering van de GLI met de zorgverzekeraars enerzijds en contracteert de leefstijlcoaches anderzijds.

Wie kan ik verwijzen naar de leefstijlcoach?

De GLI is voor volwassenen met een matig tot extreem verhoogd Gewichts Gerelateerd GezondheidsRisico (GGR) Dit wordt conform de criteria uit de NHG-richtlijn obesitas en de Zorgstandaard Obesitas bepaald.

Vaststellen van het GGR bij volwassenen: Het GGR wordt bij volwassenen vastgesteld op basis van BMI en de aanwezigheid van risicofactoren voor (sterfte aan) HVZ of DM2 en comorbiditeit (DM2, HVZ, slaapapneu en/of artrose).

Samenvattend kunnen de volgende personen verwezen worden naar de GLI:

- Personen met een BMI vanaf 30 kg/m²
- Personen met een BMI vanaf 25 kg/m² en een verhoogd risico op cardiovasculaire aandoeningen en DM2, gebaseerd op de zorgstandaarden CVRM obesitas en Diabetes.
- Patiënt is gemotiveerd tot volgen GLI

Wie mag er **niet** verwezen worden naar de GLI?¹

- Patiënten die dit behandeljaar onder behandeling van de diëtist zijn met als doel afvallen.

Patiënten met:

- Gedragsproblemen die groepstherapie belemmeren
- Een verstandelijke beperking (IQ<80)
- Psychopathologie die een andere behandeling vereist
- Behandelbare onderliggende oorzaken van het overgewicht
- Wilsonbekwaamheid zonder toestemming van de wettelijke vertegenwoordiger
- Onvoldoende motivatie om het programma in zijn geheel te doorlopen.

Wat houdt de Gecombineerde leefstijlinterventie (GLI) COOL in voor de patiënt?

Na verwijzing plant de leefstijlcoach met de patiënt een intakegesprek. Tijdens deze persoonlijke intake worden doelen geformuleerd en de te zetten stappen om deze doelen te bereiken. Vervolgens wordt er gestart met een groepsprogramma van 8 bijeenkomsten gedurende 8-9 maanden. In deze bijeenkomsten worden onderwerpen als voeding, beweging maar ook slapen, stress en ontspanning besproken. Tussentijds vinden er twee individuele gesprekken en afsluitend een eindgesprek met de leefstijlcoach plaats.

Naast het basis programma van 8-9 maanden is er ook een onderhoudsprogramma van 14 maanden welke aansluitend gevolgd kan worden om de ingezette verandering ook daadwerkelijk te behouden. Deze bestaat uit 3 individuele gesprekken en 8 groepsbijeenkomsten.

¹ Bron: Zorginkoopbeleid 2019 gecombineerde Leefstijlinterventie CZ

Leefstijlcoaching 2019

De groepsbijeenkomsten worden in de wijk georganiseerd (bij voorkeur in het wijkcentrum) en tijdens de bijeenkomsten wordt ook de connectie gelegd met activiteiten die in de wijk plaatsvinden. Zowel op bewegings-, sport- en ontspanningsgebied.

Hiermee komt het totale traject op ongeveer twee jaar.

Indien de patiënt aan de criteria voldoet zijn er geen (bijkomende) kosten aan de cursus verbonden. Het gehele traject wordt uit de basisverzekering vergoed.

Wat heeft de leefstijlcoach te bieden?

De Leefstijlcoach is een HBO opgeleide professional. Samen met de deelnemer kijkt de leefstijlcoach wat er nodig is om gezond te zijn en te blijven. De leefstijlcoach helpt daarin keuzes te maken en om in actie te komen. Samen met de leefstijlcoach worden doelen geformuleerd en concrete stappen gezet op weg naar het behalen van de doelen.

Een overzicht van de bij Hadoks aangesloten leefstijlcoaches vindt u op [onze website](#)²

Hoe kan ik verwijzen naar de leefstijlcoach?

Hadoks is bezig om de HIS-sen te voorzien van een verwijsbrief. De verwachting is dat dit in de loop van mei is afgerond. Tot die tijd kunt u uw patiënten verwijzen op de volgende manier:

- Patiënt is al in ketenzorg opgenomen: dan kunt u via het KIS verwijzen naar de leefstijlcoach, deze neemt dan contact op met de patiënt.
- Patiënt is niet opgenomen in de ketenzorg: dan kunt u de patiënt een zelf opgestelde verwijsbrief meegeven met daarop de volgende gegevens:
 - o Naam. Adresgegevens, telefoonnummer, e-mail adres
 - o Verwijscriteria: BMI en co-morbiditeit
 - o Patiënt neemt zelf contact op met de leefstijlcoach.
 - o Naam en gegevens van de leefstijlcoach in uw wijk, deze vindt u op de website: www.elzha.nl².

² Totdat de website hadoks.nl gereed is, is/zijn deze te vinden op www.elzha.nl