

## ANTWOORDBLAD KLETSPOT 19 april 2023 “Hou het simpel”

**1. Hoeveel % van de mensen in Nederland hebben beperkte gezondheids-vaardigheden?**

Eén op de vier Nederlanders heeft beperkte gezondheidsvaardigheden<sup>1</sup>. Dat betekent dat zij moeite hebben met het vinden, begrijpen, beoordelen en gebruiken van informatie over gezondheid.

**2. Wat is het betere woord voor exacerbaties?**

Longaanval

**3. Hoe verwijst je in 5 stappen naar Welzijn op Recept met VIPLive?**

1. Ga via het zorgportaal naar VIPLive (klik op de VIPLive “tegel”)
2. Gebruik de actieknop ‘start verwijzing’ in het patiëntenoverzicht van VIPLive
3. Kies de zorgstraat -> overig
4. Kies zorgverlener -> welzijn -> Sociom of Synthese of gemeente Gennepe
5. Vul het digitale formulier in

**4. Diabetes komt vaker voor onder mensen die laaggeletterd zijn. Hoe groot is het verschil?**

Diabetes komt vaker voor onder mensen die laaggeletterd zijn: onder mannen heeft 5.2% van de laagst geletterde mannen diabetes tegenover 1,5% van de hoogst geletterde mannen. Voor vrouwen is dat verschil nog groter: respectievelijk 6% en 0,9%<sup>9</sup>.

**5. Hoeveel % van de mensen met COPD die langwerkende luchtwegverwijders gebruiken, volgt het voorschrift van de arts niet?**

24% van de mensen met COPD die langwerkende luchtwegverwijders gebruiken, geeft aan het voorschrift van de arts niet te volgen.

**6. Hoeveel % van de longpatiënten maakt één of meer essentiële inhalatiefouten?**

Meer dan 70% voert noodzakelijke handelingen met een inhalator soms of vaak verkeerd uit.

**7. Ruimte voor een eigen vraag & antwoord**

**8. Wat is de meest gemaakte “fout” bij de terugvraagmethode?**

Goed	Niet doen
Ik wil weten of ik het goed uitgelegd heb	Heeft u het begrepen? Wat is er nog onduidelijk?
Wat gaat u thuis vertellen (of doen?)’	Geef de patiënt niet het gevoel dat je hem of haar controleert.
Welke vragen heeft u?	Heeft u nog vragen?

**9. Welke informatie vind je op de website levensvragen thuis?**

Informatie over geestelijke verzorging in onze regio. Bijvoorbeeld voor mensen met rouw, angst, verdriet, ziekte en verlies. Informatie over het team van geestelijk verzorgers. Een contactformulier om hulp aan te vragen.

**10. Wat is een ACP gesprek en waar staat de uitkomst van dit gesprek?**

ACP = Advance Care Planning, ook wel proactieve zorgplanning. Bespreking van behandelwensen en behandel beperkingen met patiënt en zijn naasten.

Je noteert de wensen onder de (probleem) episode "A20 behandelwensen" in het HIS. Daarnaast kun je gebruik maken van het uniforme formulier proactieve zorgplanning, te vinden op palliaweb of via deze link [uniform formulier proactieve zorgplanning](#) om het met andere betrokken zorgverleners te delen.

**11. Noem 4 geestelijk verzorgers uit onze regio**

1. Suzanne van Horssen
2. Heleen Litmaath
3. Mustafa Bulut
4. Wim Smeets

**12. Waar kun je de site [www.begrijpelichaam.nl](http://www.begrijpelichaam.nl) voor gebruiken?**

Op [www.begrijpelichaam.nl](http://www.begrijpelichaam.nl) vind je praktisch voorlichtingsmateriaal over het menselijk lichaam en veelvoorkomende klachten en ziektes waarin gebruik wordt gemaakt van eenvoudige anatomische afbeeldingen en teksten.

**13. Welke websites kun je gebruiken om begrijpelijk(er) te schrijven?**

- [www.ishetb1.nl](http://www.ishetb1.nl)
- [www.zoekenoudigewoorden.nl](http://www.zoekenoudigewoorden.nl)
- [www.synoniemen.net](http://www.synoniemen.net)
- [Lijst met patiëntvriendelijke termen](#)
- [Leesniveauniveau | Accessibility.nl](#)

**14. Waar gaat het programma 'Sander en de kloof' over?**

Sander Schimmelpenninck onderzoekt hoe het kan dat in Nederland de kloof tussen arm en rijk alsmaar groter wordt.

**15. Wat is het verschil tussen laaggeletterdheid en analfabetisme?**

Laaggeletterdheid is niet hetzelfde als analfabetisme. Iemand die laaggeletterd is, kan wel lezen en schrijven, maar kan dit niet goed genoeg om helemaal mee te kunnen doen in de samenleving. Een analfabeet kan niet lezen en schrijven.

**16. Hoeveel % onthoudt de patiënt van wat een arts in een consult zegt?**

Slechts 20-40% van wat artsen zeggen tijdens een consult, onthoudt de patiënt daadwerkelijk.

**17. Een instructie als '2 x daags 1 tablet' is voor veel mensen te moeilijk. Hoe kan het anders?**

Zo nodig gebruik -> Omschrijf wanneer het nodig is  
 Zo nodig 2x per dag 1 tablet -> Bij pijn: 1 tablet Niet meer dan 2 tabletten per dag  
[Medicijngebruik bij patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden - Pharos](#)

**18. Hoeveel % van de mensen met een lage sociaaleconomische status lijdt aan chronische stress, angst of depressie?**

21% vergeleken met 9% van de mensen met een hoge SES.

**19. Wie vormt de grootste groep laaggeletterden (45%)?**

De grootste groep laaggeletterden (45%) bestaat uit ouderen met een Nederlandse achtergrond en een middelbaar opleidingsniveau<sup>5</sup>.

**20. Wat is een BBL opleiding? Wat is een BOL opleiding en wat is het verschil?**

BBL is een praktijkleerplek. Student is in dienst met een beperkt aantal schooldagen.

BOL is een MBO-4 opleiding (met stage periode)

<https://www.neohuisartsenzorg.nl/scholing/bbl-opleiding-doktersassistent>

**21. Ruimte voor een eigen vraag & antwoord**

**22. Wat is chronische nierinsufficiëntie? Hoe leg je dit begrijpelijk uit?**

Uw nieren werken minder goed.

Dit kunnen de nieren dan minder goed:

- Het bloed schoonmaken
- Regelen dat er precies genoeg vocht en zouten in het lichaam zitten

**23. Ruimte voor een eigen vraag & antwoord**

**24. Wat betekent deelnemen aan een zorgprogramma? Hoe leg je dit begrijpelijk uit?**

In een zorgprogramma krijgt u zorg van een team. Er zijn afspraken gemaakt wie wat doet.

**25. Wat is diabetische maculopathie? Hoe leg je dit begrijpelijk uit?**

Bij maculopathie zwelt het midden van het netvlies (de macula) op door vocht. Dit komt vaker voor bij mensen met suikerziekte (diabetes) en bij schade aan de vaten in het oog. Door maculopathie zie je slechter of niets meer in het midden van het oog. De randen eromheen blijf je vaak scherp zien.

**26. Hoeveel % van de COPD patiënten is beperkt gezondheidsvaardig?**

46%

**27. Wat is het verschil tussen een TIA en een CVA? Hoe leg je dit begrijpelijk uit?**

Als de bloedvaten in de hersenen verstopt raken, of als er een scheurtje in een bloedvat komt, kun je een beroerte krijgen. Een stukje van de hersenen krijgt dan niet genoeg bloed en doet het dan niet meer. Dat merk je doordat iets in het lijf het niet meer doet. Dit heet uitval. Voorbeelden van uitval zijn een verlamde arm, een hangende mondhoek of niet meer goed kunnen praten. Bij een TIA duurt de uitval minder dan 24 uur. Als de uitval langer dan 24 duurt, noemen we dat een CVA.

**28. Wat is neuropathie en wat is retinopathie. Hoe leg je dit begrijpelijk uit?**

retinopathie	neuropathie
Problemen aan de ogen. Door diabetes raken bloedvaten makkelijker verstopt. Het bloed kan er niet meer goed door stromen. Ook uw ogen hebben bloedvaten. Om goed te kunnen zien moeten de bloedvaten gezond zijn.	Als de bloedvaten niet goed werken, stroomt er te weinig bloed naar de zenuwen. De zenuwen werken dan niet meer goed. Meestal gebeurt dat het eerst in de voeten. U voelt daardoor niet meer dat er een wondje zit. Dat is gevaarlijk, want dat kleine wondje kan steeds groter en dieper worden.

**29. Waar staat MTVP voor? Hoe zou jij MTVP willen invullen? Meer tijd voor de patiënt.**

**30. Wat is het doel van het opioïden/opiaten protocol?**

Bewust gebruik, afbouwen en monitoren van oxycodon

**31. Bij welke patiënt loop jij uit?**

**32. Veel zorgverleners proberen hun patiënten al zo veel mogelijk bij een beslissing te betrekken. Hoeveel % van de zorgverleners zegt dat zij met de patiënt samen de beslissing neemt?**

46 procent en 37% procent van de patiënten ervaart dit zo

**33. Leg in maximaal 5 zinnen duidelijk aan een collega uit wat diabetes type 2 is**

Diabetes is een ander woord voor suikerziekte.

Bij diabetes zit er te veel suiker in het bloed.

Suiker in het bloed noemen we ook wel **bloedsuiker** of bloedglucose.

Teveel suiker in het bloed is slecht voor het lichaam.

**34. Wat zijn de 5 belangrijkste oplossingsgerichte vragen volgens jou?**

1. Waar hoopt u op
2. Welk verschil zal dat maken?
3. Wat werkt?
4. Wat zal een volgend teken van vooruitgang zijn of wat zou je volgende stap(je) zijn
5. Wie kan je daarbij helpen (hulpbronnen)

**35. Wat vind jij? Geestelijke gezondheidszorg of mentale gezondheidszorg?**

**36. Noem een gezonde snelle maaltijd**

**37. Wat staat bovenaan jouw bucketlist?**

**38. Waar staat MTVP voor? Hoe zou jij MTVP willen invullen? (zie 29)**

**39. Wat doe jij het meest op je smartphone?**

**40. Noem 4 spullen die je dagelijks meeneemt in je tas of zak**

**41. Bij welke dieren in de dierentuin blijf jij wat langer staan?**

**42. Als je iemand voor het eerst ontmoet, waar let je dan op?**

**43. Hoe bepaal je de ziektelast bij COPD?**

**44. Wat is de terugvraagmethode?**

Bij de terugvraagmethode ga na of jouw boodschap goed is overgekomen. Dit doe je door na te vragen om in eigen woorden te vertellen wat er is besproken.

Belangrijk is om de vraag bij jezelf te houden. Je zegt 'Ik wil graag weten of ik het goed heb uitgelegd. Wat gaat u thuis vertellen (of doen?)' Waarbij je de patiënt niet het gevoel geeft dat je hem of haar controleert. Aangehouden is dat deze methode de kennis, therapietrouw en eigen-effectiviteit vergroot.

**45. Wie heb jij als laatste gegoogeld?**

**46. Wat is hartfalen? Hoe leg je dit begrijpelijk uit?**

Bij hartfalen pompt uw hart minder goed bloed rond dan normaal. Hierdoor houdt u vocht vast in uw lijf. U merkt dit doordat uw voeten en enkels dikker worden. Ook wordt u in korte tijd zwaarder. U wordt snel moe als u zich inspant. U kunt zich benauwd voelen.