

Auteurs: drs. Arwen Kleynveld (journalist),
ir. Gisette van Dam – Peters van Ton
(Alliantie Voeding in de Zorg)

Ziekenhuisbestuurders zouden meer aandacht moeten hebben voor **voeding en preventie**



Voeding is een **belangrijke component bij behandeling, genezing en herstel van ziekte**. Bestuurders van ziekenhuizen zouden er daarom meer aandacht aan moeten besteden. Daar waar het rookvrij maken van een ziekenhuisomgeving vaak al lukt, heeft het omvormen naar het aanbieden van een gezond voedingsaanbod in het ziekenhuis meer voeten in de aarde. Hoewel veel artsen en bestuurders de rol van leefstijl erkennen, en de coronacrisis dit onderstreept, blijft het in de dagelijkse praktijk nog achter.

Bij het NVZ-netwerkdiner in maart werd, in aanwezigheid van staatssecretaris Paul Blokhuis, besproken welke rol de tweede lijn kan spelen bij preventie en leefstijladvies. 'We weten dat ruim 30 procent van de ziektelast samenhangt met gewoontes zoals roken, ongezond eten, weinig bewegen en te veel drinken. Die leefstijlkeuzes vergroten de kans op kanker, hart- en vaatziekten of diabetes type II. Ons antwoord op leefstijlgerelateerde aandoeningen is vaak een medische ingreep of medicijnen. Daarmee repareren we gezondheidsschade. In het ziekenhuis ziet u deze patiënten dagelijks. Er valt nog veel winst te behalen als we meer inzetten op het voorkomen van ziek worden, als we inzetten op het verbeteren van leefstijl. Daar is natuurlijk iedereen het mee eens. Maar daarmee hebben we het niet zomaar geregeld. Dat raakt mensen overal: thuis, op het werk, en in de zorg. En als je ergens een gezonde omgeving verwacht is het toch wel in de zorg, in de ziekenhuizen.' Natuurlijk ziet Blokhuis wel goede initiatieven ontstaan, onder meer op het gebied van voeding en rookvrije zorg. 'Het is hoopgevend dat de sector heeft afgesproken dat in 2030 alle ziekenhuizen een gezond voedingsaanbod hebben voor patiënten, medewerkers en bezoekers. En dat in 2025 alle ziekenhuizen rookvrij zijn. Daaraan heeft de sector zich gecommitteerd in het *Nationaal Preventieakkoord*. Maar liever hebben we dat natuurlijk eerder voor elkaar. Dat staat of valt met bestuurlijk commitment, met de wil om iets te veranderen. Als u iets een goed idee vindt, dan gaat het ook gebeuren. Dan maken we de omslag van schade en ziekte naar gezondheid en leefstijl. En dan is een rookvrije zorgomgeving met gezond voedingsaanbod volstrekt logisch. In de zorg en in de buurt.'

De Alliantie Voeding in de Zorg werkt als partner in het Preventieakkoord samen met de Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen (NVZ) aan de realisatie van de ambitie op een gezond voedingsaanbod in zorginstellingen. De jarenlange ervaring van Ziekenhuis Gelderse Vallei in Ede wordt gedeeld en met ziekenhuizen en zorginstellingen worden pilots opgezet. 'Preventie is nu heel belangrijk', zegt Mirjam van 't Veld, voorzitter van de raad van bestuur van Ziekenhuis Gelderse Vallei. 'Een ziekenhuis is in eerste instantie bedoeld om patiënten te genezen, maar er komt een enorme golf mensen met hart- en vaatproblemen en diabetes op ons af als we nu geen actie ondernemen. Een ramp, die we met preventie kunnen voorkomen. Daarom hoop ik dat ziekenhuizen de stap van ziekenhuis naar gezondheidshuis kunnen maken.' Ook Wim van Harten, voorzitter van de raad van bestuur van Rijnstate en hoogleraar kwaliteitsmanagement en zorgtechnologie aan de Universiteit Twente,



Hoopgevend

'Het is hoopgevend dat de sector heeft afgesproken dat in 2030 alle ziekenhuizen een gezond voedingsaanbod hebben voor patiënten, medewerkers en bezoekers. Maar liever hebben we dat natuurlijk eerder voor elkaar.'

Paul Blokhuis - Staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

onderstreept dat preventie een belangrijk onderdeel is van zorg. 'Rijnstate heeft een gespecialiseerd centrum in preventie en behandeling van obesitas. We hebben het project GO! opgezet om overgewicht bij kinderen tegen te gaan. Samen met gedragscoaches helpen we kinderen om een gezond gewicht te bereiken. Dat scheelt later veel zorg. Het project is succesvol, de resultaten zijn goed. We zijn nu al in tien regio's actief. Financiering blijft een uitdaging. Als leefstijlinterventies worden gefinancierd kunnen we veel bereiken, want het werkt fantastisch.'

GEZONDE VOEDING IS BELANGRIJK

Leefstijl is cruciaal bij het voorkomen en genezen van allerlei aandoeningen. 'Onze focus ligt op obesitas, vanwege onze speciale kliniek', zegt Van Harten. 'Maar preventie door middel van leefstijl: gezond eten, voldoende bewegen, genoeg slapen en niet roken werkt heel goed bij het voorkomen en in het ziektebeloop van COPD, diabetes, kanker en depressie. Eigenlijk zou dit landelijk groot moeten worden opgezet. Ziekenhuizen kunnen hier een belangrijke rol in spelen, maar dan moet er wel budget voor komen.' Ziekenhuis Gelderse Vallei zet zich, samen met Wageningen University, al sinds 2007 in voor meer aandacht voor voeding in preventie, behandeling en herstel van ziekten. 'We hebben diverse projecten opgezet en ingevoerd die bewezen bijdragen aan betere voedingsinname, kwaliteit van leven en resultaat van de behandeling van ziekte.', zegt Van 't Veld. 'We bouwen voort op wat we hebben geleerd over bewegen voorafgaand aan een operatie. Uit onderzoek blijkt ook dat een goed voedingspatroon verschil maakt voor, tijdens en na een operatie. Omdat gezonde voeding het genezingsproces bevordert, hebben we in ons ziekenhuis een uniek systeem van voeding opgezet. Patiënten kunnen van een uitgebreide menukaart eten bestellen, wanneer ze trek hebben en hoe vaak ze willen. De eiwitrijke >

keuzes staan aangegeven. Er is extra aandacht voor specifieke groepen zoals ouderen en kankerpatiënten. Met dit systeem zijn we hét Voedingsziekenhuis in Nederland geworden, we zien steeds vaker dat andere ziekenhuizen nu ook mooie initiatieven tonen. Veel mensen die in het ziekenhuis zijn opgenomen zijn ontvankelijk voor leefstijladviezen, ze willen gezond zijn en zo snel mogelijk beter worden. Met gezonde voeding kunnen we patiënten enigszins de regie geven, een handvat om hun ziekte zelf op een positieve manier te beïnvloeden. Dit blijft echter een continu proces waar meerdere zorgverleners bij betrokken moeten blijven.'

Rijnstate is bezig met het verbeteren van het voedingsaanbod. 'We hebben de afgelopen jaren onder andere stappen gezet op het gebied van hospitality', zegt Van Harten. 'De komende twee jaar breiden we dit verder uit. We zijn actief in de Alliantie Voeding in de Zorg en werken aan een gezonder voedingsaanbod voor patiënten en in ons bedrijfsrestaurant. Het Voedingsziekenhuis in Ede dient hiervoor als voorbeeld. Gezonde voeding en beweging kan je niet afdwingen. Je moet mensen echt overtuigen van het nut. We hebben gemerkt dat juist de risicogroepen moeilijk te bereiken zijn. Zij geloven vaak niet in het belang van leefstijl. Bij de groep borstkankerpatiënten zien we wel goede resultaten als we voorlichting geven, maar dat is een uitzondering. Bij patiënten met bijvoorbeeld COPD ligt dat anders. Ze hebben vaak een lagere sociaaleconomische status en combineren roken met ongezonde voeding en onvoldoende beweging. Ze zien zelf geen uitzicht op verbetering met gedragsverandering en zijn daarom moeilijk te beïnvloeden. Wij kunnen als ziekenhuis onze rol nemen, bijvoorbeeld met een rookvrij ziekenhuis en een gezond voedingsaanbod voor patiënten. Maar uiteindelijk moet er ook in de thuissituatie iets veranderen. Dat kan alleen met partners en andere partijen om de doelgroep heen.'

Prof. dr. Wim H. van Harten, voorzitter raad van bestuur, Rijnstate



Harry Pouwels, longarts VieCuri Medisch Centrum Ambassadeur voor de Rookvrije Generatie Gemeente Venlo

ROOKVRIJE ZORG

Harry Pouwels is longarts in VieCuri medisch centrum in Venlo en heeft al meerdere jaren ervaring op het gebied van preventie. Hij richt zich als ambassadeur Rookvrije Generatie vooral op een jonge doelgroep en is daarmee heel succesvol. 'We zijn een paar jaar geleden begonnen met een campagne voor de rookvrije generatie en zien al effect. Het aantal 13-jarigen dat wel eens rookt is gedaald van 8 procent naar 5 procent. Het preventiebeleid voor roken is al goed op gang en dat is belangrijk. Het heeft effect omdat er steeds meer bewustwording komt. Rookvrij staat symbool voor het hebben van een toekomst. De basis wordt gelegd op scholen. In onze regio zijn alle basisscholen inmiddels rookvrij en alle middelbare scholen ook, op één na, maar die is ermee bezig. Ik denk dat je hetzelfde principe van bewustwording kan toepassen bij voorlichting over voeding. We merken dat het helpt om kinderen zo vroeg mogelijk te informeren en laten begrijpen waarom het beter is om gezond te blijven. Ook op middelbare scholen is veel te winnen. Juist daar zou je ervoor moeten zorgen dat je voor weinig geld een gezonde maaltijd kunt krijgen.'

Het VieCuri Medisch Centrum is inmiddels helemaal rookvrij, mede dankzij de inzet van Pouwels. 'Ik heb ervaren dat er draagvlak in het ziekenhuis moet zijn bij iedereen die er werkt, van schoonmaker tot medisch specialist. Ik ben geweldig ondersteund door het stafbestuur. We hebben iedereen, van artsen en verplegers tot facilitair managers, schoonmakers en personeel van het ziekenhuisrestaurant, gevraagd wat ze zouden vinden van een rookvrij ziekenhuis. We hebben ook suggesties en ideeën opgehaald. Toen bleek dat er een groot draagvlak was onder medewerkers.'

Ook bij het creëren van een gezond voedingsaanbod is het belangrijk om draagvlak te krijgen binnen de muren van ziekenhuis, voordat er iets wordt doorgevoerd, denkt Pouwels. 'Door de brede betrokkenheid hebben we samen het ziekenhuis rookvrij kunnen maken. Tien jaar geleden had ik veel rokende collega's die geen zin hadden in maatregelen. De stemming is nu anders. We zien een overgang naar een nieuwe generatie die gevoelig is voor de boodschap. Dat geldt voor roken, maar ook voor gezonde voeding.'

IEDEREEN DOET MEE

Gezonde voeding is belangrijk, zowel als het gaat om preventie, leven met een aandoening en genezing. Daar is iedereen het wel over eens. Maar hoe krijg je het ingevoerd in een ziekenhuis? 'Erin geloven, ervoor staan en het uitdragen', zegt Van 't Veld. 'Het belangrijkste is dat de raad van bestuur er zelf volledig achter staat. Alleen dan kunnen ze binnen de organisatie uitstralen dat het belangrijk is. Vervolgens moet je mensen vrijmaken die ermee bezig zijn en ambassadeurs kweken voor je beleid. Wij hebben zelf een kerngroep voeding, bewegen en slaap in het leven geroepen. Zij denken na over volgende stappen die we kunnen zetten. We hebben ook een programmamanager erop gezet. Als je de visie, met de speerpunten voeding, beweging en slaap, steeds uitdraagt, dan heb je het ook vastgeklikt en denkt iedereen na hoe ze kunnen bijdragen. Voor het vliegwielt-effect is het belangrijk het organisatiebreed op te zetten en ervoor te zorgen dat elke afdeling in het ziekenhuis wordt betrokken, met informatie over het belang van voeding voor de eigen patiëntengroep. Dan is het ook makkelijker voor medewerkers om zich in het beleid te verplaatsen en erin mee te gaan. Daarnaast hebben we nu middels het project 'Goede Zorg Proef Je' stappen gezet in ons bedrijfsrestaurant om ook daar het aanbod te verbeteren. Zo maak je van medewerkers ambassadeurs voor het beleid.'

KOSTEN EN BATEN

Er moet geld komen voor preventie, vinden ziekenhuisbestuurders. 'We kunnen veel ellende voorkomen door goede programma's op te zetten, meent Van Harten. 'We zien preventie als taak voor een ziekenhuis dus we gaan er mee door, want het is heel belangrijk. We doen het alleen niet op een zo grote schaal als we zouden doen als er financiering zou zijn.'

Van 't Veld geeft aan dat als je puur naar de financiën kijkt, het inzetten van preventie een ziekenhuis geld kost en er nog geen baten van de zorgverzekeraars tegenover staan. 'Het is een investering die je als ziekenhuis moet doen. De baten zijn er uiteraard wel voor patiënten op het ziektebeloop en een sneller herstel door een gezonde leefstijl. De coronacrisis onderstreept het belang van een gezonde leefstijl en ik hoop van harte dat er meer betaaltitels komen om in te zetten op preventie.'

SAMENWERKING

Van Harten denkt dat het belangrijk is dat ziekenhuisbestuurders de lokale sociale kaart goed kennen en een verbinding leggen met andere partijen om doelgroepen heen. 'Wij werken samen in een Community of Care, een groep met diverse zorgverleners, om preventie vorm te geven. Verschillende mensen en organisaties binnen de regio kennen de doelgroep. Door samen te werken kunnen we meer bereiken op het gebied van preventie. Wij als ziekenhuis hebben weinig zicht op potentiële patiënten,



Drs. M.M. (Mirjam) van 't Veld, voorzitter raad van bestuur, Ziekenhuis Gelderse Vallei

alleen op mensen die al ziek zijn. Met partners kan je patiënten blijven volgen en begeleiden.' Een ziekenhuis kan ook in lokale preventiecoalities een bijdrage leveren, zoals Ziekenhuis Gelderse Vallei onderdeel is van de Coalitie Preventie in de regio Foodvalley. 'Het zijn elke keer kleine stapjes die we zetten, en de aanhouder wint', zegt Van 't Veld. 'Op de langere termijn zie je groot verschil.' Ook Pouwels zet in op samenwerking. 'De rookvrije generatie wordt ondersteund door huisartsen, scholen, de GGD, lokale en veel andere organisaties. Zowel rokers als niet-rokers zijn overtuigd van het nut van een rookvrije generatie. Er is een gezamenlijk draagvlak voor maatregelen. Dat werkt beter dan verbieden, mensen willen niet dat hen restricties wordt opgelegd. Wat wij doen is mensen vragen om gezonder te gaan leven. Wie kan daar nou op tegen zijn?'

Niet roken, veel bewegen, voldoende slapen én gezond eten zijn de pijlers voor een gezonder leven. Informatie en lef is de kern om dat te bereiken. Ziekenhuisbestuurders kunnen en moeten hier een voortrekkersrol in nemen. ■



Het project 'Goede Zorg Proef Je', uitgevoerd door de Alliantie Voeding in de Zorg in samenwerking met de Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen, geeft vervolg en ondersteuning aan optimale voedingszorg in ziekenhuizen en revalidatiecentra en draagt bij aan de realisatie van maatregelen in het Nationaal Preventieakkoord. Hierbij wordt ingezet op een gezond voedingsaanbod voor patiënten, bezoekers en medewerkers. Het project wordt mogelijk gemaakt door het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.