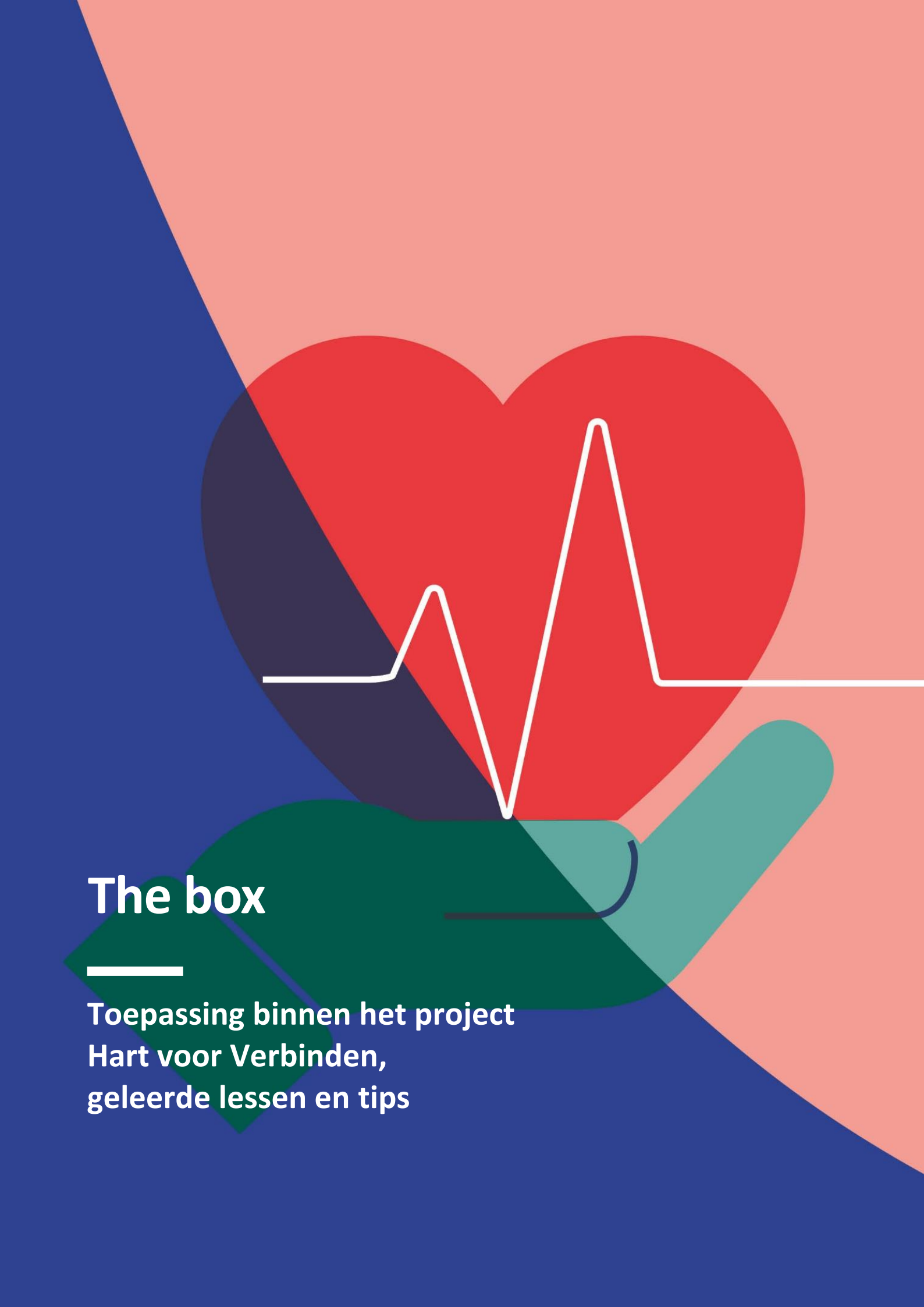


An abstract graphic featuring a large red heart in the center. A white ECG line starts from the left, passes through the heart, and continues to the right. Below the heart, a green hand is shown holding it. The background is split into a dark blue lower half and a light pink upper half, separated by a diagonal line.

The box

Toepassing binnen het project
Hart voor Verbinden,
geleerde lessen en tips

Toepassing The Box binnen Hart voor Verbinden

Rijn en Duin en het LUMC ontwikkelden in 2015 The Box voor het thuismonitoren van patiënten na een hartinfarct. Dankzij een subsidie is The Box verder doorontwikkeld en afgestemd op gebruik in de eerstelijnszorg. Dankzij een subsidie is The Box doorontwikkeld tot een tool om huisartsenpraktijken te ondersteunen bij het monitoren van patiënten met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Tijdens een eerdere studie bij Stevenshof Vitaal (Stevit) is The Box ingezet in een wijk met oudere vaak laagopgeleide inwoners met gezondheidsproblemen. En tussen 2024 en 2025 is The Box succesvol ingezet binnen 20 huisartspraktijken in de regio Rijn en Duin. Dit als onderdeel van het project Hart voor Verbinden. Het project was specifiek gericht op mensen met cardiometabole aandoeningen, zoals hart- en vaatziekten, diabetes, hypertensie en obesitas.

In deze uitgave staat beschreven hoe The Box is toegepast binnen het project Hart voor Verbinden, wat we daarvan geleerd hebben en welke tips we meegeven.

The box

The Box is een interventie waarmee patiënten thuis bloeddruk, gewicht en activiteit meten met behulp van digitale apparatuur. De meetgegevens worden via een app digitaal gedeeld met de huisartsenpraktijk. De praktijkondersteuner en huisarts kunnen op afstand de metingen evalueren. De patiënt hoeft daardoor minder vaak fysiek langs te komen op de praktijk voor een meting. The Box geeft patiënten meer grip op hun gezondheid en verlaagt het aantal fysieke controles, terwijl de kwaliteit van zorg behouden blijft. Binnen Hart voor Verbinden is er gewerkt met een bloeddrukmeter, weegschaal, en stappenteller van Withings. Hiermee konden patiënten thuis eenvoudig metingen uitvoeren.

Digitale meter	Merk	Kenmerken
	Bloeddrukmeter: De Withings BPM Connect	Via bluetooth verbonden aan een smartphone. Na meting worden gegevens meteen doorgestuurd.
	Weegschaal: De Withings Body	Patiënt koppelt weegschaal aan zijn wifi-netwerk. Zodra patiënt op de weegschaal gaat staan, wordt de meting verstuurd.
	Stappenteller: De Withings Pulse HR, of de Withings Scanwatch Light	Houdt aantal stappen bij. Ook slaap kan gemonitord worden. De gegevens worden via bluetooth doorgestuurd.



Bij de apparaten horen ook twee apps, de LUMC Care app en de Withings Health Mate app. Via deze apps kon de patiënt zijn metingen terugzien. De Withings Health Mate app was verbonden met de apparaten. De meetgegevens werden via het EPD van het LUMC doorgestuurd naar de Trusted Third Party (TTP) STIZON. De data kwamen vervolgens via de TTP gefilterd binnen in het huisartseninformatiesysteem (HIS). Zorgverleners konden de meetresultaten terugzien in Medicom. De praktijkondersteuner keek per kwartaal op afstand mee, evalueerde de metingen en ging afhankelijk van de uitkomsten, in overleg met de huisarts, of gaf een terugkoppeling aan de patiënt.

Leefstijleducatiemodules

De leefstijleducatiemodules waren beschikbaar in dezelfde digitale omgeving als The Box. De leefstijl educatiemodules geven patiënten meer inzicht in de relatie tussen leefstijl en gezondheid, en helpen hen om gemotiveerd te blijven om gezondere keuzes te maken.

Via de digitale omgeving werden ook tips aan gebruikers meegegeven voor een gezonde leefstijl.

- Probeer geen extra zout toe te voegen aan uw maaltijd.
- Check producten op de hoeveelheid zout, zodat u niet onnodig veel zout binnenkrijgt.
- Neem eigen gezonde snacks mee als u de deur uitgaat.
- Doe voor het slapen gaan ontspanningsoefeningen om een goede nachtrust te bevorderen.
- Parkeer uw auto iets verderop zodat u nog even een kleinere wandeling kunt maken.
- Als u naar het toilet moet, kies dan het toilet dat het verst weg is.
- Neem wat vaker de trap in plaats van de roltrap of de lift.

Projectscope en aanleiding

- Voor wie: Patiënten met cardiometabole aandoeningen, in het bijzonder met beperkte gezondheidsvaardigheden.
- Door wie: The Box is ingezet bij 20 huisartsenpraktijken in de regio Rijn en Duin. Een praktijkondersteuner of huisarts introduceerde The Box bij de patiënt. Er werd middels gezamenlijke besluitvorming besloten of de patiënt met The Box wilde gaan werken en de patiënt werd vanuit de huisartsenpraktijk begeleid. Het project werd ondersteund door een projectteam bestaande uit een projectleider, implementatiemedewerker, financiële medewerker, technische partner, TrustThirdParty (TTP) en logistiek partner. Ook werd het sociaal domein vanuit verschillende gemeente betrokken. Zij boden technische ondersteuning bij de installatie van de bijbehorende apps bij de patiënten die minder digitaal vaardig zijn en geen ondersteuning kregen vanuit hun eigen sociale omgeving. Aan de implementatie was ook een onderzoek gekoppeld. In dit implementatieonderzoek gaan we niet in op dit onderzoek.
- Wat lost het op: The Box geeft patiënten meer eigen regie met inzicht in de eigen gezondheid en deze hoeft minder vaak naar de praktijk te komen, terwijl de kwaliteit van zorg behouden blijft. Een zorgverlener creëert op deze manier de ruimte om zorg te verlenen aan patiënten die dat meer nodig hebben.

Rollen en verantwoordelijkheden

Rollen en verantwoordelijkheden

Hieronder worden de rollen en verantwoordelijkheden beschreven die binnen Hart voor Verbinden waren gerealiseerd om The Box binnen 20 huisartspraktijken in de regio Rijn en Duin succesvol te implementeren.

Projectteam

Het projectteam bestond uit de overal projectleider, implementatiemedewerker, onderzoekers en medewerker vanuit Health Base. Samen hebben ze de kaders voor het project uitgewerkt, ze coördineerden de implementatie van The Box, ondersteunden huisartspraktijken bij de inzet en verzamelden inzichten uit de praktijk voor doorontwikkeling en opschaling. Het projectteam kwam gedurende het project om de week bij elkaar en er was een vaste overlegstructuur.

Overal projectleider

De overall projectleider was overall verantwoordelijk en hield overzicht op het geheel en was de schakel tussen de betrokken partijen.

- ◇ Eerste aanspreekpunt voor het projectteam en alle betrokken partners.
- ◇ Plannen en voorzitterschap projectteam overleggen en overleg met partners.
- ◇ Bijhouden actuele takenlijst en afstemming partners.
- ◇ Monitoring doorlooptijd, planning en voortgang.
- ◇ Bijeenroepen adviesraad.
- ◇ Verantwoordelijk voor het delen van de kennis en ervaringen gedurende het project.
- ◇ Communicatie richting de subsidieverstrekker Zorg Instituut Nederland (ZIN).

Financiële projectleider

De financieel projectleider was bestuurlijk verantwoordelijk voor het budget-beheer, de samenwerkingsovereenkomsten en monitoring. Deze projectleider zorgde ervoor dat de financiële voortgang goed gevolgd werd en de verantwoording richting subsidieverstrekker of financiers tijdig en volledig wordt aangeleverd.

- ◇ Financiële afspraken maken.
- ◇ Afsluiten samenwerkingsovereenkomsten met partners.
- ◇ Monitoring projectbegroting.
- ◇ Verantwoording financiers.
- ◇ Beheert budget en voorbereiden inhoudelijke en financiële rapportages.
- ◇ Inbedding project binnen Rijn en Duin.
- ◇ Aansluiting Gezonde Zorg, Gezonde Regio (GzGr), een initiatief in de regio.

Implementatiemedewerker

De implementatiemedewerker was noodzakelijk voor het aanjagen van de implementatie in de huisartspraktijk. Deze medewerker was inhoudelijk volledig betrokken.

- ◇ Ondersteunde de overall en financiële projectleider.
- ◇ Eerste aanspreekpunt voor alles wat met implementatie te maken heeft.
- ◇ Contactpersoon en coördinatie van alle huisartspraktijken.
- ◇ Coördinatie en monitoring logistiek partner.
- ◇ Coördinatie samenwerkingsovereenkomst huisartspraktijk en ziekenhuis.
- ◇ Administratie en logistieke organisatie van de scholingen.
- ◇ Werving huisartspraktijken.
- ◇ Startgesprekken huisartspraktijken.
- ◇ Kick off ontwikkelen en uitdelen materialen.
- ◇ Monitoring toepassing The Box huisartspraktijken.
- ◇ Evaluatiemeetings met huisartsenpraktijken.
- ◇ Werving sociaal domein partners.
- ◇ Kick-off/instructie sociaal domein.
- ◇ Evaluatie en monitoring sociaal domein.

Projectmedewerker

Een projectmedewerker ondersteunde de implementatiemedewerker en leverde direct support op de werkvloer in de huisartspraktijken.

- ♡ Coördinatie training educatie zorgverleners.
- ♡ Ondersteuning implementatie medewerker educatie
- ♡ Administratieve en logistieke taken

Technische partners

Voor de inrichting van het dataverkeer is samengewerkt met het LUMC, Stichting Informatievoorziening voor Zorg en Onderzoek Nederland (STIZON), PharmaPartners en Stichting Health Base.

De meetgegevens van de patiënt werden via de digitale apparatuur van Withings doorgeleverd aan het elektronisch patiëntendossier EPD-Vision van het LUMC. Vanuit EPD-Vision werden de gegevens veilig doorgeleverd aan STIZON. STIZON is een TrustThirdParty (TTP), gecertificeerd voor het verwerken van medische data. Zij maken de data vanuit de digitale apparatuur bruikbaar voor het huisartsinformatiesysteem (HIS) door de data te verwerken in een MEDLAB-bericht. Deze berichten kunnen gelezen worden door alle zorginformatiesystemen. Voor de identificatie van de patiënt en de zorgverlener voegt STIZON het BSN-nummer van de patiënt en de AGB-code van de zorgverlener toe aan het bericht. Op die manier ontvangt de juiste huisarts de meetwaarden van de juiste patiënt.

Op verzoek van de huisartsen is door de HIS-ontwikkelaar PharmaPartners een apart tabblad voor zelfmeetdata opgenomen in het diagnostisch dossier van het huisartsinformatiesysteem Medicom. Hierdoor werd duidelijk zichtbaar welke metingen afkomstig zijn van zorgverleners en welke van de patiënt.

Het multidisciplinaire kennisinstituut Stichting Health Base was verantwoordelijk voor de afstemming tussen de verscheidene tech-partijen onderling en de afstemming tussen tech-partijen en zorgverleners.

Logistiek partner

The Box Support office van het LUMC was verbonden als logistiek partner. The Box Support Office had als taak om de coördinatie te verzorgen om binnen 9 maanden 500 boxen uit te delen binnen de eerstelijnszorg.

- Inkopen en beheren voorraden van apparatuur (apparaten, handleidingen, omdozen, etc.).
- Verwerken inschrijvingen en patiëntgegevens.
- Versturen van The Box via de post inclusief inloggegevens apps en handleidingen voor installatie en gebruik.
- Check of patiënt The Box daadwerkelijk wil gaan gebruiken, uitleg hoe alles werkt, wat patiënten mogen verwachten, afspraak volgend contactmoment.
- Telefonische en fysieke ondersteuning.
- Check of meetgegevens binnenkomen en eventueel nabellen van patiënten.
- Terugkoppeling huisartspraktijk als patiënt stopt en innemen apparatuur.
- Bijhouden wijzigingen in de software.
- Opstellen en aanscherpen handleidingen voor het installeren van de app, koppelen van de apparaten en het doen van metingen.

Huisartspraktijken

De medewerkers van de huisartspraktijken waren verantwoordelijk om patiënten uit te nodigen om deel te nemen aan The Box. De huisarts is medisch eindverantwoordelijk en de begeleiding en werkzaamheden zullen vooral uitgevoerd worden door de praktijkondersteuner somatiek (POH-S).

- Identificeren en selecteren patiënten met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten die in aanmerking komen voor The Box. Bijvoorbeeld via jaargesprek, CVRM consult, of door selectie op basis van bepaalde patiëntkenmerken.
- Bespreken en samen beslissen met de patiënt of deze The Box wil gaan gebruiken.
- Aanmelden van de patiënt bij de logistiek partner.
- Per kwartaal evalueren van de thuismetingen.
- Checken meetresultaten na 3 maanden en geven de patiënt hierover een terugkoppeling. Inhoudelijke en medische begeleiding patiënt.

Sociaal domein

Het sociale domein kon via een praktijkondersteuner ingeschakeld worden bij de installatie van de bijbehorende apps bij de patiënten die minder digitaal vaardig waren en geen ondersteuning hadden vanuit hun eigen sociale omgeving. Binnen Hart voor Verbinden is er samengewerkt met Actief Rijnwoude (Hazerswoude Dorp), Participe (Alphen a/d Rijn), Welzijnswarter (Katwijk), PO Sociaal (Leiden) en Bibliotheek Bollenstreek (Noordwijkerhout).

Selectiecriteria patiënten

The Box is geïmplementeerd bij mensen met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten, waarbij de focus lag op mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden. Daarbij golden de volgende in- en exclusie criteria.

Inclusiecriteria patiënten:

- ◇ Patiënten heeft een cardiometabole aandoeningen.
- ◇ Patiënt is 18 jaar of ouder.
- ◇ Patiënt weegt minder dan 180 kg. Dit is het maximale gewicht dat de weegschaal aankan.
- ◇ Patiënt heeft een armomtrek van 22 tot 42 cm. Dit heeft te maken met de grootte van de manchet van de bloeddrukmeter.
- ◇ De patiënt moet een telefoon of tablet hebben met internet. En Android-versie 12 of hoger of iOS versie 16 of hoger. De Withings app kan niet geïnstalleerd worden op oudere versies van Android en iOS.
- ◇ Patiënt heeft thuis toegang tot internet.
- ◇ De patiënt heeft een e-mailadres.
- ◇ De patiënt moet voldoende Nederlands spreken (alle handleidingen en de apps waren alleen beschikbaar in het Nederlands).

Exclusiecriteria patiënten:

- ◇ Patiënt heeft een angst-/persoonlijkheidsstoornis
- ◇ Patiënt is onvoldoende aanspreekbaar in het Nederlands
- ◇ Patiënt is jonger dan 18 jaar
- ◇ Patiënt heeft een laag tot matig verhoogd risico op hart- en vaatziekten maar zit toch in de VVR groep
- ◇ Patiënt is zwanger

De selectiecriteria werden getoetst bij de selectie van de patiënten door de praktijkondersteuner.

Implementatieniveau

De implementatie van The Box heeft plaatsgevonden bij 20 huisartspraktijken op sub-regionaal niveau. De huisartspraktijken werden ondersteund vanuit een implementatiemedewerker van Rijn en Duin.

Gedurende de implementatie bij de 20 praktijken werden ervaringen opgehaald over wat wel en niet werkte in de praktijk. Op basis daarvan werd de aanpak aangescherpt. Zo kwam naar voren dat het bespreken van The Box met de patiënt door zorgverleners gemakkelijker ging als de meetapparatuur uitgepakt op het bureau lag in plaats van The Box in zijn geheel op het bureau stond. The Box kon gezien zijn omvang overweldigend overkomen. Ook kon door de apparatuur te laten zien de drempel tot gebruik verlaagd worden. Deze werden aangeleverd aan de huisartspraktijken.

Tijdslijn

De implementatie van The Box nam van opstart tot borging zo'n 18 maanden in beslag. Er was een intensieve voorbereidingsfase van zo'n 6 maanden. Vooral om de technologische inrichting in orde te maken en om werkafspraken en overeenkomsten met alle partijen te maken. Ook vroeg de opstart van de uitvoering tijd en aandacht. Gedurende het gehele proces is er aandacht geweest voor communicatie over het project via persberichten en post op sociale media.

Tabel 1 Verschillende fasen van The Box

Fase ↓ ↓	Stappen	Acties
Voorbereiding Mnd 1 t/m 6	Inrichting projectteam	Vaste overlegstructuur Rijn en Duin, NELL/LUMC, Health Base
	Vaststellen projectleider (overal en financieel), projectmedewerker en implementatiemedewerker	Meetings om elkaar te leren kennen en verwachtingen te bespreken
	Startbijeenkomst met projectteam en projectleiders	Ontwikkeling PDCA-cyclus op verschillende bestuursniveaus
	Startbijeenkomst samenwerkingspartners Nivel, Pharos, Zorgbelang, Zorg en Zekerheid, Rijn en Duin, Health Base, NELL/LUMC	Meeting om elkaar te leren kennen en werkafspraken te maken, maken financiële en administratieve afspraken
	Opstellen regio-implementatieplan	Afstemming Zorg en Zekerheid voorwaarde financiering, afstemming stuurgroep Gezonde Zorg en Gezonde regio, opstellen menukaart trainingen HA en POH
	Technologische inrichting	Bepalen inrichting datastroom
	Vaststellen logistiek partner	Selectie en gesprekken
	Vaststellen partners sociaal domein	Selectie en gesprekken
	Governance afspraken	Inrichting projectmanagement en administratieproces
	Vaststellen van overeenkomsten	Uitzetten overeenkomsten
	Plan van aanpak tijdige uitgifte The Box	Werkafspraken logistiek partner

Opstart Mnd 7 t/m 10	Selectie en werving 3 huisartspraktijken	Samenwerking Achterstandfonds, samenwerkingsovereenkomst LUMC en deelnemende HA-praktijken
	Start Box Support Office	Training medewerkers Box Support Office
	Samenwerking sociaal domein	Gesprekken en werkafspraken, handleiding
	Aanmelden huisartsenpraktijk	Dataovereenkomst met TTP regelen
	Kick-off praktijken	Presentatie en uitleg interventie
	Training en begeleiding huisartspraktijken	Verwerken aanmelding, handleiding praktijkondersteuners
	Selectie patiënten	Identificeren via kennisregels
	Informeren patiënten	Handleiding, folders en informatiemateriaal patiënten, peilen interesse
		Bespreken en samen beslissen gebruik van The Box
	Aanmelden patiënten	Aanmelden patiënt bij logistiek partner
Uitbreiding Mnd 10 t/m 15	Vorbereiden en uitreiken Box	Inkoop en beheer voorraden Verwerken inschrijvingen Uitgifte The Box (Technische) instructie apparatuur Klantenservice Bieden telefonische en digitale ondersteuning Organiseren eventuele inname van The Box
	Begeleiding patiënt	Per kwartaal monitoring
	Selectie en werving 18 huisartspraktijken	Flyers voor HA-praktijken
	Opzet kwaliteitsmanagement methode voor duurzame inbedding en doorontwikkeling	
	Regionale afstemming	Afstemming stuurgroep Gezonde Zorg en Gezonde Regio
	Financiële en administratieve afspraken samenwerkingspartners	
Opschaling en borging Mnd 15 t/m 18	Monitoren resultaten	Check of resultaten binnenkomen

Vorbereiding

In het project Hart voor Verbinden is in de eerste zes maanden intensief gewerkt aan de voorbereiding van de implementatie van The Box. Een belangrijke eerste stap was het inrichten van een stevig projectteam, met een vaste overlegstructuur tussen Rijn en Duin, NELL/LUMC en Health Base. Er zijn duidelijke rollen vastgesteld, waaronder een overal- en financieel projectleider, een projectmedewerker en een implementatiemedewerker.

Om de samenwerking goed te laten starten, vonden diverse kennismakingsbijeenkomsten plaats. Deze kennismakingsbijeenkomsten waren zowel binnen het projectteam als met externe samenwerkingspartners zoals Nivel, Pharos, Zorgbelang, Zorg en Zekerheid, Health Base, Rijn en Duin en NELL/LUMC. In deze bijeenkomsten zijn verwachtingen en werkafspraken besproken en zijn ook financiële en administratieve kaders vastgesteld (Zie bijlage: Voorbeeld projectbevestiging | Logistiek partner | Penvoerder).

Daarnaast is in de voorbereidingsfase een PDCA-cyclus opgezet op verschillende bestuursniveaus. In overleg met Zorg en Zekerheid zijn voorwaarden voor financiering afgestemd, is afstemming gezocht met de stuurgroep Gezonde Zorg en Gezonde Regio en is een menukaart (Zie bijlage: Menukaart scholingen) ontwikkeld voor trainingen voor huisartsen en praktijkondersteuners. Zo konden zij hun kennis en vaardigheden verder verbeteren en direct in de praktijk brengen.

Ook de technologische en logistieke inrichting van The Box is in deze fase opgepakt. Dit omvatte het bepalen van de inrichting van de datastroom, het selecteren en betrekken van een logistiek partner, en het maken van werkafspraken met betrokken partijen. Daarnaast zijn gesprekken gevoerd met partners in het sociaal domein om hun betrokkenheid en rol te borgen.

Tot slot zijn governance-afspraken gemaakt, inclusief het inrichten van projectmanagement en administratieve processen. Overeenkomsten zijn vastgesteld en uitgezet, en er is een plan van aanpak opgesteld voor de tijdige en efficiënte uitgifte van The Box.

Opstart

Na de voorbereidingsfase is The Box stapsgewijs uitgerold in de geselecteerde huisartspraktijken. Deze selectie en werving vonden plaats in samenwerking met het Achterstandsfonds. Voor de dataverwerking werd een samenwerkingsovereenkomst gesloten tussen het LUMC en de deelnemende praktijken (zie bijlage: Samenwerkingsovereenkomst ziekenhuis en huisartspraktijk).

Parallel daaraan is het Box Support Office ingericht en zijn er afspraken gemaakt tussen Rijn en Duin en Box Support office. Ook zijn medewerkers getraind om ondersteuning te bieden aan zorgverleners en patiënten. Verder zijn er gesprekken gevoerd met partners in het sociaal domein om tot werkafspraken te komen en is een handleiding opgesteld voor een goede samenwerking (zie bijlage: Handleiding sociaal domein).

Voor deelnemende huisartsenpraktijken zijn diverse stappen doorlopen, een gezamenlijke kick-off met uitleg over de interventie (zie bijlage: Presentatie kick off) , en

trainingen en begeleiding voor huisartsen en praktijkondersteuners. Praktische ondersteuning werd geboden via de implementatiemedewerker en er was een handleiding voor praktijkondersteuners beschikbaar (zie bijlage: Handleiding POH).

Voor de uitrol in de praktijken werd onderstaande stappenplan gevolgd (zie onderstaande figuur)



De selectie van patiënten gebeurde op basis van kennisregels in het HIS en aanvullende criteria, zoals het inschatten van gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden met behulp van een standaardprotocol (SBSQ-code in Medicom). Tijdens het consult werd samen met de patiënt besproken of deelname aan The Box passend was, waarbij expliciet aandacht was voor samen beslissen. Ook werd gecheckt of de mobiele telefoon van een patiënt geschikt was voor het gebruik van de benodigde apps. Patiënten die voldeden aan de voorwaarden en interesse toonden, werden geïnformeerd met behulp van folders, handleidingen en een mondelinge toelichting (zie bijlage: Patiënten folder The Box.).

Geïnteresseerde patiënten werden door de huisartsenpraktijk aangemeld bij de logistiek partner. De logistiek partner verzorgde de inkoop en voorraadbeheer, registreerde de aanmeldingen en deden de uitgifte van The Box. Patiënten kregen instructie over het gebruik van de apparatuur (zie bijlage: Handleiding meten voor patiënten) en konden bij vragen terecht bij de klantenservice voor telefonische en digitale ondersteuning. Indien nodig werd ook een eventuele inname van The Box georganiseerd.

De begeleiding van patiënten vond plaats via kwartaalmonitoring, met aandacht voor opvolging en gebruik van de meetgegevens in de praktijk.

Uitbreiding

Voor de werving zijn gerichte communicatiemiddelen ontwikkeld, waaronder informatieve flyers voor huisartsenpraktijken (zie bijlage: Flyer huisartsen). Uiteindelijk hebben 20 huisartsenpraktijken deelgenomen aan Hart voor Verbinden.

Om te zorgen voor duurzame inbedding en verdere doorontwikkeling van The Box, is een kwaliteitsmanagementmethode opgezet. Deze borgt een gestructureerde aanpak en continue verbetering binnen de deelnemende praktijken. Zo was er eens in de zes weken een overleg tussen de implementatiemedewerker en de huisartspraktijken. De gesprekken werden gevoegd aan de hand van een vaste lijst van onderwerpen. (zie bijlage: Evaluatiegesprekken)

Op regionaal niveau vond afstemming plaats met de stuurgroep Gezonde Zorg en Gezonde Regio. Daarnaast zijn financiële en administratieve afspraken gemaakt met betrokken samenwerkingspartners om de uitbreiding zorgvuldig en toekomstbestendig te organiseren.

Opschaling en borging

In de opschalingsfase lag de focus op het zorgvuldig monitoren van de resultaten. Er werd actief gecontroleerd of meetgegevens goed binnenkomen en bruikbaar zijn voor zowel zorgverleners als voor verdere evaluatie van de interventie.

Daarnaast is gestart met het structureel onderhoud van het project: het borgen van werkprocessen, het actueel houden van materialen en afspraken, en het ondersteunen van praktijken en partners bij vragen of knelpunten. Deze onderhoudsfase draagt bij aan continuïteit en kwaliteit op de lange termijn.

Geleerde lessen

Vanuit Hart voor Verbinden geven we deze geleerde lessen graag mee.

Voorbereiding

- Het inregelen van de technologische infrastructuur en het afstemmen van logistieke processen kost meer tijd dan vooraf ingeschat; begin hier vroeg mee.
- Voldoende tijd investeren in het voortraject betaalt zich uit tijdens de uitvoering en bij het borgen van de interventie.
- Draagvlak bij samenwerkingspartners en een gezamenlijke kick-off met duidelijke afspraken (doel, rollen, planning, financiën) zijn essentieel voor een goede start en uitvoer van het project.

Opstartfase

- De werving van huisartspraktijken verloopt succesvoller met een warme, persoonlijke aanpak, aangevuld met gerichte communicatie via netwerklunches, nieuwsbrieven en sociale media.
- Het gebruik van demografische en sociale gegevens, zoals vanuit het Achterstandsfonds, helpt bij het selecteren van geschikte praktijken.
- Praktijkmedewerkers zijn extra gemotiveerd wanneer zij inzicht krijgen in de verwachte tijdsbesparing bij inzet van The Box.
- Een heldere intakeprocedure, inclusief overleg met beslissers en uitvoerders, zorgt voor duidelijke verwachtingen en werkafspraken.
- Het aanwijzen van een interne kartrekker in de huisartsenpraktijk stimuleert betrokkenheid en borging.

Uitvoering

- De inzet van een kwaliteitsmedewerker (of implementatiemanager) is cruciaal voor de begeleiding, monitoring en bijsturing tijdens de uitvoering.
- Praktijkondersteuners hebben behoefte aan praktische handleidingen én inhoudelijke scholing op thema's zoals samen beslissen en communicatie met mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden.
- Door een deel van de scholingen verplicht te stellen en aan te bieden via e-learning, wordt de uitvoeringskwaliteit verhoogd én de druk op medewerkers verlaagd.
- Goede communicatie over de verwachtingen richting patiënten draagt bij aan betere deelname en minder uitval.
- Het duurt even voordat zorgverleners het bespreekbaar maken van The Box eigen hebben gemaakt. Hoe langer ze bezig zijn, hoe meer patiënten ze per week aan kunnen leveren.
- Heldere afspraken met de huisartspraktijk over het aantal uit te geven Boxen en regelmatige evaluatiegesprekken (eens per zes weken) helpen om de voortgang te bewaken en indien nodig tijdig in te grijpen.

Opschaling

- Wanneer de implementatiestructuur staat, is opschaling goed mogelijk, mits er voldoende capaciteit is bij de implementatiemedewerker om nieuwe praktijken te begeleiden.
- Het inzetten van praktijkmedewerkers die eerder deelnamen als ambassadeurs voor nieuwe praktijken werkt motiverend en maakt de aanpak concreter.
- Zorg dat bij opschaling de praktische ondersteuning, materialen en trainingen ook schaalbaar zijn (denk aan e-learning, draaiboeken, monitors).

Onderhoud en borging

- Monitoring van meetgegevens is essentieel voor tijdige bijsturing. Zorg voor een systeem waarin signalen van uitval snel worden opgepakt (zowel technisch als gebruikers gerelateerd).
- De rol van de logistiek partner is hierbij cruciaal; zij bieden eerste ondersteuning en verwijzen zo nodig door naar het sociaal domein.
- Door kwartaalmonitoring door de praktijkondersteuner ontstaat zicht op het gebruik en de effectiviteit van The Box in de praktijk.
- Evaluaties met de huisartspraktijken helpen bij het signaleren van knelpunten én het vieren van successen. Herhaal deze regelmatig (bijv. elke zes weken).
- Praktijk overleggen waarin The Box vast agendapunt is, dragen bij aan duurzame inbedding in de dagelijkse praktijk.

Tips

Vanuit Hart voor Verbinden geven we graag de volgende tips mee.

Voorbereiding

- Investeer veel tijd in het voortraject. Dat betaalt zich uit bij de uitvoering en borging.
- Investeer tijd in een gezamenlijke startbijeenkomst met alle partners, gericht op inhoud, planning en samenwerking.
- Werk een plan uit waarin doel, rollen, organisatie, aanpak, planning en financiën helder zijn vastgelegd.
- Leg afspraken schriftelijk vast in overeenkomsten en werkafspraken. Dit voorkomt misverstanden in een later stadium. Maak gebruik van de voorbeelden vanuit Hart voor Verbinden om je te laten inspireren over welke zaken je vastlegt.

Opstart

- Zet een mix in van wervingsmethodieken. Denk bijvoorbeeld aan werving via een netwerklunch, bestuur overleggen, socials en nieuwsbrieven.
- Zet actief in op werving met een persoonlijke benadering, aanvullend op algemene communicatiekanalen. Dan kun je ook meteen inspelen op de behoefte van een praktijk en op zijn ondersteuningsbehoeften bij implementatie van The Box.
- Gebruik succesverhalen van eerder deelnemende praktijken als inspiratie en bewijs van haalbaarheid in de praktijk.
- Geef zorgverleners bedenktijd om deel te nemen. Dat zorgt ervoor dat de beslissing om mee te doen weloverwogen en gedragen wordt.
- Organiseer een kick-off waarbij uitvoerders, implementatiemedewerkers en potentiële praktijken elkaar ontmoeten en The Box kunnen bekijken.
- Focus in communicatie op voordelen voor zorgprofessionals: minder consulten, meer regie voor de patiënt. Onderzoek toont aan dat het aantal consulten af neemt met 18%.

Uitvoering

- Stel een implementatiemanager of kwaliteitsmedewerker aan die fungeert als vast aanspreekpunt voor de praktijk.
- Zorg voor toegankelijke en praktische ondersteuning: handleidingen, menukaarten scholing, instructievideo's en voorbeeldmateriaal.
- Geef zorgverleners de tijd om de interventie eigen te maken en patiënten aan te leveren voor deelname aan The Box.
- Evalueer structureel met praktijken en gebruik hiervoor een vast format (bv. Excel) om overzicht te houden op voortgang, knelpunten en ondersteuningsbehoeften.
- Betrek ook het sociaal domein actief, zeker bij patiënten met beperkte digitale vaardigheden.

Opschaling

- Toepassen nieuwe codering bij eerste uitgifte medicat
- scholing en monitoring moeten goed functioneren. Opschaling vraagt echt een proces van jaren. De basis voor The Box is in 2019 gelegd met de uitrol in 1 huisartsenpraktijk en is nu zes jaar later gereed voor regionale inbedding.
- Reserveer voldoende tijd voor begeleiding van nieuwe praktijken.
- Maak gebruik van eerdere ervaringen en materialen om nieuwe praktijken snel op gang te helpen.

Onderhoud

- Zorg voor een vaste structuur van monitoring en evaluatie: meetgegevens, gebruikerservaringen en samenwerkingen moeten blijvend gevolgd worden.
- Ondersteun praktijken bij het omgaan met uitval of inactiviteit bij patiënten, bijvoorbeeld via ondersteuning vanuit het sociaal domein.
- Houd materiaal, handleidingen en trainingen actueel en goed vindbaar.

Meer informatie

We hebben nog veel interessante achtergrondinformatie en documenten beschikbaar. Heb je een vraag, wil je meer weten over de toepassing van The Box binnen Hart voor Verbinden, of sparren over de toepassing in jouw praktijk of regio? Neem dan gerust contact op met Rijn en Duin via info@rijnduin.nl.

Naast deze uitgave hebben we meer interessante uitgaves ontwikkeld:

- Bekijk [hier](#) het implementatieplan voor vier bewezen interventies voor mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden.
- Wil je meer weten over hoe de begrijpelijke etiketteksten en de terugvraagmethode is toegepast binnen het project Hart voor Verbinden, wat we hebben gedaan, wat we daarvan hebben geleerd en welke tips we meegeven? Bekijk dan [hier](#) de verdiepende documenten.

Colofon

Heb je een vraag, wil je meer weten of sparren over de toepassing in jouw praktijk of regio? Neem dan gerust contact op met Rijn en Duin via info@rijnduin.nl.

Het is toegestaan de inhoud van dit rapport geheel of gedeeltelijk te gebruiken, mits daarbij duidelijk wordt verwezen naar dit document als bron.

Auteurs



Marloes Martens en Marloes Doeswijk



Irene van der Roest, Nina van der Voort-Rietberg



Esther Huijgens Tukker, Rosian Tossaint



Eric Hiddink

Vormgeving voorblad:

Julia Ros

Coöperatie Rijn en Duin
Elisabethhof 21a
2353 EW Leiderdorp
www.rijnduin.nl
info@rijnduin.nl

September 2025

Bijlage 1: Voorbeeld projectbevestiging | Logistiek partner | Penvoerder

Hierbij bevestigt penvoerder de details van deelname aan naam project;

Project informatie:

Naam project betreft mensen met verschillende niveaus van gezondheidsvaardigheden actief bij hun gezondheid. Het project richt zich specifiek op mensen met cardiometabole aandoeningen, zoals (hoog risico op) hart- en vaatziekten, diabetes, hypertensie en obesitas. Naam project zet hiervoor vier bewezen interventies in bij huisartspraktijken en apotheken in de regio Zuid Holland Noord.

De vier interventies

1. Het gebruik van de terugvraagmethode in de apotheken om na te gaan of zorgverleners patiënten begrijpelijk informeren over hun medicijngebruik.
2. Therapietrouw vergroten door begrijpelijke etiketten.
3. Het gebruik van wearables door patiënten zoals een weegschaal, een bloeddrukmeter en een stappenteller vanuit het initiatief van de logistiek partner **De (eerstelijns CVRM) Box**. Zo kunnen zij zelf risicofactoren zoals bloeddruk en gewicht meten.
4. Patiënten informeren over een gezonde leefstijl.

Uitvoering

Naam project wordt gesubsidieerd vanuit 'Samen Beslissen' van Zorginstituut Nederland.

Het project maakt deel uit van de regeling 'Leren gebruiken van Uitkomstinformatie voor Samen beslissen' van het Zorginstituut Nederland. De uitvoering ligt in handen van Stichting Health Base, regio-organisatie penvoerder en het Nationaal eHealth Living Lab (NeLL). Er wordt samengewerkt met organisaties zoals logistiek partner, Pharos, Nivel, zorgverzekeraar Zorg en Zekerheid en Zorgbelang inclusief.

Rol en taken logistiek partner

- Tussen 01-01-2025 en 30-09-2025 worden er binnen naam project 500 Boxen uitgedeeld binnen de eerstelijns zorg.
- De inschrijvingen en patiëntgegevens komen vanuit de 18 deelnemende huisartsenpraktijken binnen bij de logistiek partner via de mailbox naam mailbox.
- Deze boxen worden uitgedeeld als onderdeel van een implementatiestudie. Om deze reden worden er bij de deelnemende patiënten een vragenlijst afgenomen vanuit de logistiek partner.
- Inhoudelijke werkafspraken en processen voor het afnemen van de vragenlijsten en het rapporteren van voortgang zijn los afgestemd met naam, functie bij naam project en PhD kandidaat bij naam ziekenhuis/NeLL.
- Zie bijlage A voor een overzicht verantwoordelijkheden en beschrijving activiteiten voor de logistiek partner.

Project informatie aanvullend

- Contactpersonen binnen penvoerder voor vragen; naam contactpersoon 1 bereikbaar via mailadres en naam contactpersoon 2 via mailadres.
- Contactpersonen NeLL – logistiek partner: naam en mailadres en naam en mailadres.
- Naam project heeft een projectduur van 1-10-2023 t/m 30-9-2025
- Activiteiten voor naam project kunnen tot en met 30-09-2025 gedeclareerd worden echter loopt de begeleiding en opvolging van de uitgedeelde CVRM boxen door tot 1 jaar na uitgifte. Dit betekent dat er begeleidende activiteiten door de logistiek partner doorlopen na subsidie sluitdatum. Alle activiteiten qua begeleiding en opvolging rondom de uitgedeelde eerstelijns CVRM Boxen worden bij uitgifte eenmalig gefactureerd en lopen door t/m 1 jaar na uitgifte. *Bijv. eerstelijns CVRM Box is per 1-06-2025 opgestuurd aan mevr. Jansen, opvolging vanuit de logistiek partner en desbetreffende huisartsenpraktijk loopt minimaal t/m 01-06-2026.*
- Er kan maandelijks of per kwartaal gefactureerd worden aan penvoerder conform de financieringsafspraken zoals opgenomen in bijlage B. Factuur graag (laten) versturen naar mailadres penvoerder onder vermelding van het desbetreffende begrotings-onderdeel:
 - HVV-D implementatie van de Box
- Zie bijlage C voor de volledige financiële werkwijze en een voorbeeld declaratieformulier wordt als los document gedeeld.
- Graag een ontvangstbevestiging versturen als akkoord van deelname voor naam project naar mailadres van contactpersoon penvoerder.

Bijlage A: Omschrijving verantwoordelijkheden & beschrijving activiteiten

Bijlage B: Financieringsafspraken

Bijlage C: Financiële werkwijze project Hart voor Verbinden vanuit penvoerder

Bijlage A: Overzicht verantwoordelijkheden en beschrijving activiteiten logistiek partner¹

Opstart

- De logistiek partner is verantwoordelijk voor het versturen van de Box naar de desbetreffende deelnemende patiënt.
- De logistiek partner zal een paar weken na verzending van de Box controleren of er metingen binnenkomen en nagaan of alles vanuit technisch oogpunt goed werkt.
- Indien er geen metingen binnenkomen zoekt de logistiek partner contact met de patiënt om te achterhalen wat de oorzaak is en zal proberen dit op te lossen.
- De logistiek partner verzorgt telefonische en digitale technische ondersteuning. Indien er meer ondersteuning nodig is (fysieke begeleiding bij installatie bijvoorbeeld) wordt er geschakeld met de POH van de huisartsenpraktijk.
- Medewerkers van de logistiek partner ontvangen een fysieke training om communicatieve vaardigheden te vergroten voor de doelgroep patiënten met "Beperkte gezondheidsvaardigheden".

Datastroom

- Controle moment 1: 3 weken na het versturen van de Box – eerste meting en hulp bij installatie
- Beschikbaar voor aanvullende vragen/technische ondersteuning vanuit patiënten of bij ontbrekende data vanuit de POH/huisartsenpraktijk.

Voorbeeld tijdslijn:

#	Datum	Activiteit Box Support Office
0	24-02-2025	Aanvraag voor de Box ontvangen
1	28-02-2025	Verzenden Box naar patiënt
2	24-03-2025	Controle eerste meting en installatie succesvol

Vragen beantwoorden en vragenlijsten afnemen

- Deelnemende patiënten kunnen voor technische ondersteuning contact opnemen met de logistiek partner via; mailadres logistiek partner of telefonisch via telefoonnummer: telefoonnummer op werkdagen van uur – uur.
- Technische ondersteuning en patiënten vragen worden genoteerd en gedeeld met projectbegeleider naam projectbegeleider logistiek partner.

Inname en afsluiten

- Uitgifte van de Box is een structurele oplossing voor de deelnemende patiënten van naam project. Intentie is om de Box voor minimaal 2 jaar uit te geven en te gebruiken om metingen door te geven via thuismetingen zichtbaar in het Huisartsen Informatie Systeem (HIS) MedicomSmart.
- Indien de Box niet actief gebruikt wordt, moet deze retour naar de logistiek partner zodat deze opnieuw uitgedeeld kan worden. Er is in de prijs opgenomen dat dit maximaal bij 1 op de 4 Boxen van toepassing zal zijn. Focus is altijd om het gebruik te hervatten en de patiënt technisch te ondersteunen waar nodig.

¹ Het overzicht met verantwoordelijkheden en beschrijving activiteiten huisartsenpraktijk kan, vanwege voortschrijdend inzicht, gedurende de duur van het project door de projectleider worden aangepast.

Bijlage B: Financieringsafspraken

De vergoeding voor het uitvoeren van de in bijlage 1 vermelde verantwoordelijkheden worden doorbelast als één totaalbedrag. Dit zorgt ervoor dat alle werkzaamheden omtrent het uitdelen en opvolgen van het gebruik van de Box bij uitgifte vergoed is binnen de projectduur ondanks dat de werkzaamheden 1 jaar na uitdelen van de Box doorlopen. De logistiek partner is 1 jaar na uitdelen van de Box aanspreekpunt ter ondersteuning van deelnemende patiënten.

Prijs is afgesproken voor de 500 uit te delen Boxen die beschikbaar zijn binnen naam project.

Tarief geldt per uitgedeelde Box; €

Dit tarief is als volgt opgebouwd;

Uurtarief van de Box Office; € per uur

Logistiek partner	Tijd indicatie	Kosten per Box	Kosten 500 Boxen totaal
Opstart	30 min – 0,5 uur	€	€
Datastroom controle en opvolging	40 min – 0,7 uur	€	€
Vragen beantwoorden en vragenlijsten afnemen	45 min – 0,75 uur	€	€
Inname en afsluiten <i>o.b.v. 1 op de 4 van de uitgedeeld boxen</i>	45 min – 0,75 uur	€	€
Totaal per Box	2,1 uur	€	€

**Alle tarieven zijn de maximaal te declareren bedragen incl. BTW, het is aan de declarant om uit te zoeken of hij/zij incl. of excl. BTW moet factureren*

Bijlage C: Financiële werkwijze naam project vanuit penvoerder

Facturen:

Graag versturen naar mailadres administratie penvoerder ter attentie van; naam project onder vermelding van 'HVV-D - Implementatie(plan) '.

Gegevens penvoerder;

Naam penvoerder

Adres huisnummer

Postcode plaats

Btw-id: nummer

KvK: nummer

De vaste vergoeding per Box met een bedrag van € mag eenmalig gefactureerd worden per uitgedeelde Box. Er kan maandelijks of per kwartaal een factuur verstuurd worden naar de penvoerder. Factuur dient als proof of performance vermelding van; datum verzending Box, desbetreffende huisartsenpraktijk en patiëntnummer vanuit de logistiek partner bevatten.

De facturen worden enkel binnen de duur van de implementatiestudie oftewel tussen 01-01-2025 en 30-09-2025 verwerkt.

BIJLAGE 2: MENUKAART HART VOOR VERBINDEN

SAMEN BESLISSEN						
Ondersteuning/scholing	Aanbieder	Omschrijving	Kosten	Tijdsduur	Accreditatie	Link
Samen beslissen (E-learning)	NHG	Aandacht voor samen beslissen draagt bij aan het realiseren van de best passende zorg. Daarnaast is er een wettelijke verplichting tot samen beslissen sinds januari 2020. In deze e-learning neem je de theorie over samen beslissen kort door en pas je deze kennis toe in diverse casuïstiek.	€ 20 (ledenprijs)	1 uur	NVvPO, 1	https://www.nhg.org/product/samen-beslissen/
De kern van samen beslissen (E-learning)	Platform Uitkomstgerichte Zorg	In deze serie van 5 e-learnings focus je op de kern van samen beslissen. Dit doe je aan de hand van realistische gespreksopnames en reflectievragen. 'Wat is samen beslissen nu écht?' en 'wat betekent het voor jou als zorgprofessional in je dagelijkse werkzaamheden?'. De e-learning bestaat uit vijf modules onderverdeeld in korte microlearnings met een doorlooptijd van ongeveer vijftien minuten.	n.v.t.	5x 15 minuten	n.v.t.	De kern van samen beslissen platform uitkomstgerichte zorg
Samen beslissen in de spreekkamer (Artikel)		Ervaringen en behoeften van mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden.	n.v.t.		n.v.t.	https://www.nivel.nl/

BEPERKTE GEZONDHEIDSVAARDIGHEID						
Ondersteuning/scholing	Aanbieder	Omschrijving	Kosten	Tijdsduur	Accreditatie	Link
Effectief communiceren in de zorg (E-learning)	Pharos	Deze e-learning biedt kennis, oefenstof en consultondersteunend materiaal over effectief communiceren en beperkte gezondheidsvaardigheden. Wat zijn beperkte gezondheidsvaardigheden, hoe herken je ze, welke gevolgen heeft dit voor iemand, hoe communiceer je dan effectief, en welke hulpmiddelen zijn er ter ondersteuning van je zorg?	€ 16,00	2 uur	NVvPO, 2	https://pharosleerplatform.nl
Goed begrepen: oefenen met begrijpelijk communiceren (E-learning)	Pharos	De e-learning is voor verpleegkundigen, verpleegkundig-specialisten en medisch-specialisten, en voor studenten en aios. Je oefent in deze e-learning met online simulaties, een bewezen effectieve innovatieve leeroplossing.	€ 39,00	2 uur	NVvPO, 2 ABAN, 2	https://pharosleerplatform.nl/
Effectief communiceren met mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden (Training op locatie)	Pharos	Pharos training met acteur. Hoe herken je een patiënt of cliënt die beperkt gezondheidsvaardig is? En hoe pas je je communicatie aan op zijn of haar niveau? In deze training leer je effectief communiceren en met je vragen, informatie en adviezen beter aan te sluiten op het scholingsniveau en het niveau Nederlands van de patiënt of cliënt. En je bent na afloop bekend en hebt geoefend met de terugvraagmethode.	offerte op aanvraag	3 uur	NVvPO, 3 ABAN, 3	https://www.pharos.nl/training/effectief-communiceren-met-mensen-met-beperkte-gezondheidsvaardigheden/



LEEFSTIJL						
Ondersteuning/scholing	Aanbieder	Omschrijving	Kosten	Tijdsduur	Accreditatie	Link
Leefstijl in de spreekkamer-basis (E-learning)	Arts & Leefstijl	De e-learning 'Leefstijl in de spreekkamer basis' zit vol met wetenschappelijke inzichten, video's met voorbeeld gesprekken en interactieve video's. Leefstijlgeneeskunde, gedragsverandering en het effectief aangaan van het leefstijlgesprek komen aan bod. Verschillende experts, zoals: chirurg oncoloog Eva Noorda, interventiecardioloog Tamara Aipassa, longarts Wanda de Kanter, psychiater Rogier Hoenders en voorzitter van onze vereniging Iris de Vries leveren een bijdrage over deze onderwerpen. Ook de patiënt komt aan het woord!	€ 50,00	1 uur	NVvPO, 1 ABAN, 1	https://www.artsenleefstijl.nl/academy/e-learning
Het Leefstijlroer - de onderbouwing Webinar: 11/03/2025 19.30 - 21.00 uur (verhindert op deze datum? Op een later tijdstip terugkijken is mogelijk bij inschrijving!)	Arts & Leefstijl	Tijdens deze uitgebreide training wordt jouw kennis over leefstijl en de zes leefstijlpijlers verbreed en verdiept. Je leert hoe je de nieuwste wetenschappelijke inzichten op het gebied van leefstijl effectief kunt toepassen in jouw praktijk. Door deze kennis te integreren in je dagelijkse werkzaamheden, kun je patiënten voorzien van praktische en toegankelijke informatie die hun leefstijl verbetert en ziekte last voorkomt of vermindert.	€ 50,00 (niet-leden) € 35,00 (leden)	2 uur	NVvPO, 2 ABAN, 2	https://www.artsenleefstijl.nl/show/plan/3687650685799150435/het-leefstijlroer-de-onderbouwing
Het Leefstijlroer toepast in de praktijk	Arts & Leefstijl	Filmpje van hoe een arts het leefstijlgesprek in het ziekenhuis toepast	gratis	4 minuten	n.v.t.	Leefstijlroer - Coalitie Leefstijl in de Zorg (leefstijlcoalitie.nl)
Leefstijlgeneeskunde in de praktijk - Praktische handleiding voor de zorgprofessional (Naslagwerk)	Marjolein Streur-Kranenburg	* Helpt leefstijlgeneeskunde toe te passen in de praktijk * Richt zich op kennis én vaardigheden * Bevat casuïstiek, praktische tools en interviews met zorgprofessionals * De praktische aanvulling op het Handboek leefstijlgeneeskunde	€ 49,95			https://www.bsl.nl/shop/leefstijlgeneeskunde-in-de-praktijk
Effectieve leefstijlgesprekken Een praktische start voor zorgverleners (Naslagwerk)	T.I. Aipassa	* Effectieve communicatie * Motiverende gesprekken * Voorbeelden uit de praktijk	€ 35,00			https://www.bsl.nl/shop/effectieve-leefstijlgesprekken
Praktijkhandleiding Leefstijl (Naslagwerk)	NHG	In de NHG-praktijkhandleiding 'Leefstijlbegeleiding in de huisartsenpraktijk' vind je praktische tips om het gesprek over leefstijl een plek te geven in je overvolle spreekuur.	n.v.t.		n.v.t.	Praktijkhandleiding leefstijl voor huisartsen (nhg.org)



Bijlage 3: Samenwerkingsovereenkomst ziekenhuis en huisartspraktijk

Samenwerkingsovereenkomst van naam afdeling van naam ziekenhuis voor individuele huisartspraktijken in de regio van ELAN (Leiden - Den Haag)

Ten behoeven van het project 'naam project'

Ondergetekenden:

Ziekenhuis (naam afdeling), gevestigd aan adres + huisnummer te (postcode) plaats, ten deze rechtsgeldig vertegenwoordigd door naam vertegenwoordiger, functie,

hierna te noemen "naam - afdeling". En

(Naam & adresgegevens huisartsenpraktijk)

hierna te noemen "onderzoekspraktijk"

Overwegende:

- a) Dat ziekenhuis, afdeling, het onderzoeksproject 'naam project' uitvoert en daarvoor data van patiënten van huisartspraktijken nodig heeft.
- b) Dat het onderzoeksproject 'naam project' als doel heeft om de zorg voor patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden te verbeteren binnen de cardiometabole ketenzorg.
- c) De huisartsenpraktijk het belang van wetenschappelijk onderzoek onderschrijft en wenst te ondersteunen.
- d) Dat daarbij als voorwaarde geldt dat de huisartspraktijk deelneemt aan het samenwerkingsplatform Gezonde Zorg Gezonde Regio, dat als doel heeft om met slimme inzet van data innovaties in de eerstelijnszorg door te voeren. De huisarts sluit hiervoor een aparte overeenkomst af met penvoerder.

Zijn als volgt overeengekomen:

Artikel 1 Begripsomschrijving

In deze overeenkomst wordt verstaan onder:

Ziekenhuis	(Afkorting) naam ziekenhuis
Ziekenhuis - afdeling	Naam ziekenhuis en naam afdeling
FMWV	Federatie van Medisch Wetenschappelijke Verenigingen
Onderzoekspraktijk	Huisartspraktijk waarmee afspraken worden gemaakt over de uitvoering van dit wetenschappelijk onderzoek
STIZON	Stichting Informatievoorziening voor Zorg en Onderzoek
HIS	Huisartsinformatiesysteem
BGV	Beperkte Gezondheidsvaardigheden
GZGR	Gezonde Zorg Gezonde Regio
POH	Praktijk ondersteuner Huisarts

Artikel 2 Doelstellingen naam project

Ten behoeve van het onderzoek in het kader van naam project zijn de volgende doelstellingen van toepassing:

- Actueel inzicht door de patiënt en zorgverleners in cardiovasculaire leefstijl gerelateerde risicofactoren via wearables (de Box)
- Verbeteren van leefstijl van patiënten ten behoeve van cardiovasculair risico management, met ondersteuning van de huisartsenpraktijk
- Tijdens het consult geven POH'ers uitleg over het monitoren van cardiometabole risico's en gebruik van De Box.
- Huisarts/POH:
 - volgen onderwijs voor integratie van e-health in de dagelijkse workflow
 - kunnen patiënten met BGV in de praktijk identificeren
 - kunnen gebruik maken van de Box
 - kennen het sociale domein en kunnen dat inzetten bij ondersteuning voor de Box.
 - Maken gebruik maken van de GZGR infrastructuur

Artikel 3 Reikwijdte

Deze overeenkomst beschrijft de belangrijkste formele aspecten van de samenwerking tussen de onderzoekspraktijk en ziekenhuis – afdeling in het kader van naam project.

Artikel 4 Hoofdlijnen van de samenwerking

De onderzoekspraktijk en ziekenhuis – afdeling zijn overeengekomen samen te werken aan het wetenschappelijk onderzoek getiteld 'naam project'. Zij houden zich aan de relevante

wet- en regelgeving waaronder de Wet op de Geneeskundige Behandelingsovereenkomst en de Algemene Verordening Gegevensbescherming).

4.1 Hiertoe wordt van de onderzoekspraktijk het volgende verwacht:

zich actief in te zetten voor het verkrijgen van voldoende deskundigheid en bekwaamheid voor de lokale uitvoerbaarheid van het onderzoeksproject zoals omschreven in bovenstaande doelstellingen;
beschikken over geschikte faciliteiten voor een gedegen uitvoering van het onderzoeksproject; bewaken dat er niet meerdere onderzoeken gelijktijdig worden uitgevoerd die inhoudelijk met elkaar overlappen waardoor het welslagen van de projecten bemoeilijkt wordt.

4.2. Van ziekenhuis - afdeling wordt het volgende verwacht in het kader van dit

wetenschappelijk onderzoek:

Voor het onderzoeksproject:

- het verkrijgen van de benodigde toestemming (a.a. METC)
- Het verkrijgen en vastleggen van informed consent van de deelnemers het bewaken van de deskundigheid en bekwaamheid van de onderzoekers
- inlichten en scholen van alle praktijkmedewerkers die een bijdrage moeten leveren aan het onderzoeksproject;
- archiveren van onderzoeksdocumenten
- mede met de onderzoekspraktijk bewaken dat er niet meerdere onderzoeken gelijktijdig worden uitgevoerd waardoor het welslagen van de projecten bemoeilijkt wordt;
- indien van toepassing het aan de huisarts (praktijkhouder) verstrekken van schriftelijke toestemmingen (informed consent formulieren) van patiënten voor deelname aan onderzoek, waarin zowel de doelstelling van het onderzoek is vastgelegd als de patiëntendata die hiervoor door de huisarts ter beschikking worden gesteld, opdat de huisarts deze verklaringen kan inscannen en in het HIS bij het betreffende patiëntendossier opslaan.

Artikel 5 Data management en veiligheid van gegevens

Er wordt gestreefd naar een zo groot mogelijke veiligheid van opslag en overdracht van gegevens, op en naar de afdeling. Hiertoe wordt iedere opslagplaats adequaat beveiligd, waarbij NEN 7510 als richtsnoer dient voor de inrichting van de informatiebeveiliging. De patiënt en de zorgverlener zijn herleidbaar voor de logistiek partner van het ziekenhuis ten behoeve van aansluiting van de Box en door gebruik van een trusted third party (TTP; Stizon) herleidbaar voor de zorgverlener in de praktijk..

Ziekenhuis is bij bovengenoemde datastroom verantwoordelijk voor de veiligheid van (privacygevoelige) gegevens, conform huidige wet- en regelgeving en de FMWV Gedragscode Gezondheidsonderzoek (code Goed Gedrag).

Artikel 6 Geheimhouding

Partijen zullen zowel gedurende de looptijd van deze overeenkomst als na het einde ervan geen vertrouwelijke informatie van of over de andere partij, diens activiteiten en relaties, die hen ter kennis is gekomen ingevolge deze overeenkomst, verstrekken aan derden, tenzij - en alsdan

voor zover-verstreking van die informatie nodig is om deze overeenkomst naar behoren te kunnen uitvoeren of op hen een wettelijke plicht tot bekendmaking rust. Onder vertrouwelijke informatie wordt verstaan informatie die gezien de aard of de inhoud als vertrouwelijk moeten worden aangemerkt, ongeacht of een partij die informatie met zoveel woorden als vertrouwelijk heeft aangemerkt.

Artikel 7 Medisch ethische toetsing, verzekering en aansprakelijkheid

Dit patiëntgebonden wetenschappelijk onderzoek wordt voorafgaand aan de uitvoering beoordeeld door een Medisch Ethische Toetsingscommissie (METC), zoals vastgelegd in de wet Medisch wetenschappelijk onderzoek met mensen (WMO). Dit onderzoek is binnen ziekenhuis voorgelegd aan de METC voor een zorgvuldigheidstoets en beoordeeld als een niet-WMO plichtig onderzoek (niet WMO verklaring). Indien databronnen gekoppeld worden zal het protocol tevens ter goedkeuring worden voorgelegd aan de Compliance Commissie van STIZON. Voor het medisch handelen van de huisarts (en diens assistente en praktijkondersteuner) binnen het onderzoek geldt de gebruikelijke aansprakelijkheidsverzekering van de huisartspraktijk.

Artikel 8 Financiering

De onderzoekspraktijk ontvangt een vergoeding voor werkzaamheden binnen het onderzoek ter compensatie van de tijdsinvestering door huisarts en andere praktijkmedewerkers aan het onderzoek.

Artikel 9 Geschillenregeling

Bij geschillen tussen de onderzoekspraktijk en ziekenhuis - afdeling wordt een geschillencommissie benoemd, wanneer onderling overleg op het hoogste niveau geen oplossing biedt. De onderzoekspraktijk en ziekenhuis - afdeling wijzen ieder afzonderlijk een lid aan. Beide aldus benoemde leden wijzen in overleg een derde lid, tevens voorzitter, aan. Dit derde lid dient de hoedanigheid van meester in de rechten te bezitten. Alle aan te wijzen leden dienen een achtergrond of aantoonbare affiniteit te hebben met het onderwerp van de overeenkomst. De geschillencommissie oordeelt naar redelijkheid en billijkheid. De uitspraak van de geschillencommissie is bindend voor alle partijen.

Artikel 10 Duur van de overeenkomst

Deze overeenkomst treedt in werking op de datum van ondertekening en eindigt 1 jaar na afloop van het project naam project (30 september 2025), dus op 30 september 2026. Er is gekozen voor deze termijn in verband met follow-up van patiënten die geïnccludeerd zijn in het onderzoek.

Beëindiging van deze overeenkomst dient te geschieden met een opzegtermijn van 3 maanden.

Beide Partijen zijn gerechtigd om de uitvoering van deze overeenkomst op te schorten, dan wel zonder rechterlijke tussenkomst met onmiddellijke ingang te beëindigen indien:

- a) de andere Partij wordt ontbonden of anderszins ophoudt te bestaan;
- b) de andere Partij aantoonbaar [ernstig] tekortschiet in de nakoming van de verplichtingen die voortvloeien uit deze Verwerkersovereenkomst en die toerekenbare tekortkoming niet binnen 30 dagen is hersteld na een daartoe strekkende schriftelijke ingebrekestelling;
- c) een Partij in staat van faillissement wordt verklaard of surseance van betaling aanvraagt.

Ondertekening

Namens de onderzoekspraktijk, naam:

(handtekening) (datum, plaats)

Namens ziekenhuis,

Naam vertegenwoordiger, functie

(handtekening) (datum, plaats)

Voor gezien en akkoord,

Naam, afdelingshoofd ziekenhuis – afdeling

(handtekening) (datum, plaats)

Hart voor Verbinden

Handleiding sociaal domein



Hart voor Verbinden

Aanleiding

De standaard zorg voor patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden met cardiometabole aandoeningen (hart- en vaatziekten en diabetes) is onvoldoende afgestemd op mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden (BGV). Dat terwijl mensen met BGV een lagere therapietrouw hebben en slechtere prognoses.

4 bewezen effectieve interventies

Het project Hart voor Verbinden is een implementatietraject waarbij er 4 bewezen effectieve interventies worden geïmplementeerd in de eerste lijn. Het gaat daarbij om:



De Box
voor het zelfmeten met bloeddrukmeter, weegschaal en stappenteller en het begrijpelijk aanbieden van deze uitkomstinformatie in een digitale omgeving.



Leefstijl-educatiemodules in dezelfde digitale omgeving, op B1 niveau t.b.v. de patiënt.



Terugvraagmethode
om te controleren of de zorgverlener de patiënt op een begrijpelijke manier informeert.



Begrijpelijke etiketten om therapietrouw te bevorderen.

Bij wie?

De implementatie vindt plaats in 18 huisartsenpraktijken en 4 apotheken. De Box met leefstijleducatiemodule wordt in eerste instantie geïmplementeerd in de huisartsenpraktijken en de terugvraagmethode en begrijpelijker etiketteksten worden geïmplementeerd in de apotheken. Later willen we gaan kijken of de apotheken mogelijk ook een rol kunnen krijgen in de Box, bijvoorbeeld de monitoring van patiënten.

Doel van het project

Het primaire doel van het project is het opstellen van een onderbouwd regio-implementatieplan.

Secundaire doelen zijn:

- Beter afstemmen van de eerstelijns cardiometabole zorgpaden (verhoogd cardiovasculair risico, diabetes, hart- en vaatziekten) op mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden waardoor hun gezondheidsuitkomsten verbeteren.
- Borging van implementatieprocessen en structurele financiering van implementaties.
- Verbeteren van de werkprocessen van zorgprofessionals door standaard patiënten met BGV proactief te identificeren.

De Box

De huisartsenpraktijken gaan aan de slag met de implementatie van de Box bij mensen met cardiometabole aandoeningen (zoal diabetes, een hoge bloeddruk etc.). Het doel van de box is dat mensen meer regie krijgen over hun eigen gezondheid, de bloeddruk omlaag gaat, mensen meer gaan bewegen en ook dat de druk op de huisartsenpraktijk omlaag gaat doordat ze minder vaak langs hoeven te komen in de huisartsenpraktijk voor een bloeddrukmeting.

Wat is de Box?

In de Box zitten apparaten waarmee de patiënt thuis zijn gezondheid kan monitoren. De thuismetingen worden gedeeld met de huisarts. In de eerstelijns CVRM Box zitten de volgende apparaten:

- Een bloeddrukmeter. De Withings BPM Connect.



- Een weegschaal. De Withings Body.



- Een stappenteller. De Withings Pulse HR, of de Withings Scanwatch Light.
Withings Pulse HR: Withings Scanwatch Light:



De patiënt kan niet zelf kiezen tussen de Withings Pulse HR of de Withings Scanwatch Light. Eerst worden de Withings Pulse HR stappentellers uitgegeven. Zodra die niet meer beschikbaar zijn, wordt overgestapt op de Withings Scanwatch Light.

Bij de apparaten horen twee apps:



De Withings Health Mate app

Deze is verbonden met de apparaten en hierin kan de patiënt de metingen terugzien. Via de Withings app komen de thuismetingen in het systeem van de huisarts terecht. De metingen worden automatisch doorgestuurd naar de huisartsenpraktijk. Hier hoeft de patiënt geen extra handelingen voor te doen.



De LUMC Care App

Deze app is ontwikkeld in samenwerking met Pharos (het landelijk expertisecentrum dat bijdraagt aan het terugdringen van gezondheidsverschillen en veel kennis op gebied van beperkte gezondheidsvaardigheden). Sommige mensen hebben de voorkeur voor deze app boven de Withings app. Later worden er via deze app mogelijk nog leefstijleducatiemodules aangeboden met e-learnings over leefstijl.

Als de patiënt de Box thuis krijgt, dan zit dit in de Box (zie afbeelding 1).



Figuur 1 | Inhoud van de Box.

Naast de apparaten zit er in de box het volgende:

- Inloggegevens.
- Een korte handleiding met daarin een overzicht van het hele installatieproces op hoofdlijnen.
- Een korte handleiding over het installeren van de apps.

Per mail ontvangen gebruikers per mail nog de volgende documenten:

- Een uitgebreide handleiding met daarin een scherm-voor-scherm handleiding voor het downloaden en installeren van de Withings Health Mate app en de LUMC Care app.
- Een handleiding voor het verbinden van de bloeddrukmeter, weegschaal en stappenteller.
- Een handleiding waarin staat hoe het meten werkt.

Er zijn speciale handleidingen voor Android en Apple apparaten. De Box Support Office zorgt ervoor dat mensen de juiste versies van de handleidingen krijgen.

Wanneer kan iemand meedoen aan de box?

De huisarts of praktijkondersteuner (POH) kijkt of iemand in aanmerking komt om de Box te gebruiken. Iemand voldoet dan aan de volgende kenmerken:

- De patiënt heeft een cardiometabole aandoening (bijvoorbeeld een hoge bloeddruk, diabetes type 2 of als iemand een hartinfarct gehad heeft)
- De patiënt is ouder dan 18 jaar.
- De patiënt is niet zwanger.
- De patiënt heeft een gewicht lager dan 180 kg. Dit is namelijk het maximale gewicht wat de weegschaal aan kan.
- De patiënt heeft een armomtrek van 22 tot 42 cm. Dit heeft te maken met de grootte van de manchet van de bloeddrukmeter.

- De patiënt moet een telefoon of tablet hebben met internet. En Android versie 12 of hoger of iOS versie 16 of hoger. De Withings app kan niet geïnstalleerd worden op oudere versies van Android of iOS.
- De patiënt moet thuis toegang hebben tot internet.
- De patiënt moet een e-mailadres hebben.
- De patiënt moet voldoende Nederlands spreken. Alle handleidingen en apps zijn nu namelijk alleen beschikbaar in het Nederlands.

Wanneer worden jullie ingeschakeld?

De POH of huisarts doet een inschatting van de gezondheidsvaardigheden van de patiënt. Vervolgens worden er een aantal vragen gesteld om een inschatting te kunnen doen van hoe digitaal vaardig de patiënt is en of de patiënt iemand in de eigen omgeving heeft waar diegene terecht kan bij vragen/problemen op technisch vlak. Bijvoorbeeld een partner, kind, kleinkind, vrienden, burens, kennissen, etc. Als de patiënt niemand in zijn omgeving heeft die kan helpen met zulke technische problemen, dan zullen jullie ingeschakeld worden.

Het hebben van voldoende gezondheidsvaardigheden en/of voldoende goede digitale vaardigheden is dus geen reden om niet mee te kunnen doen met de Box.

Aangezien het hebben van een telefoon of tablet met een bepaalde Android/iOS versie zijn we ons er wel van bewust dat een groep met geen of zeer beperkte digitale vaardigheden op dit moment worden uitgesloten.

Hoe verloopt het proces?

1. De POH of huisarts bepaalt de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden van de patiënt. De vragen die gesteld worden over de digitale vaardigheden zijn de volgende:

Vraag	Nee	Met hulp	Ja
1. Heb je een computer, telefoon of tablet met internet?	Einde vragenlijst		
2. Kun je iets opzoeken op het internet?			
3. Heb je een e-mailadres?	Ga naar vraag 5.		
4. Kun je een e-mail sturen en openen?			
5. Heb je een DigiD?	Ga naar vraag 7.		
6. Gebruik je DigiD om bijvoorbeeld je patiëntengegevens te bekijken?			
7. Kun je zelf een app downloaden?			
8. Is er iemand in de omgeving die eventueel kan helpen met problemen met de telefoon of tablet? Denk aan een partner, kind, kleinkind, vrienden, burens, kennissen, etc.			

2. De POH of huisarts beslist samen met de patiënt of de patiënt mee gaat doen met de Box.
3. Als de patiënt mee wil doen met de Box, dan wordt nagegaan of het sociaal domein betrokken moet worden of niet. Dit gebeurt op basis van de eerder ingevulde vragenlijst. Er komt geen score uit de vragenlijst, maar op eigen inschatting van de POH of huisarts.
4. De POH of huisarts meldt de patiënt aan bij de Box Support Office van het LUMC. Zij nemen contact op met de patiënt om gegevens te verifiëren. Daarnaast geven ze uitleg over de Box en zorgen ze ervoor dat de Box verstuurd wordt. De patiënt ontvangt hiervan geen track-and-trace code.
5. De patiënt installeert de apps en koppelt de apparaten (evt. met hulp uit de eigen sociale omgeving, van jullie vanuit het sociaal domein, of de Box Support Office).
6. De patiënt start met meten. De patiënt met de bloeddruk en het gewicht 1 keer per week meten en het horloge zoveel mogelijk dragen (in ieder geval overdag). Het is overigens niet erg als iemand een keer een ander horloge om wil, of een keer geen horloge wil dragen.
7. Na 2 – 3 weken neemt de Box Support Office weer contact op met de patiënt. Ze controleren of er meetwaarden binnenkomen en gaan (indien van toepassing) na wat de eerste ervaringen zijn van de patiënt. Indien nodig helpen ze met de installatie, het koppelen van de apparaten, etc. (telefonisch). Als de installatie van de apparaten en/of het koppelen van de apps niet lukt, dan berichten ze de POH of huisarts hierover. De POH of huisarts kan de patiënt vervolgens doorverwijzen naar het sociaal domein.
8. Eens in de 3 maanden komen de thuismetingen in het systeem van de huisarts terecht. Ze ontvangen de gemiddelde meetwaarden en kunnen zien uit hoeveel metingen het gemiddelde bestaat. Er wordt altijd terugkoppeling gegeven over de metingen. Afhankelijk van de gemeten waarden kan het nodig zijn om de medicatie aan te passen, extra te meten, langs te komen op de praktijk, etc.
9. Wil de patiënt stoppen met de box? Dan moet de patiënt dit laten weten aan de POH of huisarts. Die kan vervolgens een e-mail sturen naar de Box Support Office. Zij nemen de apparaten dan weer in, zodat iemand eventueel weer gebruik kan maken van de apparaten. De apparaten zijn dus in bruikleen.

Het installeren en koppelen

Wat is de aanbevolen volgorde van installatie?

1. Installeer de Withings app en log in.
2. Installeer de LUMC Care app en log in.
3. Koppel de apparaten. Hierbij maakt de volgorde niet uit.

Aandachtspunten bij het installatieproces

Withings Health Mate app

- Bij het inloggen in de Withings app het van belang dat er niet ingelogd wordt met een eigen e-mailadres en wachtwoord. Dan komen de meetwaarden namelijk niet in het huisartseninformatiesysteem. De patiënt moet inloggen met de gegevens die het LUMC meegeeft (dit betreft een e-mailadres en een wachtwoord).
- Let bij het invoeren van het wachtwoord goed op de hoofdletters en kleine letters.
- Na het invoeren van het e-mailadres wordt gevraagd om een identificatiecode. Klik in plaats daarvan op 'Zie opties', dan kan namelijk ingelogd worden met het wachtwoord.

LUMC Care app

- In de LUMC Care app moet een box gekozen worden. Het gaat hier om de Stevit box.
- Ook hierbij geldt dat er ingelogd moet worden met het e-mailadres en wachtwoord dat de patiënt heeft gekregen van het LUMC.
- Na het inloggen moet de LUMC Care app gekoppeld worden aan de Withings app. Ook hiervoor moeten weer dezelfde inloggegevens gebruikt worden. Bij het koppelen moet weer ingelogd worden met het wachtwoord als er in het scherm komt te staan dat je je e-mail moet controleren.
- De LUMC Care app vraagt om een pincode. Hier moet zelf een pincode bedacht én onthouden worden.

Apparaten koppelen

- Let op dat het juiste apparaat gekozen wordt:
 - Bloeddrukmeter: BPM Connect.
 - Weegschaal: Body.
 - Stappenteller: Pulse HR (staat onder 'trackers') of Scanwatch Light (staat onder 'Horloges').
- Bij de weegschaal: let op dat er geen labeltje meer bij de batterij zit.
- Koppel niet met Wi-Fi verbinding, maar via Bluetooth.

Aandachtspunten bij het meten

- Patiënten wordt in eerste instantie gevraagd om de bloeddruk en het gewicht 1 keer per week te meten en om de stappenteller zoveel mogelijk te dragen. Later kan de patiënt in overleg met de huisarts of POH besluiten dat het meten vaker, minder vaak of helemaal niet meer nodig is.
- De apparaten zijn alleen voor gebruik door de patiënt zelf en dus niet voor de partner, familieleden en dergelijke. De apparaten kunnen moeilijk onderscheid maken tussen verschillende personen. Alle metingen die gedaan worden komen dus bij de huisarts in het systeem. De huisarts of POH kunnen dus vervolgens niet zien van wie de metingen zijn.
- Het tijdstip waarop de patiënt de bloeddruk en het gewicht moeten meten worden afgestemd met de POH. Voor de bloeddruk is dit mede afhankelijk van hoe laat de bloeddrukverlagende medicatie wordt ingenomen.
- De huisarts moet gebeld worden als de bloeddruk hoger is dan 180 mmHg, óf als de bloeddruk 3 weken achter elkaar hoger is dan 140 mmHg. De apps geven hier geen signaal voor.
- De huisarts en POH krijgen de metingen 1 keer per 3 maanden als een soort postbericht binnen. Ze kijken dus niet mee met elke meting. Als de patiënt zich dus zorgen maakt, moet diegene zelf contact opnemen met de huisarts.

Veel voorkomende problemen en oplossingen

Algemeen

- Controleer of de telefoon/tablet internet heeft.
- Controleer of de bluetooth aan staat.
- Controleer of de batterij is opgeladen van het apparaat. Bij de bloeddrukmeter en stappenteller zit een oplaadkabel. In de weegschaal zitten batterijen.

Problemen met de app(s)

- Sluit alle apps op de telefoon/tablet en open de app opnieuw.
- Probeer de app(s) te verwijderen en opnieuw te installeren en in te loggen.

Specifieke problemen

- Een meting staat wel op één van de apparaten, maar niet in Withings app. Het kan zijn dat er dan een update beschikbaar is. Zo controleer je dit:
 - Open de Withings app.
 - Open de lijst met verbonden apparaten: door rechtsboven op dit icoon te klikken 
 - Zoek het apparaat op waar het probleem mee is.
 - Druk op 'Controleren op updates'.
 - Volg de stappen die de Health Mate app geeft.
- Komen de metingen dan nog steeds niet in de app? Verwijder dan het apparaat uit de lijst met verbonden apparaten en verbind het apparaat opnieuw.
- De stappenteller kun je resetten. Dit doe je als volgt:
 - Houd de knop aan de zijkant ingedrukt, tot je een informatiescherm te zien krijgt.
 - Druk de knop nu nog een keer in. Op het scherm staat nu 'Factory reset'.
 - Druk de knop nog een keer in. Op het scherm staat nu 'Reset in 5 clicks'.
 - Druk 5 keer achter elkaar op de knop aan de zijkant.
 - Koppel de stappenteller opnieuw met de Withings app.

Contactgegevens

Lukt de installatie niet, zijn er problemen met de apparaten, of zijn er andere technische uitdagingen? Dan kunnen jullie daarvoor contact opnemen met de Box Support Office:

- Bel naar: 071 52 97 604 (bereikbaar op werkdagen van 9 tot 12 uur).
- Stuur een mail naar: boxsupport@lumc.nl.

Heb je vragen, opmerkingen of suggesties ter verbetering over het project? Neem dan contact op met Irene van der Roest (vanderroest@rijnduin.nl).

Bijlage 5
Presentatie Kick off



Hart voor verbinden

Vier interventies voor verbeterde zorg

Hart voor verbinden

1

LU Leids Universitair
MC Medisch Centrum

NeL

Rijn
Duin

Health Base
Organen kenniswijze optimalisatie

Agenda

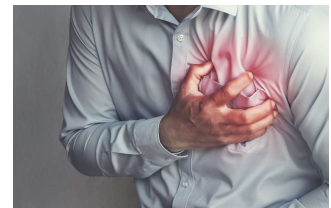
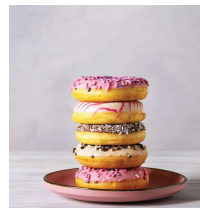
- Welkom
- Aanleiding Hart voor Verbinden
- 4 interventies
- Doelstellingen
- The box:
 - Wat is het?
 - Gezondheidsvaardigheden
 - Samen beslissen
 - Aanmelden van patiënten
 - Evalueren van de thuismetingen
 - Technische vragen/problemen
 - Goed om te weten

Hart voor verbinden

2

Aanleiding

- De standaard zorg voor patiënten met cardiometabole ziekten (hart- en vaatziekten en diabetes) is **onvoldoende afgestemd op** mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden (BGV)
- Lagere therapietrouw en slechtere prognoses
- Implementatie van interventies lukt slecht.



Hart voor verbinden

3

4 bewezen effectieve interventies implementeren en evalueren



De Box
voor het zelfmeten met wearables en begrijpelijk aanbieden van deze uitkomstinformatie in een digitale omgeving.



Leefstijl-educatiemodules in dezelfde digitale omgeving, op B1 niveau t.b.v. patiënt.



Terugvraagmethode om te controleren of de zorgverlener de patiënt op een begrijpelijke manier informeert.



Begrijpelijke etiketten om therapietrouw te bevorderen.

Hart voor verbinden

4

Doelstellingen



• Primaire doel

- Ontwikkeling van een onderbouwd regio-implementatieplan

• Secundaire doelen

- Beter afstemmen van eerstelijns cardiometabole zorgpaden (verhoogd vasculair risico, diabetes, hart- en vaatziekten) op mensen met BGV waardoor hun gezondheidsuitkomsten verbeteren
- Borging van implementatieprocessen en structurele financiering van implementaties in de reeds bestaande netwerkorganisatie
- Verbeteren van de werkprocessen van zorgprofessionals t.a.v. proactieve identificatie van patiënten met BGV

Hart voor verbinden

5

Samenwerkingspartners



Hart voor verbinden

6

Implementeren: bij wie?



18 huisartsenpraktijken



4 apotheken



LUMC

Hart voor verbinden

7

The box

Wat is het?

Hart voor verbinden

8

Wat is de box?



Bloeddrukmeter



Slimme weegschaal



Activity tracker



Withings app



LUMC care app

Hart voor verbinden

9

Effecten van The Box in Stevit

ONDERZOEK STEVIT BOX

Uit onderzoek blijkt dat de bewoners in de wijk Stevenshof relatief een **hoger** risico op hart- en vaatziekten hebben dan in andere Leidse wijken. Om daar wat aan te doen, is binnen wijk-initiatief **Stevenshof Vitaal** het project **Stevit** opgezet. De deelnemende patiënten krijgen de **Box** met een **bloeddrukmeter**, **weegschaal** en **stappenteller** die via een app op hun smartphone de meetgegevens deelt met de huisartsenpraktijk.



Tijdens de CVRM jaarcontrole wordt middels **gezamenlijke besluitvorming** besloten of de patiënt een box krijgt.



Tijdens de **onboarding** wordt de box geïnstalleerd en het gebruik uitgelegd aan de patiënt.



De patiënt meet **dagelijks** het aantal stappen en **wokelijks** zijn bloeddruk & gewicht.

Alle metingen worden visueel weergegeven in de **LUMC care app**



Elke **drie maanden** komen de gemiddelde waarden **automatisch** in het huisartsen dossier en deze worden **gecontroleerd** door de praktijkondersteuner



met als doel

een **gezonde** leefstijl

een **goed gereguleerde** bloeddruk

meer zelfregie voor de patiënt

DE EERSTE RESULTATEN

na 6 maanden gebruik van de stevit box van de eerste **46 deelnemers**



Stevit

Hart voor verbinden

10

Het verschil met Stevit

- Tijdens de jaarcontrole bepalen of er sprake is van beperkte gezondheidsvaardigheden (BGV).
- Werkwijze en begeleiding beter afstemmen op mensen met BGV.

Hart voor verbinden

11

Beperkte gezondheidsvaardigheden (BGV)

Wat is BGV en hoe te herkennen?

Hart voor verbinden

12

Wat zijn gezondheidsvaardigheden?

Vaardigheden van mensen om informatie over gezondheid te verkrijgen, begrijpen, beoordelen en gebruiken bij het nemen van gezondheidsgerelateerde beslissingen.

3 typen vaardigheden:

- Functioneel: lezen, schrijven, rekenen, zoeken op internet.
- Interactief/communicatief: begrijpend lezen, abstract denken, hoofd- en bijzaken scheiden, reflecteren.
- Kritisch: toepassen van informatie, ordenen, vooruit denken, prioriteiten stellen.

Hart voor verbinden

13

Wie zijn deze mensen?

Beperkte gezondheidsvaardigheden komen vaker voor bij:

- Laag opleidingsniveau of inkomen
- Mensen met een beperking
- Mannen
- Ouderen
- Mensen die hun gezondheid als slechter beoordelen

Let op! Ook mensen met een hoog opleidingsniveau en jongeren kunnen minder gezondheidsvaardig zijn.

Hart voor verbinden

14

Hoe herken je mensen met BGV

- Checklist: [Herkennen laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden](#) (Pharos)
- Set of brief screening questions (SBSQ) -> 3 vragen:
 1. Hoe vaak helpt iemand u met het lezen van brieven of folders van uw huisarts, het ziekenhuis of andere zorginstelling?
 2. Hoe zeker bent u ervan dat u medische informatie zelf goed invult?
 3. Hoe vaak vindt u het moeilijk om informatie over uw gezondheid te begrijpen?

Antwoord: nooit, af en toe, soms, vaak, altijd

Hart voor verbinden

15

Digitale vaardigheden

- Digitale vaardigheden toetsen middels SBSQ
 - Indicatie inschakelen sociaal domein voor technische support
 - Onderzoeksdoeleinden
- Mensen met beperkte digitale vaardigheden mogen meedoen

Hart voor verbinden

16



Leids Universitair
Medisch Centrum



Is er sprake van BGV? Ja/nee

Algemeen:

- Maak werkafspraken (intern) over wel/niet vastleggen BGV in Medicom en hoe zo ja, hoe dit vastgelegd wordt.
- Overleg altijd met de patient of BGV vastgelegd mag worden in Medicom

Ja er is sprake van BGV	Nee, er is geen sprake van BGV
Bespreek met de patiënt je observatie t.a.v. BGV => patiënt mag meedoen met de box.	Patiënt mag meedoen met de box.
Check overige randvoorwaarden:	
✓ De patiënt in het cardiometabole zorgprogramma zit. ✓ Een smartphone of tablet heeft en thuis internet heeft. ✓ Patiënt een e-mailadres heeft ✓ Voldoende Nederlands spreekt. ✓ Ouder dan 18 jaar is.	

Patiënt is uitgesloten van deelname bij zwangerschap

Hart voor verbinden

17

Samen beslissen bij BGV

Hoe doe je dat?

Hart voor verbinden

18

Samen beslissen



Leids Universitair
Medisch Centrum



Vierstappenmodel Samen Beslissen van Stigelmout – gebaseerd op het 3-talk model van Elwyn

Hart voor verbinden

19

Samen beslissen met BGV To box or not to box?



Leids Universitair
Medisch Centrum



Vierstappenmodel Samen Beslissen van Stigelmout – gebaseerd op het 3-talk model van Elwyn

Hart voor verbinden

20

The box

Aanmelden van de patiënt

Hart voor verbinden

21



Leids Universitair
Medisch Centrum



Afstemming met de patiënt

- Laat de inhoud van de box zien en laat zien hoe bloeddrukmeter gebruikt moet worden
- Beslis samen met de patient wat een handig tijdstip is voor de patient om te meten
- Spreek met de patient **van tevoren** af, hoe de terugkoppeling van de meetresultaten gaat plaatsvinden (MGn, telefonisch, consult, etc.)
- Maak ook een volgende afspraak voor het bloedonderzoek (vlgs. ketenzorgprogramma)

Hart voor verbinden

22

Aanmelding van de patiënt

- Meld de patiënt aan via de beveiligde mail bij de Box Support Office van het LUMC: **Hart_voor_verbinden_LUMC@lumc.nl**
- Instructie aanmelding in handleiding en stappenkaart
- De Box wordt vanuit het LUMC direct naar het huisadres van de patiënt gestuurd incl. benodigde handleidingen.
- De Box Support Office controleert ca. 2-3 weken na versturen of meetgegevens binnenkomen en neemt contact op met de patiënt.

Hart voor verbinden

23

The box

Evalueren van de meetresultaten

Hart voor verbinden

24

De metingen

- Elke 3 maanden komen de gemiddelde waarden van de metingen automatisch binnen in de postverwerking in Medicom (afzender STIZON)
- Spreek in de praktijk af wie verantwoordelijk is voor de postverwerking, publicatie en de terugkoppeling naar de patiënt.
- De waardes worden verwerkt in het diagnostisch dossier en kunnen gepubliceerd worden in MGn.

Hart voor verbinden

25

Wat zie je dan?

- Overzicht van de binnengekomen gegevens:
 - Bloeddruk
 - Hartfrequentie
 - Gewicht
 - Het aantal metingen waaruit het gemiddelde is opgebouwd.
- Metingen worden gelabeld met 'thuismeting'

Hart voor verbinden

26

Terugkoppeling metingen naar patiënt

- Bloeddruk **binnen** streefwaarden:
 - Standaard reactie sturen (gebruik maskerbrief)
- Bloeddruk **buiten** streefwaarden:
 - Overleg met huisarts vervolgbeleid
 - maak werkafspraken binnen praktijk over terugkoppeling buiten streefwaarden

Hart voor verbinden

27

The box

Ondersteuning installatie apps

Hart voor verbinden

28

Technische vragen/problemen

- 3 opties voor technische ondersteuning:

- A) Hulp vanuit netwerk patient (familie, vrienden, burens, etc.)
- B) Ondersteuning vanuit het sociaal domein
- C) Patiënt contact op laten nemen met de Box Support Office via boxsupport@lumc.nl

Hart voor verbinden

29

The box

Goed om te weten

Hart voor verbinden

30

Patiënt wil stoppen

- Gesprek aangaan met patient
 - Wat is aanleiding/reden (registreer dit in het EPD)
- Afmelden kan door een e-mail te sturen naar Box Support Office (Hart_voor_verbinden_LUMC@lumc.nl)
- The box wordt teruggenomen

Hart voor verbinden

31

Support voor praktijkondersteuner

- Handleiding & stappenplan
- Voorbeeld maskerbrieven & handleiding opstellen van maskerbrieven
- Scholingsaanbod:
 - Menukaart
 - Aanmelden voor scholing via Rijn en Duin (vanderroest@rijnduin.nl)
- Korte follow-up overleggen (teams) met Rijn en Duin voor begeleiding implementatie

Hart voor verbinden

32

Vragen?

Hart voor verbinden

Hart voor Verbinden

Handleiding huisartsenpraktijk



Hart voor Verbinden

Aanleiding

De standaard zorg voor patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden met cardiometabole aandoeningen (hart- en vaatziekten en diabetes) is onvoldoende afgestemd op mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden (BGV). Dat terwijl mensen met BGV een lagere therapietrouw hebben en slechtere prognoses.

4 bewezen effectieve interventies

Het project Hart voor Verbinden is een implementatietraject waarbij er 4 bewezen effectieve interventies worden geïmplementeerd in de eerste lijn. Het gaat daarbij om:



De Box
voor het zelfmeten met bloeddrukmeter, weegschaal en stappenteller en het begrijpelijk aanbieden van deze uitkomstinformatie in een digitale omgeving.



Leefstijl-educatiemodules in dezelfde digitale omgeving, op B1 niveau t.b.v. de patiënt.



Terugvraagmethode om te controleren of de zorgverlener de patiënt op een begrijpelijke manier informeert.



Begrijpelijke etiketten om therapietrouw te bevorderen.

Bij wie?

De implementatie vindt plaats in 18 huisartsenpraktijken en 4 apotheken. De Box met leefstijl-educatiemodule wordt in eerste instantie geïmplementeerd in de huisartsenpraktijken en de terugvraagmethode en begrijpelijker etiketteksten worden geïmplementeerd in de apotheken. Later willen we gaan kijken of de apotheken mogelijk ook een rol kunnen krijgen in de Box, bijvoorbeeld de monitoring van patiënten.

Doel van het project

Het primaire doel van het project is het opstellen van een onderbouwd regio-implementatieplan.

Secundaire doelen zijn:

- Beter afstemmen van de eerstelijns cardiometabole zorgpaden (verhoogd cardiovasculair risico, diabetes, hart- en vaatziekten) op mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden waardoor hun gezondheidsuitkomsten verbeteren.
- Borging van implementatieprocessen en structurele financiering van implementaties.
- Verbeteren van de werkprocessen van zorgprofessionals door standaard patiënten met BGV proactief te identificeren.

De Box

In de huisartsenpraktijk gaan jullie aan de slag met de implementatie van de Box bij mensen met cardiometabole aandoeningen.

Wat is de Box?

In de Box zitten apparaten waarmee de patiënt thuis zijn gezondheid kan monitoren. De thuismetingen worden gedeeld met de huisarts. In de Eerstelijns CVRM Box zitten de volgende apparaten:

- Een bloeddrukmeter. De Withings BPM Connect.
- Een weegschaal. De Withings Body.



- Een stappenteller. De Withings Pulse HR, of de Withings Scanwatch Light.



Let op! Het is niet mogelijk om een keuze te maken tussen deze stappentellers. Eerst worden de Withings Pulse HR stappentellers uitgegeven. Zodra deze niet meer beschikbaar zijn wordt overgestapt op de Withings Scanwatch Light.

Bij de apparaten horen twee apps:



De Withings Health Mate app

Deze is verbonden met de apparaten en hierin kan de patiënt de metingen terugzien. Via de Withings app komen de thuismetingen in Medicom terecht. Deze worden automatisch doorgestuurd naar de huisartsenpraktijk. Hier hoeft de patiënt geen extra handelingen voor te doen.



De LUMC Care App

Deze app is ontwikkeld in samenwerking met Pharos. Sommige patiënten hebben de voorkeur voor deze app boven de Withings Health Mate app.

De patiënt kan met de Box thuis zijn bloeddruk, gewicht en stappen meten. Dit doet de patiënt door in eerste instantie 1x per week zijn bloeddruk en gewicht te meten en de stappenteller zoveel mogelijk te dragen. Daarna kan de meetfrequentie worden aangepast afhankelijk van wat je als huisarts/POH noodzakelijk vindt.

Wat is jullie rol in de huisartsenpraktijk?

Jullie rol is om patiënten uit te nodigen om deel te nemen aan de Box. In het kort ziet het proces er als volgt uit:

- Bepaal de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden.
- Samen beslissen met de patiënt of de patiënt de Box wil gaan.
- Patiënt aanmelden.
- Evalueren van de thuismetingen.

De stappen worden in het volgende hoofdstuk van deze handleiding verder toegelicht.

Wat hoeven jullie in de huisartsenpraktijk niet te doen?

Patiënten krijgen de Box thuisgestuurd door de Box Support Office van het LUMC en krijgen uitleg over de Box. De Box Support Office zorgt ook voor de technische ondersteuning, controleert eenmalig binnen 6 weken of er metingen binnenkomen en neemt de Box na 1 jaar weer in.

De technische ondersteuning hoeven jullie dus niet te doen. Hiervoor mogen jullie doorverwijzen naar de Box Support Office van het LUMC.

De Box Support Office is bereikbaar via:

- Email: boxsupport@lumc.nl
- Telefoon: 071 5297604 (op werkdagen van 9 tot 12 uur)
- Mensen kunnen ook langs bij de Box Support Office. De Box Support Office zit in het LUMC bij het restaurant.

Heeft een patiënt veel vragen? Dan heeft het de voorkeur om een mail te sturen of een (telefonische) afspraak in te plannen. Belangrijk om in de mail de naam van de patiënt en de geboortedatum te vermelden.

Hoe werkt het in de praktijk?

Het werkproces in de praktijk is onderverdeeld in de volgende stappen:

1. Bepaal de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden.
2. Samen beslissen of de patiënt de Box wil gaan gebruiken.
3. Patiënt aanmelden.
4. Evalueren van de thuismetingen.

1. Bepalen van de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden

De eerste stap is bepalen wat de gezondheidsvaardigheden en de digitale vaardigheden van de patiënt zijn die je op het oog hebt om mee te laten doen met de Box. Het bepalen hiervan kan overigens ook bij andere patiënten. Bijvoorbeeld om te kijken en vast te leggen of je extra aandacht moet besteden aan begrijpelijke(re) communicatie.

Wat zijn gezondheidsvaardigheden?

Gezondheidsvaardigheden zijn vaardigheden van mensen om informatie over gezondheid te verkrijgen, begrijpen, beoordelen en gebruiken bij het nemen van gezondheid gerelateerde beslissingen.

Deze zijn op te delen in 3 typen vaardigheden:

- Functioneel: lezen, schrijven, rekenen, zoeken op internet.
- Interactief/communicatief: begrijpend lezen, abstract denken, hoofd- en bijzaken scheiden, reflecteren.
- Kritisch: toepassen van informatie, ordenen, vooruitdenken, prioriteiten stellen.

In Nederland is 1 op de 3 mensen valt in de groep van mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden [1].

Aandachtspunten:

- Gezondheidsvaardigheden kunnen veranderen over de tijd en zijn ook afhankelijk van de context. Als iemand bijvoorbeeld net een ernstige diagnose heeft gekregen, dan kunnen emoties ervoor zorgen dat iemand tijdelijk BGV is.
- Laaggeletterdheid is iets anders dan BGV: laaggeletterd zijn betekent dat je de taal of talen die je spreekt slecht beheerst. Dit zijn mensen die vooral moeite hebben met lezen, schrijven en rekenen. Zij vallen wel binnen de groep met BGV.
- Analfabetisme: dit zijn mensen die ongeletterd zijn. Zij hebben nauwelijks of nooit geleerd om te lezen of schrijven. Ook deze groep valt binnen de groep met BGV.

Over wie hebben we het dan vooral?

BGV komen vaker voor bij:

- Mensen met een laag opleidingsniveau of inkomen.
- Mensen met een beperking.
- Mannen.
- Ouderen.
- Mensen die hun gezondheid als slecht beoordelen.

Let op! Ook mensen met een hoog opleidingsniveau en jongeren kunnen in deze groep vallen.

Hoe herken je mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden?

Hiervoor heeft Pharos een [checklist](#) gemaakt om je hierbij te ondersteunen (zie volgende bladzijden).

Checklist HERKENNEN laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden

SIGNALEN van laaggeletterdheid

De patiënt:

- Vermijdt duidelijk lees- en schrijfsituaties.
- Leest niet mee bij uitleg van een folder of tekst op een scherm.
- Is ongemakkelijk bij de vraag iets op te schrijven of te lezen.
- Gebruikt of begrijpt het nummerapparaat niet.
- Heeft meerdere papieren maar weet niet wat wat is.
- Is ongemakkelijk (of reageert boos) als er teveel vragen gesteld worden.
- Is vaak te vroeg of te laat met herhaalrecept aanvragen.
- Komt te laat of op de verkeerde dag.
- Gebruikt of begrijpt het nummerapparaat niet.

SIGNALEN van beperkte gezondheidsvaardigheden

De patiënt:

- Heeft moeite met het vertellen van een chronologisch verhaal.
- Stelt geen vragen of stelt niet ter zake doende vragen.
- Antwoordt niet adequaat.
- Lijkt afwezig of ongeïnteresseerd.
- Heeft geen of beperkte kennis van het functioneren van het eigen lichaam.
- Vult digitale vragenlijsten niet in.
- Gebruikt het digitale patiëntenportaal niet.
- Belt altijd voor het maken van een afspraak of komt langs; maakt geen gebruik van de mogelijkheid om online een afspraak te maken.
- Laat de afspraak maken door iemand anders.
- Heeft geen baat bij de adviezen (omdat ze niet opgevolgd worden of niet juist uitgevoerd worden).

SIGNALEN bij medicijngebruik

De patiënt:

- Leest niet mee bij uitleg van een etiket.
- Is vaak te vroeg of te laat met herhaalrecept aanvragen.
- Belt (vaak) op met vragen over medicijn.
- Heeft geen baat bij de medicatie (als gevolg van (onbewuste) therapie-ontrouw)
- Neemt medicatie niet goed in.

UITSPRAKEN en SMOEZEN VAN PATIËNTEN

- 'Er zat geen bijsluiter bij.'
- 'Sorry, ik ben mijn bril vergeten.'
- 'Dat formulier vul ik thuis wel in.'
- 'Kunt u het voor me invullen, ik schrijf zo onleesbaar.'
- 'Ik dacht dat de afspraak morgen was.'
- 'Ik kan niet lezen, omdat ik woordblind ben.'
- 'Ik heb geen tijd om dit formulier nu in te vullen, ik heb haast.'
- 'Nee, ik lees nooit, de televisie geeft informatie genoeg.'
- 'Mijn buurvrouw zei dat...'

NAVragen

Als u vermoedt dat een patiënt moeite heeft met lezen en schrijven of denkt dat een patiënt moeite heeft met het begrijpen en toepassen van medische informatie, vraag dat dan.

Zorg voor een vertrouwde sfeer, normaliseer en vraag op respectvolle manier;

- Veel mensen hebben moeite met het lezen van folders van het ziekenhuis, hoe is dat voor u?
- Veel mensen hebben moeite met het invullen van (digitale) vragenlijsten van het ziekenhuis, hoe is dat voor u?
- Helpt iemand u wel eens met het invullen van vragenlijsten of het lezen van brieven?

Vraag ook naar het aantal jaren school dat iemand heeft gevolgd.

Schrijf in het dossier van de patiënt dat deze meer tijd nodig heeft voor het verwerken van informatie. Doe dit alleen als de patiënt hier toestemming voor geeft.

Datum: maart 2022

Herkennen van mensen met BGV

Het inschatten en vastleggen van de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden is één van de activiteiten in het project. In Medicom is hiervoor een protocol ontwikkeld waarin je kunt vastleggen wat de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden van de patiënt zijn. Dit protocol heet 'SBSQ – The Box (LUMC)'. Het protocol bestaat uit 2 delen. Het eerste deel gaat over de gezondheidsvaardigheden. Het tweede deel gaat over de digitale vaardigheden.

Allereerst krijg je in dit protocol de vraag of je vindt dat de gezondheidsvaardigheden moeilijk in te schatten zijn bij de patiënt of niet (zie figuur 1).

The screenshot shows the 'Protocol: SBSQ - The Box (LUMC)' interface. At the top, there is a blue button labeled 'Sbsq'. Below it, the title 'SBSQ' is displayed. The main question is 'Gezondheidsvaardigheden moeilijk in te schatten' with two radio button options: 'Ja' (selected) and 'Nee'.

Figuur 1 | Medicom protocol.

Geef je aan dat de gezondheidsvaardigheden niet moeilijk in te schatten zijn? Dan krijg je vervolgens de vraag om op een schaal van 1 tot 10 aan te geven hoe goed jij denkt dat de gezondheidsvaardigheden van de patiënt zijn. Hierbij is 1 zeer slechte gezondheidsvaardigheden en 10 zeer goede gezondheidsvaardigheden (zie figuur 2).

The screenshot shows the 'Protocol: SBSQ - The Box (LUMC)' interface. The 'Sbsq' button is still visible. The first question 'Gezondheidsvaardigheden moeilijk in te schatten' now has 'Nee' selected. Below it, a new question appears: 'Gezondheidsvaardigheden met behulp van SBSQ bepalen' with 'Ja' and 'Nee' radio buttons. Underneath, there is a section titled 'Digitale vaardigheden' with the question 'Heb je een smartphone of tablet met internet'. A dropdown menu is open, showing a scale from 1 to 6, with the text '1; zeer slecht gezondheidsvaardigheden' at the top.

Figuur 2 | Inschatten gezondheidsvaardigheden op een schaal van 1 tot 10.

Het kan soms lastig zijn om de gezondheidsvaardigheden in te schatten. Om je hiermee te helpen hebben we daarom een korte vragenlijst met 3 vragen in het Medicom protocol gezet die je kunt stellen aan de patiënt. Deze vragen verschijnen op het moment dat je 'Ja' aanklikt in het protocol op de vraag 'Gezondheidsvaardigheden met behulp van SBSQ bepalen'. Het gaat om de volgende vragen:

- Veel mensen hebben moeite met lezen van brieven/folders die worden meegegeven door het ziekenhuis of huisarts.
Hoe vaak helpt iemand u met het lezen van brieven of folders van uw huisarts of het

ziekenhuis?

Mogelijke antwoorden: nooit, af en toe, soms, vaak, altijd.

- Veel mensen vinden het moeilijk om formulieren goed in te vullen. Stel u krijgt een formulier mee van uw huisarts.

Hoe zeker bent u er dan van dat u het formulier goed invult?

Mogelijke antwoorden: heel erg, nogal, een beetje, een klein beetje, helemaal niet.

- Hoe vaak vindt u het moeilijk om informatie over uw gezondheid te begrijpen?

Mogelijke antwoorden: nooit, af en toe, soms, vaak, altijd.

Medicom berekent vervolgens wat de score is van de patiënt. Er kan een score uitkomen van 0 – 4.

Hoe lager de score, hoe groter de kans is dat er sprake is van beperkte gezondheidsvaardigheden (zie figuur 3).

Na de berekening van de score volgt alsnog de vraag om een eigen inschatting te geven van de gezondheidsvaardigheden van de patiënt op een schaal van 1 tot 10. De 3 vragen zijn dus alleen ter ondersteuning om je een beetje een beeld te geven van de vaardigheden van de patiënt.

Protocol: SBSQ - The Box (LUMC)

SBSQ

Hoe vaak vindt u het moeilijk om informatie over uw gezondheid te begrijpen?

☒ Nooit
☐ Af en Toe
☐ Soms
☐ Vaak
☐ Altijd

Gemiddelde SBSQ-vragen 2,7

Inschatting gezondheidsvaardigheden 2

Figuur 3 | Medicom protocol. Voorbeeld van de berekening van de score aan de hand van de ingevulde vragen.

Vastleggen van beperkte gezondheidsvaardigheden

Maak met het team werkafspraken over of en hoe jullie verder in Medicom willen vastleggen dat er sprake is van beperkte gezondheidsvaardigheden bij patiënten. Leg alleen iets vast in overleg met de patiënt.

Wanneer bepaal je de gezondheidsvaardigheden?

Dat kan tijdens elk contact met de patiënt, maar in ieder geval voordat je overgaat tot het samen beslissen om te kijken of de patiënt gebruik zou willen en kunnen maken van de Box of niet.

Bepalen van de digitale vaardigheden

Als de patiënt de Box gaat gebruiken, dan wordt de Box naar de patiënt thuis opgestuurd. De patiënt moet vervolgens zelf de apps op de telefoon of tablet installeren en de apparaten door middel van bluetooth verbinden met de telefoon of tablet. Hiervoor zijn dus wel bepaalde digitale vaardigheden nodig of er moet hulp beschikbaar zijn.

Door een aantal simpele vragen te stellen kun je een beeld krijgen wat iemand zelf kan. Daarnaast is er een vraag toegevoegd om na te gaan of er eventueel hulp is vanuit de eigen omgeving van iemand, bijvoorbeeld een partner, kind, kleinkind, vrienden, burens, kennissen, etc.

Is er niemand in de eigen omgeving van de patiënt die kan helpen met installeren en verbinden? Dan is er vanuit het sociaal domein hulp beschikbaar.

Hoe bepaal ik hoe digitaal vaardig iemand is?

In het tweede deel van het Medicom protocol SBSQ – The Box (LUMC) staan vragen die je aan de patiënt kunt stellen om na te gaan hoe digitaal vaardig diegene is. Het gaat om minimaal 1 vraag en maximaal 8 vragen. Dit is afhankelijk van de antwoorden die de patiënt geeft.

In dit protocol krijg je minimaal 1 en maximaal 8 vragen. Afhankelijk van de antwoorden die de patiënt geeft, krijg je meer of minder vragen. De vragen die de patiënt zou kunnen krijgen zijn:

Vraag	Nee	Met hulp	Ja
1. Heb je een computer, telefoon of tablet met internet?	Einde vragenlijst		
2. Kun je iets opzoeken op het internet?			
3. Heb je een e-mailadres?	Ga naar vraag 5.		
4. Kun je een e-mail sturen en openen?			
5. Heb je een DigiD?	Ga naar vraag 7.		
6. Gebruik je DigiD om bijvoorbeeld je patiëntengegevens te bekijken?			
7. Kun je zelf een app downloaden?			
8. Is er iemand in de omgeving die eventueel kan helpen met problemen met de telefoon of tablet? Denk aan een partner, kind, kleinkind, vrienden, burens, kennissen, etc.			

In het Medicom protocol ziet dat er dan bijvoorbeeld zo uit (zie figuur 4).

Digitale vaardigheden

Heb je een smartphone of tablet met internet  ☐ Ja ☒ **Nee** 

Einde vragenlijst: patiënt is niet digitaal vaardig

En bij JA komen de vragen tevoorschijn.

Kun je iets opzoeken op het internet  ☒ **Ja** ☐ Ja, met hulp ☐ Nee 

Heb je een e-mailadres  ☒ **Ja** ☐ Nee 

Kun je een e-mail lezen en sturen  ☒ **Ja** ☐ Ja, met hulp ☐ Nee 

Heb je een DigiD  ☒ **Ja** ☐ Nee 

Gebruik je je DigiD wel eens om bijvoorbeeld patiëntgegevens te bekijken  ☒ **Ja** ☐ Ja, met hulp ☐ Nee 

Kun je zelf een app downloaden  ☒ **Ja** ☐ Ja, met hulp ☐ Nee 

Is er iemand in uw eigen omgeving die u kan helpen. Bijvoorbeeld partner, (klein)kind, vrienden, kennissen, burens, etc.  ☒ **Ja** ☐ Nee 

Figuur 4 | Medicom protocol. Voorbeeld vragen over digitale vaardigheden.

2. Samen beslissen: to Box or not to Box?

Als je de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden van de patiënt hebt ingeschat, dan kun je kijken of de patiënt in aanmerking komt voor de Box.

Welke patiënten kunnen meedoen met de Box?

In principe kunnen alle patiënten die baat zouden kunnen hebben aan de Box meedoen aan het project. Aangezien we in het project graag de werkwijze af willen stemmen op mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden, heeft het wel de voorkeur om zoveel mogelijk mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden te includeren.

Andere voorwaarden:

- Je moet een inschatting gedaan hebben van de gezondheidsvaardigheden en digitale vaardigheden van de patiënt.
- Patiënten met cardiometabole aandoeningen.
Indicaties die in aanmerking komen:
 - K74: angina pectoris
 - K75: acuut myocardinfarct
 - K76: andere/chronische ischemische hartziekte
 - K86: essentiële hypertensie zonder orgaanbeschadiging
 - K87: essentiële hypertensie met orgaanbeschadiging/secundaire hypertensie
 - K89: passagère cerebrale ischemie (TIA)
 - K90: cerebrovasculair accident (CVA)
 - K91: atherosclerose
 - K92.01: claudicatio intermittens
 - K99.01: aneurysma aorta
 - T90.02: diabetes mellitus type 2
 - T93: vetstofwisselingsstoornis
- De patiënt moet ouder zijn dan 18 jaar.
- De patiënt mag niet zwanger zijn.
- De patiënt heeft een gewicht lager dan 180 kg. Dit is namelijk het maximale gewicht wat de weegschaal aan kan.
- De patiënt heeft een armomtrek van 22 tot 42 cm. Dit heeft te maken met de grootte van de manchet van de bloeddrukmeter.
- De patiënt moet een telefoon of tablet hebben met internet. En Android-versie 12 of hoger of iOS versie 16 of hoger. De Withings app kan niet geïnstalleerd worden op oudere versies van Android en iOS.
- Patiënt moet thuis toegang hebben tot internet.
- De patiënt moet een e-mailadres hebben.
- De patiënt moet voldoende Nederlands spreken (alle handleidingen en de apps zijn nu namelijk alleen beschikbaar in het Nederlands).

Let op! Het hebben van beperkte gezondheidsvaardigheden en het hebben van voldoende goede digitale vaardigheden is dus niet nodig om mee te kunnen doen met de Box. Anders gezegd: ook mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden en mensen met beperkte digitale vaardigheden kunnen een box gaan gebruiken.

Wanneer kun je de Box inzetten?

- Als een patiënt de streefwaarde niet haalt.
- Er een wens is om thuis systematisch te meten (instellen medicatie).
- Combinatie met leefstijl: stappen en weegschaal.
- Wens om medicatie af te bouwen en de effecten daarvan te monitoren.
- Plaatsvervangend voor 'real-life' consult bij laag-risico patiënten.

Samen beslissen bij mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden

Het bestaande 4-stappenmodel van Samen Beslissen (van Stiggelhout) bestaat uit 4 stappen, namelijk:

Stap 1. Duidelijk maken dat er een keuze is en dat de mening van de patiënt belangrijk is hierbij.

Stap 2. Zorgverlener legt verschillende behandelopties met voor- en nadelen uit.

Stap 3. De zorgverlener en patiënt bespreken de voorkeuren van de patiënt.

Stap 4. Integreer kennis en voorkeuren om gezamenlijk tot een besluit te komen.

Uit onderzoek blijkt dat er bij het Samen Beslissen met mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden nog 2 stappen bij zouden moeten komen, namelijk:

Stap 0. Controleren of de patiënt de diagnose (of het probleem) begrijpt. Mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden begrijpen soms niet dat er een probleem is en wat het probleem dan is.

Stap 5. Zorgverlener gaat na of de patiënt nog steeds achter het gezamenlijke besluit staat. Mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden hebben namelijk vaker spijt van hun beslissing.

Het hele proces van samen beslissen ziet er dan dus als volgt uit (zie figuur 5).



Figuur 5 | Samen beslissen met mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden [2].

Om je hierbij te ondersteunen een aantal handvatten per stap, specifiek voor de Box:

Stap 0. Controleren of de patiënt de diagnose (of het probleem) begrijpt. Begrijpt de patiënt wat het risico is van bijv. een hoge bloeddruk? En dat er dus iets moet gebeuren om de bloeddruk omlaag te krijgen?

Stap 1. Duidelijk maken dat er een keuze is en dat de mening van de patiënt belangrijk is hierbij.

Stap 2. Zorgverlener legt verschillende behandelopties met voor- en nadelen uit

Laat hierbij de Box zien.

Laat zien hoe de bloeddrukmeter werkt. Ervaring vanuit de Box Support Office heeft ons namelijk geleerd dat niet iedereen begrijpt dat de bloeddrukmeter om de arm gedaan moet worden.

Geef een flyer mee met meer informatie over de Box.

Leg uit hoe de Box werkt:

- Jij, de POH/huisarts, zorgt ervoor dat de patiënt wordt aangemeld.
- De Box Support Office neemt contact op met de patiënt en geeft uitleg.
- De Box wordt thuisgestuurd.
- De patiënt moet 2 apps installeren en de apparaten moeten gekoppeld worden. Of het sociaal domein helpt bij het downloaden en installeren van de apps en het verbinden van de apparaten.
- Er zitten stap-voor-stap handleidingen bij de Box voor het installeren van de apps, het koppelen van de apparaten en het meten.
- De patiënt gaat vervolgens 1x per week de bloeddruk en het gewicht meten en draagt het horloge (de stappenteller) zoveel mogelijk.
- De Box Support Office zal na 2 tot 3 weken controleren of er metingen binnenkomen en nagaan of alles goed werkt.
- Mochten er later problemen zijn, dan kan contact opgenomen worden met de Box Support Office (of het sociaal domein).

Voordelen van de Box voor de patiënt kunnen zijn:

- Meer regie over en inzicht in de eigen gezondheid.
- Minder vaak naar de praktijk toe hoeven om daar de bloeddruk te meten. Dit is uiteraard afhankelijk van wat je met de patiënt afsprekt. Bijv. 1 fysieke controle per jaar en 3 controles op afstand.

Nadelen van de Box kunnen zijn:

- Het meten kost tijd. De bloeddruk en het gewicht moet de patiënt 1x per week meten. Het horloge moet overdag zoveel mogelijk gedragen worden. Het is niet erg als het horloge een dag niet gedragen wordt. Als de patiënt bijvoorbeeld een dag een eigen (mooier) horloge om wil voor een speciale gelegenheid.
- Zorg op afstand kan als minder persoonlijk ervaren worden.

Let op! Belangrijk om hier te vermelden dat jij, de POH/huisarts, niet bij elke meting meekijkt.

Maar dat je 1x per 3 maanden naar de (gemiddelde) waarden kijkt. Sommige patiënten verwachten namelijk dat hun zorgverlener actueel meekijkt en dat is niet het geval.

Geef ook aan dat als de patiënt 1x een bloeddruk meet die hoger is dan 180 mmHg of 3 weken achter elkaar hoger dan 140 mmHg, dat de patiënt dan contact opneemt met de huisartsenpraktijk. De apps ondersteunen hierin (nog) niet. Dit staat overigens ook in de handleidingen voor de patiënt.

Leg uit dat het niet de bedoeling is dat anderen dan de patiënt zelf gebruik maken van de apparaten uit de Box. De apparaten geven aan dat ze slim zijn en kunnen merken wie er gebruik maakt van het apparaat. In de praktijk blijken deze apparaten vaak toch niet zo slim te zijn. Als iemand anders dan gebruik maakt van deze apparaten, komen die waarden ook in het HIS terecht als zijnde de waarden van jouw patiënt. In het HIS kun je vervolgens niet zien wie er gemeten heeft.

Stap 3. De zorgverlener en patiënt bespreken de voorkeuren van de patiënt.

Kijk samen met de patiënt wat een goede dag en goede tijd zou zijn voor de patiënt om de bloeddruk en het gewicht te meten. Kijk op welke dag en tijd het meten het beste past in het leven van de patiënt. Op de folder is ruimte om dit voor de patiënt op te schrijven. Je kunt ook samen met de patiënt bespreken aan welke aspecten van leefstijl iemand zou willen werken. Het Leefstijlroer zou je hierbij bijvoorbeeld kunnen gebruiken.

Stap 4. Integreer kennis en voorkeuren om gezamenlijk tot een besluit te komen.

Stap 5. Zorgverlener gaat na of de patiënt nog steeds achter het gezamenlijke besluit staat om wel of niet mee te doen aan de Box.

Wil iemand meedoen aan de Box? Dan zal de Box Support Office controleren of iemand nog steeds achter het besluit staat om deel te nemen aan de box.

Wil iemand niet meedoen aan de Box? Bespreek die beslissing dan tijdens een volgend consult nog eens.

3. Patiënt aanmelden

Stuur een **beveiligde** mail naar: [Hart voor verbinden LUMC@lumc.nl](mailto:Hart_voor_verbinden_LUMC@lumc.nl).

Vermeld daarin:

- Naam van de patiënt
- Geboortedatum
- Geslacht
- BSN
- Postcode, adres en huisnummer
- Verzekering, ingangsdatum, polisnummer
- Achternaam huisarts en praktijknaam
- Telefoonnummer
- E-mailadres
- Of het sociaal domein betrokken wordt of niet.
- Of de patiënt een vragenlijst per mail in kan vullen.
- Meetmoment bloeddruk (dag en tijd)
- Meetmoment gewicht (dag en tijd)

Tip: maak een e-mailhandtekening aan die je ‘Aanmelden Eerstelijns CVRM Box’ noemt.

Als je iemand wilt aanmelden voor de Box, dan selecteer je deze handtekening en hoef je alleen de patiëntgegevens verder in te vullen.

Voorbeeld voor een tekst:

Beste Box Support Office,

Bij deze zou ik graag een nieuwe patiënt willen aanmelden voor de Eerstelijns CVRM Box. Het gaat om de volgende patiënt:

Naam:

Geboortedatum:

Geslacht:

BSN:

Adres:

Postcode:

Huisnummer:

Telefoonnummer:

E-mail:

Verzekering:

Ingangsdatum verzekering:

Polisnummer verzekering:

Achternaam huisarts:

Huisartsenpraktijk:

Sociaal domein betrokken: ja/nee

Kan de patiënt een online vragenlijst invullen: ja/nee

Meetmoment bloeddruk (dag en tijd):

Meetmoment gewicht (dag en tijd):

Met vriendelijke groet,

4. Evalueren van thuismetingen

Elke 3 maanden komen de gemiddelde waarden in Medicom. De waarden komen binnen als post via Stizon (zie figuur 6).



Datum T	Betref	Leefijd	MV	Van / naar	Soort	Status	Gelz.	MGN	Toegekend aan
16-10-2023				STIZON	Laboratoriumbericht	Ontvangen		✓	
16-10-2023				STIZON	Laboratoriumbericht	Ontvangen		✓	
16-10-2023				STIZON	Laboratoriumbericht	Ontvangen		✓	

Figuur 6 | Ontvangen van Stizon post in Medicom.

Wat zie je dan?

Je krijgt een overzicht van de binnengekomen gegevens (zie figuur 7):

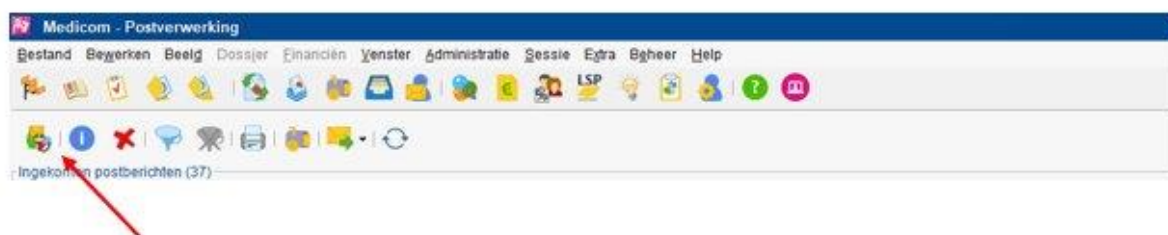
- Bloeddruk
- Hartfrequentie
- Gewicht
- Het aantal metingen waaruit het gemiddelde is opgebouwd.



De metingen	Standaard	Afdeviatie	Unit	Resultaat	Unit	Bem.
diastolische bloeddruk (mmHg)	103	mmHg		89		
aantal metingen	30					
hartfrequentie (batslaan/min)	83	per min.		80		
aantal metingen	30					
syistolische bloeddruk (mmHg)	133	mmHg		140		
aantal metingen	30					

Figuur 7 | Overzicht van de binnengekomen gegevens.

Klik daarna op 'Verwerk het bericht in het diagnostisch dossier' (zie figuur 8).



Figuur 8 | Verwerken van het postbericht in het diagnostisch dossier.

Controleer de patiëntgegevens (zie figuur 9).

Postverwerking patient controle

Patiënt uit bericht **Patiënt voorstel**

Naam: [Redacted]
Mensnummer: [Redacted]
BSN: [Redacted]
Geboortedatum: [Redacted]
Geslacht: [Redacted]
Straat + huisnummer: [Redacted]
Postcode + woonplaats: [Redacted]
Arts: [Redacted]
Status: [Redacted]

OK Annuleren

Figuur 9 | Controleer de patiëntgegevens.

Bepaal het beleid

Afhankelijk van de gemeten waarden bepaal je het beleid conform de afgesproken werkwijze binnen de praktijk. Belangrijk om wel altijd de patiënt te laten weten dat je naar de metingen hebt gekeken. Het is mogelijk om hier maskerbrieven voor te gebruiken (zie figuur 10). Zie hiervoor de voorbeeld maskerbrieven en de Medicom handleiding Correspondentiemodule).

K Journal X Laboratorium bericht | X Huidig contact | X Diagnostisch dossier

Selecteer de gewenste waarden om te publiceren
Laboratoriumuitslag: ST20N | ST20N | 20-08-2023 (4)

Verzenddatum	Naam	Waarde	Normaal	Afname datum	Opmerking	Mijn status
26-10-2023	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	Niet naar portaal.
26-10-2023	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	Niet naar portaal.
26-10-2023	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	[Redacted]	Niet naar portaal.

Conclusie:
Selecteer de gewenste tekst om te kopiëren naar het journal:
Alphen aan den Rijn, 20-10-2023
Betreft: [Redacted]
De gemiddelde bloedtestwaarden zijn ontvangen en zijn er gescreend.
Mijn advies is om de medicatie niet te wijzigen en de behandeling zo voort te zetten. Ik ontvang graag over drie maanden weer uw gemiddelde bloedtestwaarden.
Als u nog vragen heeft kunt u een e-mail sturen aan uw praktijkondersteuner of assistente.
Met vriendelijke groet,
Medewerker huisartsenpraktijk Dillenburg
Voor het verlagen van uw bloedtest is het belangrijk te stoppen met roken, voldoende te bewegen, gezond te eten en te zorgen voor een gezond gewicht (informatie en adviezen kunt u vinden op thuisarts.nl).

Maskerbrief: MCH - reactie geen bijzonderheden
Kies een standaard brief
MCH - reactie geen bijzonderheden
MCH - reactie starten antihypertensiva
MCH - reactie verder beleid intensiveren
MCH - CVD2 goed
MCH - CVD2
MCH - CVD2 fundusfoto
MCH - geen bijzonderheden

Journal:
Wanneer er geen tekst wordt ingevoerd zal er bij publiceren geen journaalregistratie plaatsvinden.

Figuur 10 | Voorbeeld maskerbrief.

- Maak werkafspraken binnen praktijk over terugkoppeling buiten streefwaarden
- Overleg met huisarts over vervolgbeleid
- Informeer de patiënt over vervolgbeleid
- Indien van toepassing:
Actiepunten: publiceren laboratorium aanvraag verwerken.

Bij (technische) vragen van de patiënt

Heeft de patiënt een technische vraag over de box? Dan zijn er 3 verschillende mogelijkheden voor ondersteuning van de patiënt:

1. Hulp vanuit het sociale netwerk van de patiënt (familie, burens, etc.), indien aanwezig.
2. Indien er geen of onvoldoende hulp vanuit het sociale netwerk is, kan ondersteuning aangeboden worden via het sociale domein. In iedere woonplaats zijn er voor Hart voor Verbinden verschillende samenwerkingspartners beschikbaar. Op het 'Stappenplan Hart voor Verbinden' staat vermeld welke organisatie in het sociaal hiervoor benaderd kan worden.
3. Contact opnemen met de Box Support Office van het LUMC (boxsupport@lumc.nl te gebruiken door patiënten; of Hart_voor_Verbinden_LUMC@lumc.nl te gebruiken door zorgverlener); telefoon: 071-52 97 604 op werkdagen bereikbaar tussen 9 – 12 uur. Het is eventueel ook mogelijk om langs te gaan bij de Box Support Office in het LUMC.

Wil de patiënt stoppen met de box?

- Ga het gesprek aan met de patiënt om na te gaan wat de reden is voor de patiënt om te stoppen en registreer dit in het EPD.
- Stuur een mail naar de Box Support Office om de patiënt af te melden via Hart_voor_Verbinden_LUMC@lumc.nl.
- De box is in bruikleen en zal na het afmelden opgehaald worden bij de patiënt.

Referenties

[1] Willems, A.E.M., Heijmans, M., Brabers, A.E.M., Rademakers, J. Gezondheidsvaardigheden in Nederland: factsheet cijfers 2021 Utrecht: Nivel, 2022.

[2] A.M. Stiggelbout, A.H. Pieterse, J.C.J.M. De Haes, Shared decision making: Concepts, evidence, and practice, Patient Educ. Couns. 98 (2015) 1172–1179. doi:10.1016/j.pec.2015.06.022.



Is The Box iets voor jou?

Zelf thuis meten

Inleiding

Jij gaat regelmatig naar de huisarts om je bloeddruk te laten meten. Daarom kun je The Box krijgen. Hiermee kun je deze metingen thuis doen. Je ontvangt dan een doos, The Box, met daarin onder meer een bloeddrukmeter.

Dankzij The Box hoef je voor metingen minder vaak naar de huisartsenpraktijk te komen. Daarnaast vind je in The Box een weegschaal en een stappenteller. Een ander doel van The Box is namelijk het verbeteren van je leefstijl.

Je krijgt leefstijltips mee, en dankzij The Box kun je daarvan zelf de resultaten meten. Je ziet dus zelf hoe gezond je bent.

Dit document geeft uitleg over The Box. Je kunt zo thuis nog rustig nalezen hoe The Box werkt.

Wat is The Box?

The Box helpt bij het volgen van je gezondheid. In de doos zitten 3 apparaten:

1. Een bloeddrukmeter
2. Een weegschaal
3. Een stappenteller (horloge)

Naast de apparaten heb je 2 (gratis) apps nodig. Je moet dus wel een smartphone of tablet hebben met internet.

Hoe werkt het?

1. Verzending van The Box

Heb je samen met je praktijkondersteuner (POH) besloten dat je The Box wilt gebruiken? Dan word je gebeld door The Box Support Office van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC). Je krijgt dan uitleg. The Box wordt opgestuurd naar je huis.

2. Installatie

Je krijgt stap-voor-stap uitleg over het installeren en gebruiken van de apparaten. Lukt het je niet zelf om de apps te installeren of de apparaten te verbinden? Je POH kan adviseren waar je voor hulp terecht kunt.

Heb je The Box al in gebruik, dan kun je voor technische vragen terecht bij The Box Support Office van het LUMC.

3. Meten

Meet je bloeddruk en gewicht 1 keer per week. Meet zoveel mogelijk op hetzelfde moment. Je beslist samen met je praktijkondersteuner op welk moment jij jouw bloeddruk het beste kunt meten. Het horloge draag je zoveel mogelijk.

4. The Box Support Office

Na een paar weken word je gebeld door The Box Support Office van het LUMC. Deze helpdesk bespreekt met jou of de thuismetingen lukken. En kijkt of deze ook bij de huisarts in het systeem komen.

5. Evaluatie

Je houdt zelf de metingen van The Box in de gaten met behulp van de app. Elke 3 maanden bekijkt de POH de metingen. Soms samen met de huisarts. Daar krijg je bericht van.



Contact

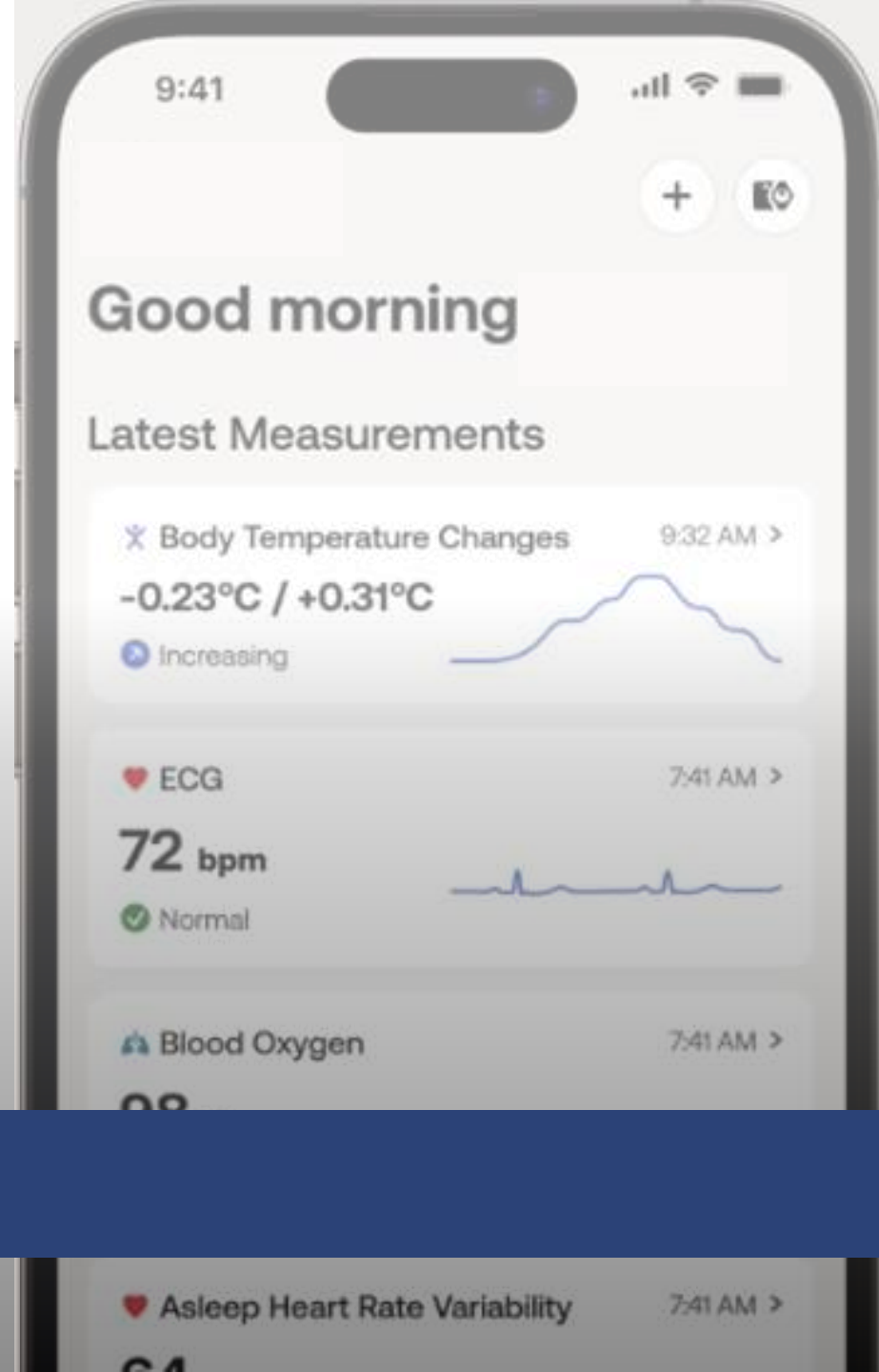
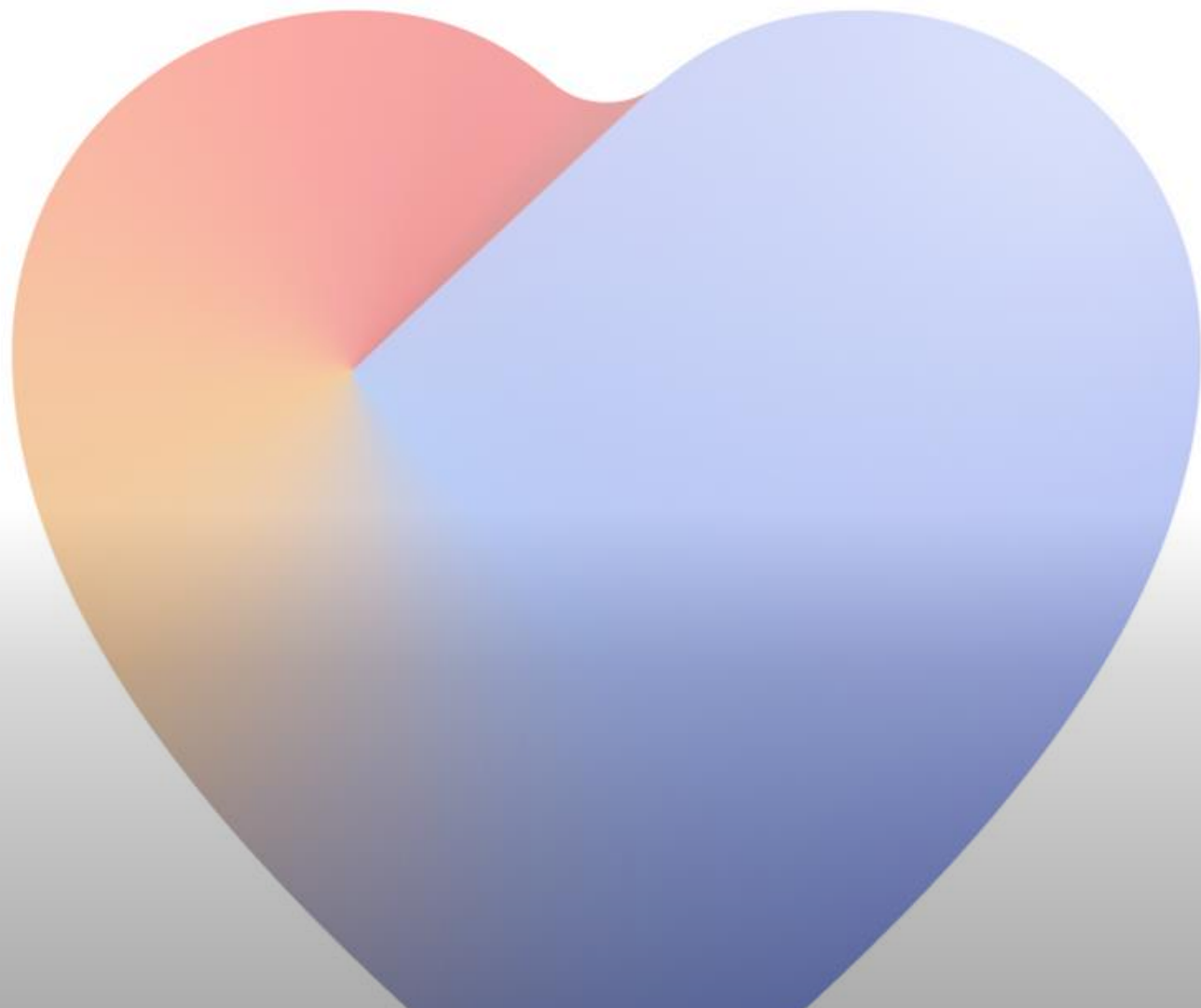
Als je The Box gaat gebruiken, krijg je de contactgegevens van The Box Support Office.

Aanmelden

Heb je nog vragen over The Box? Twijfel je of het iets voor jou is? Of wil je starten met The Box?

Neem dan contact op met je praktijkondersteuner (POH) via jouw eigen huisartsenpraktijk.





Meten

Het meten

Je hebt nu de apparaten en apps geïnstalleerd.
Nu kun je gaan meten.

In deze handleiding leggen we uit:

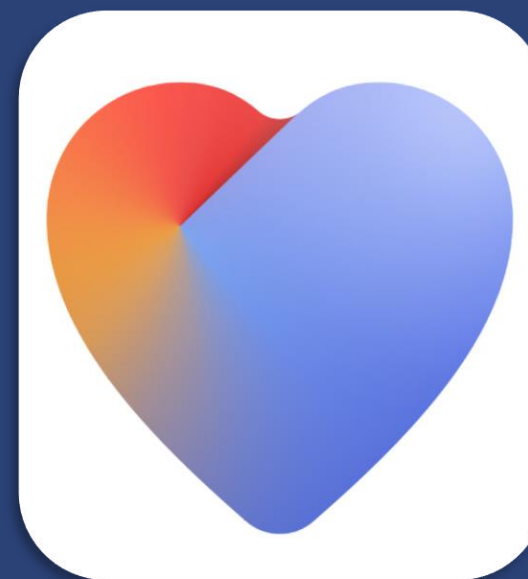
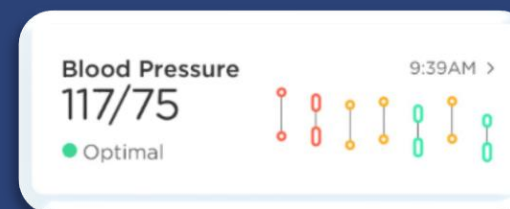
- Hoe je je bloeddruk meet
- Hoe je je gewicht meet
- Hoe je stappen geteld worden

Lukt het niet? Of heb je vragen? Bel of mail dan met Team Box Support.

Bel ons op: 071-5297604

Dit kan vanaf 9 uur tot 12 uur.

Of stuur een e-mail naar: boxsupport@lumc.nl



Bloeddruk meten

Wanneer moet ik mijn bloeddruk meten?

Meet je bloeddruk zoals aangegeven staat op het formulier wat je van het ziekenhuis hebt bekregen.

Meet elke keer op ongeveer hetzelfde moment.

Dus op dezelfde dag en ongeveer op dezelfde tijd.

Bijvoorbeeld: elke zaterdag om 9 uur in de ochtend.

Slik je medicijnen die je bloeddruk verlagen? Meet je bloeddruk dan 2 uur nadat je de medicijnen voor de bloeddruk hebt geslikt.

Bijvoorbeeld: Slik je om 8 uur in de ochtend je medicijnen voor de bloeddruk? Meet dan je bloeddruk om 10 uur in de ochtend.

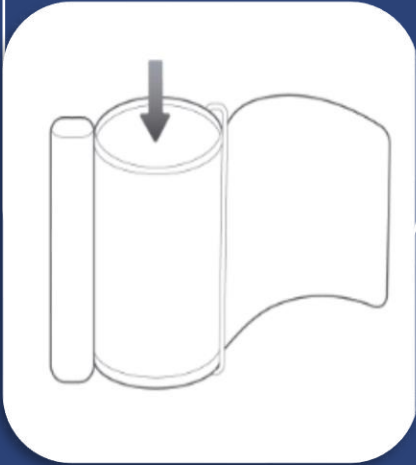
Zorg dat je bovenarm bloot is en niet je mouw opstropen.

Bloeddruk meten

Ga ontspannen rechtop zitten met beide benen op de grond



Rol de bloeddrukmeter uit en doe om uw linkerarm



Plaats de bloeddrukmeter met de knop dicht bij de binnenkant van je elleboog



Maak de bloeddrukmeter band stevig vast



Blijf rustig zitten en maak een meting, zie volgende stap



Bloeddruk meten

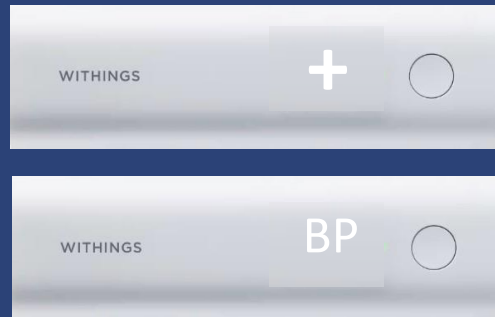
Stap 1

Druk kort op de knop van de bloeddrukmeter



Stap 2

Je ziet een + en daarna BP



Stap 3

Druk nog 1 keer kort op de knop. De bloeddrukmeting begint met meten



Stap 4

Is de bloeddrukmeter klaar met meten? Dan zie je de meting op de bloeddrukmeter.

Voorbeeld



Stap 5

Druk nog 1 keer kort op de knop. Je ziet nu de tekst Box op de bloeddrukmeter



Stap 6

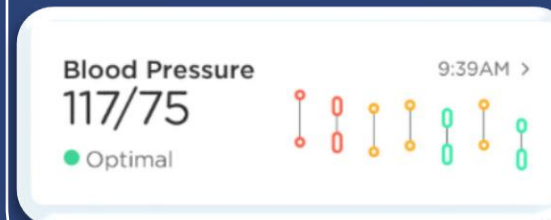
Druk nu wat langer op de knop. Je ziet nu vinkje op de bloeddrukmeter



Stap 7

Open de Withings app. De meting zie je nu ook in de app.

Voorbeeld



Stap 8

De meting wordt vanzelf naar je huisarts gestuurd. Hier hoeft je dus niks voor te doen.

Bloeddrukmeter opladen

De bloeddrukmeter is oplaadbaar.
Oplaadkabel vind je in het doosje van de
bloeddrukmeter



Belangrijk

Bel je huisarts als:

- Je bloeddruk hoger is dan 180.
- Je bloeddruk 3 weken achter elkaar hoger is dan 140.

De huisarts of POH kijkt 1 keer per 3 maanden naar al je metingen. Zij kijken dus niet naar elke meting.

Dus heb je vragen over je bloeddruk? Of maak je je zorgen?

Bel dan je huisarts.

Gewicht meten

Wanneer moet je je gewicht meten?

Meet je gewicht 1 keer per week.

Doe dit elke week op ongeveer hetzelfde moment.

Dus op dezelfde dag en ongeveer op dezelfde tijd.

Draag bij het wegen ook steeds ongeveer dezelfde kleren. Of draag geen kleren tijdens het wegen.

Bijvoorbeeld:

Elke zaterdag rond 8 uur in de ochtend.

Voor het douchen en voor het ontbijten.

Zonder kleren aan.



Gewicht meten

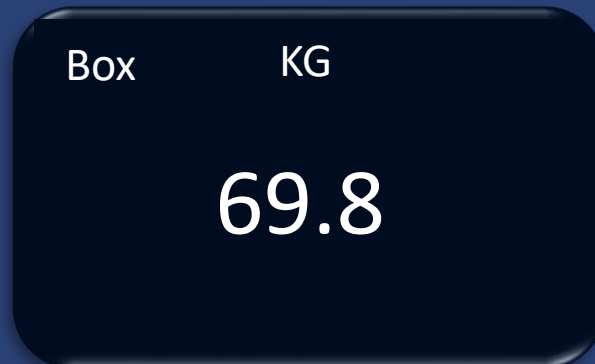
Stap 1

Ga op de weegschaal staan.
Zie je  staan in de hoeken van het scherm? Dan sta je **niet** goed op de weegschaal. Zie je dat niet staan? Dan sta je goed op de weegschaal.



Stap 2

Wacht tot je gewicht op het scherm gaat knipperen en de weegschaal uitgaat.
Dan kun je van de weegschaal af stappen.

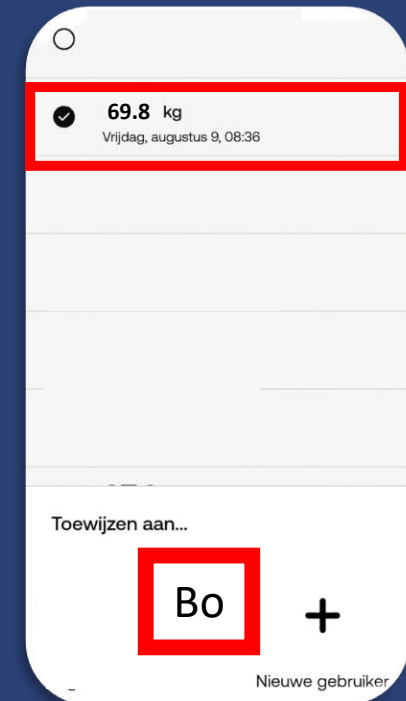
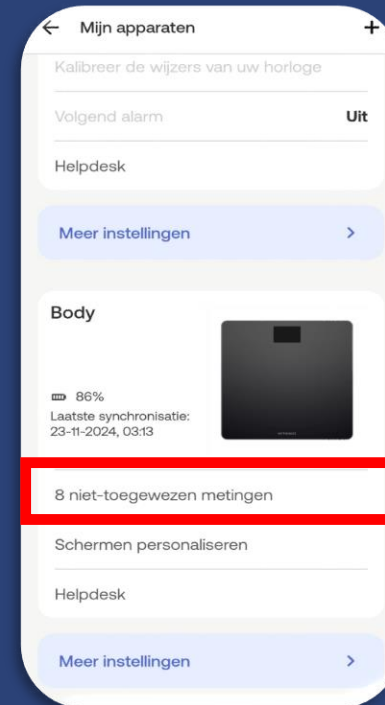


Stap 3

Je meting staat nu ook in de Withings app



Staat je gewicht niet in de app? Kijk dan bij de niet toegewezen metingen in de Withings app en voeg ze toe, ga naar Mijn apparaten



Wijs de juiste meting toe aan je profiel en de meting komt in de app. De volgende keer dat je op de weegschaal staat, komt het automatisch in de app.

Stappen tellen

Het horloge is een stappenteller. Deze meet automatisch hoeveel stappen je zet. Je hoeft het horloge alleen om je pols te dragen.

Het horloge kan voelen dat je actief bent. Je hoeft verder niets te doen.

Wanneer draag je het horloge?

Draag het horloge als je wakker bent.

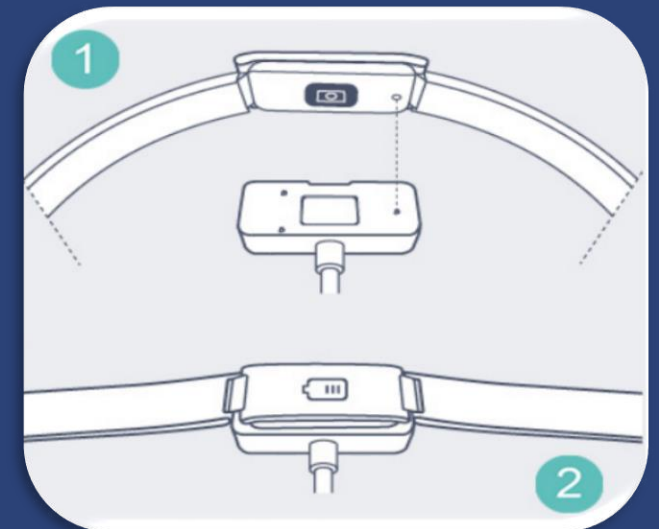
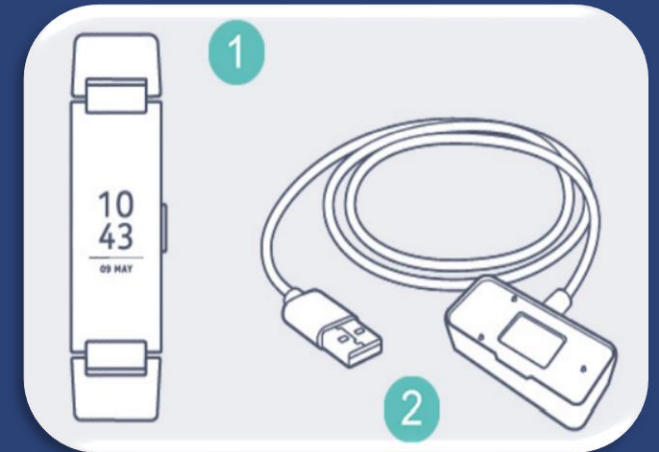
Wil je een keer een ander horloge om? Het is niet erg als je een keer een ander horloge om doet. Je stappen worden dan alleen niet gemeten.



Goed om te weten

- De batterij van het horloge gaat ongeveer 28 dagen mee. Is de batterij leeg? Laad het horloge dan op. In de doos zit een oplader.
- Het horloge geeft dezelfde tijd aan als je telefoon of tablet.
- Het horloge werkt het best als deze goed om je pols zit. Niet te strak en niet te los.
- Het horloge mag nat worden. Hij is alleen niet helemaal waterdicht. Je kunt er wel mee douchen.
- De Withings app berekent hoe ver je ongeveer hebt gelopen. Dit doet de app met je lengte en gewicht.
- Op het scherm van het horloge kun je zien hoeveel stappen je vandaag al gelopen heeft.
- Is je horloge in de buurt van je telefoon of tablet? Dan kun je ook in de Withings app zien hoeveel stappen je gelopen hebt.

Leg de stappenteller op de oplader wanneer die bijna leeg is zoals hieronder aangegeven is



Klaar !

Heeft u nog vragen?

- Bel ons op: 071-5297604
Dit kan vanaf 9 uur tot 12 uur.
- Of stuur een e-mail naar:
boxsupport@lumc.nl
- Zet in de e-mail je naam en
geboortedatum

Vriendelijke groet,
Team Box Support



Bijlage 9: Flyer huisartsen



Hart voor Verbinden

Vier interventies voor betere zorg

Beste huisarts,

Binnen Rijn en Duin is het mogelijk om binnen de keten Cardiometabool (CVRM en DM) aan de slag te gaan met thuismetingen d.m.v. de Box. In de Box zit een bloeddrukmeter, weegschaal en stappenteller. Het project richt zich op patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden. Dit zijn mensen die vaker een chronische aandoening hebben, meer medicijnen gebruiken vaker ernstige medicatiefouten maken en eerder overlijden.

Door thuismetingen willen we bijdragen aan een betere leefstijl en lager cardiovasculair risico. Het moet leiden tot een beter begrip van het gebruik van geneesmiddelen, verbeterde therapietrouw en een gezondere leefstijl. Daarnaast is de eigen regie belangrijk, patiënten beslissen in dit project samen met hun zorgverleners over hun zorg.

Het project heet **Hart voor Verbinden** en bestaat uit 4 bewezen effectieve interventies:

1. De Box met bloeddrukmeter, weegschaal en stappenteller.
2. Leefstijl educatiemodules.
3. In de apotheek: de terugvraagmethode bij eerste uitgiftes.
4. In de apotheek: begrijpelijker etiketteksten.

De Box heeft eerder al met succes gedraaid in de Stevenshof (Leiden) en in de Dillenburg (Alphen a/d Rijn). Bij deze praktijken leidde de inzet van de Box tot minder fysieke POH-consulten, waardoor zij tijd gekregen hebben voor andere zorg.

Vanuit Rijn en Duin is er voor de huisartsenpraktijk vergoeding beschikbaar voor deelname aan Hart voor Verbinden. Daarnaast krijgen de huisarts en POH scholingen aangeboden (veelal online) op het gebied van beperkte gezondheidsvaardigheid, samen beslissen en leefstijl. Afhankelijk van de behoefte kan de POH en/of huisarts een keuze maken uit dit scholingsaanbod en zich aanmelden. Dit wordt eveneens vergoed vanuit Rijn en Duin.

Gebruik je Medicom als HIS, ben je geïnteresseerd om deel te nemen of heb je vragen? Neem dan contact op met Irene van der Roest, implementatiemanager Hart voor Verbinden: vanderroest@rijnduin.nl of telefonisch via 06-10938057.

Bijlage 10: Evaluatiegesprekken

[illegible]