

# Nieuw perspectief op gezondheid

Het kan natuurlijk niet anders dat Machteld Huber haar nieuwe initiatief, het Institute for Positive Health, gaat onderbrengen in het Huis van de Gezondheid in Amersfoort. Haar focus ligt de komende jaren op het doorontwikkelen en implementeren van positieve gezondheid.

Machteld Huber is *bot*. Een zoekactie op Google levert tien pagina's aan hits op. In de eerste helft van 2015 hield Huber meer dan zestig lezingen en presentaties. Het ging snel na haar ZonMw pareltoekenning in 2012 en nog sneller na haar promotie in 2015. Het begrip positieve gezondheid is ingeburgerd in Nederland en de ontwikkeling gaat door. Wat valt op?

## Het hele leven

Als zorgprofessionals de uitkomst zien van het onderzoek van Huber dan worden ze geconfronteerd met hun beperkte blikveld van gezondheid als "afwezigheid van ziekte", terwijl patiënten gezondheid zien als "betrekking hebbend op het hele leven". Wanneer je de "patiënt centraal" stelt en die brede blik respecteert, kom je bij het spinnenweb met zes pijlers voor positieve gezondheid van Huber uit (zie figuur 1).

Bij het zien van de uitkomst van Hubers onderzoek strijden ongemakkelijkheid en blijdschap om voorrang. Enerzijds is men geschokt over het eigen beperkte blikveld en heeft men vaak een andere kijk op het eigen functioneren. Anderzijds biedt het concept ook een nieuw perspectief. Een combinatie van zorg en welzijn, integrale zorg, een nieuwe ambitie en ontschotting. Het levert in de dynamische, veranderende zorg een lichtpunt op. Uitgaan van de kracht van

lateerde ervaringen (onder andere als voormalig huisarts) passiefol naar voren brengt. Je kunt er niet tegen zijn! Het lijkt een goed idee om Huber in contact te brengen met het actiecomité "Het roer moet om".

## Regionale benadering

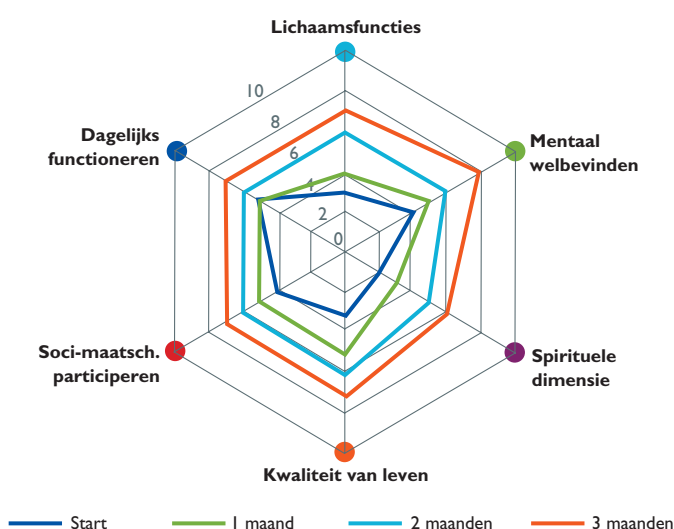
Hoewel veel landelijke partijen en organisaties geïnteresseerd zijn, valt op dat de feitelijke initiatieven vooral in de regio's liggen. Samenwerkingsverbanden

*Hubers visie levert in de dynamische, veranderende zorg een lichtpunt op*

patiënten, aansluiten; die benadering is aantrekkelijk en aanstekelijk. Vooral als Huber haar persoonlijke en werkgere-

van zorg en welzijn, gestimuleerd of gedwongen door de decentralisaties en herpositionering. Waar schotten knellen

Figuur 1: Pijlers voor positieve gezondheid



## Machteld Huber over gezondheidsbevordering

'In mijn werk houd ik mij bezig met gezondheid en het versterken daarvan. In ons land wordt 96 procent van het zorgbudget besteed aan medische zorg en behandelingen, en slechts vier procent aan preventie. Die verhouding zou flink moeten verschuiven! Gezondheidsbevordering zou veel belangrijker moeten worden, want daar valt een wereld te winnen. Zingeving speelt daarin een belangrijke rol. Onder zingeving versta ik dat een mens probeert te beseffen wat voor hem het belangrijkste is in het leven, dat hij daarvan de kern van zijn bestaan maakt en daar de rest van zijn leven als het ware omheen bouwt. Daar ontlenen mensen veel kracht aan. Met *motivational interviewing* help je iemand te vinden waar het hem of haar echt om gaat.'

# daagt eerstelijns zorgverleners uit



Machteld Huber, arts-onderzoeker en initiatiefnemer Institute for Positive Health: 'Gezondheidsbevordering zou veel belangrijker moeten worden, want daar valt een wereld te winnen.'

en een eenzijdige focus op een deel van de zorg of de patiënt tot onvrede leiden en om een nieuw positief elan vragen. Waar patiënten nadrukkelijk meedoen en misschien voor het eerst echt serieus worden genomen. Waar dynamiek is of moet ontstaan. Zo is Huber inmiddels in een aantal proeftuinen met popula-

tiebekostiging actief als katalysator, als aanjager, als mediator. Maar bovenal om haar filosofie van positieve gezondheid uit te leggen en haar definitie van gezondheid "als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van de lichamelijke, psychische en sociale uitdagingen van het leven"

handen en voeten te geven. Patiënten en huisartsen zijn enthousiast over de eerste experimenten met flexibele huisartsenconsulten in een regelvrije ruimte, waarin alle zes de pijlers voor positieve gezondheid aan bod kunnen komen als dat nodig is.

## Passievol vervolg

Huber barst van de energie en ambities. Zorgverzekeraar VGZ investeert in de verdere ontwikkeling en digitalisering van het meetinstrument in samenwerking met het VUmc Amsterdam, zodat het breed beschikbaar wordt. Het Institute for Positive Health verradt de internationale ambitie. Ze heeft haar vaste baan als onderzoeker opgezegd om zich geheel op positieve gezondheid te richten. Gelukkig heeft ze nog tijd gevonden om in de komende Masterclass Eerstelijns Bestuurders in september haar verhaal te vertellen. We sluiten het interview af met het onderwerp "einde levensfase". Ze adviseert het boek *Sterfelijk zijn* van Atul Gawande. De tijd is op, maar dit onderwerp biedt een perspectief voor een passievol vervolg... <<

Jan Erik de Wildt, directeur De Eerstelijns

Figuur 2: Concept Positieve Gezondheid

Lichaamsfuncties	Mentale functies & beleving	Spirituele / existentiële dimensie	Kwaliteit van leven	Sociaal maatschappelijke participatie	Dagelijks functioneren
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Medische feiten</li> <li>• Medische waarnemingen</li> <li>• Fysiek functioneren</li> <li>• Klachten en pijn</li> <li>• Energie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cognitief functioneren</li> <li>• Emotionele toestand</li> <li>• Eigenwaarde / zelfrespect</li> <li>• Gevoel controle te hebben / manageability</li> <li>• Zelfmanagement en eigen regie</li> <li>• Veerkracht resilience</li> <li>• SOC</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zingeving / meaningfulness</li> <li>• Doelen / idealen nastreven</li> <li>• Toekomstperspectief</li> <li>• Acceptatie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kwaliteit van leven / welbevinden</li> <li>• Geluk beleven</li> <li>• Genieten</li> <li>• Ervaren gezondheid</li> <li>• Lekker in je vel zitten</li> <li>• Levenslust</li> <li>• Balans</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sociale en communicatieve vaardigheden</li> <li>• Betekenisvolle relaties</li> <li>• Sociale contacten</li> <li>• Geaccepteerd worden</li> <li>• Maatschappelijke betrokkenheid</li> <li>• Betekenisvol werk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basis ADL</li> <li>• Instrumentele ADL</li> <li>• Werkvermogen</li> <li>• Health literacy</li> </ul>

Uitwerking van 'Health as the ability to adapt and to self-manage, in the face of social, physical and emotional challenges'