

België klaar voor Positieve Gezondheid

Gezondheid is meer dan niet ziek zijn. Daar zijn steeds meer mensen van overtuigd, zo blijkt uit een grootschalig onderzoek van CM bij ruim 8.600 leden. Voor velen van hen hebben ook kwaliteit van leven, sociale contacten, financieel rondkomen, zichzelf accepteren en zinvol leven invloed op hun gezondheid. 'We moeten absoluut op een andere manier naar gezondheid kijken', zegt CM-voorzitter Luc Van Gorp.

'Een toestand van volledig lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk welzijn.' Dat is de definitie van gezondheid die de Wereldgezondheidsorganisatie al sinds 1948 hanteert. Hopeloos voorbijgestreefd, vond de Nederlandse huisarts en onderzoekster Machteld Huber. Zij ontwikkelde een nieuw concept vanuit een veel bredere visie: Positieve Gezondheid. Het nieuwe model, opgedeeld in 6 dimensies met elk 7 aspecten, maakt opgang in Nederland. Ook ons land is er klaar voor. CM legde alle 42 aspecten van Positieve Gezondheid voor aan haar leden en vroeg in welke mate ze volgens hen met gezondheid te maken hebben. Het verdict? Voor welk aspect ook, er zijn nauwelijks mensen te vinden die van oordeel zijn dat ze helemaal niets met gezondheid te maken hebben.

De klassieke lichaamsfuncties scoren nog altijd het hoogst. 97 procent van de respondenten vindt dat aspecten als je gezond voelen, fitheid, slapen, eten of conditie - veel of een beetje - met gezondheid te maken hebben. Maar ook de andere dimensies halen hoge cijfers. Zo is 93 procent van de respondenten ervan overtuigd dat kwaliteit van leven (genieten, gelukkig zijn, lekker in je vel zitten ...) invloed heeft op gezondheid. Voor dagelijks functioneren (zorgen voor jezelf, omgaan met tijd, omgaan met geld ...) is dat 89 %, voor mentaal welbevinden (onthouden, concentreren, jezelf accepteren, omgaan met verandering ...) 88 procent. Ook zingeving (zinvol leven, idealen willen bereiken, dankbaarheid ...) vindt 86 procent van tel voor zijn gezondheid. Meedoen (sociale contacten, samen leuke dingen doen, erbij horen ...) sluit de rij met 82 procent.

'Onze gezondheidszorg gaat er vandaag nog te vaak van uit dat gezondheid hetzelfde is als niet ziek zijn', stelt Luc Van Gorp. 'We ondernemen pas actie als er iets aan de hand is. En dokters zijn er om fysieke en mentale problemen te genezen. Onze leden geven duidelijk aan dat gezondheid voor hen veel meer is dan dat. Het volstaat niet om fysiek in orde te zijn. Om echt gezond te zijn, moeten we ook kwaliteit van leven ervaren.'

Niet verwonderlijk dat aspecten als balans, gelukkig zijn of lekker in je vel zitten door bijna alle respondenten aangeduid worden. Bijna iedereen vindt dat ze - veel of een beetje - met gezondheid te maken hebben. En zelfs de "minst" scorende aspecten (interesse in de maatschappij en omgaan met geld) associeert nog altijd respectievelijk 74 en 78 procent met gezondheid.

Opvallend is ook dat sommige aspecten voor bepaalde groepen meer doorwegen dan voor andere. Zo hechten jongeren meer belang aan klachten en pijn, slapen en eten, terwijl ouderen een veel sterkere link zien tussen gezondheid en onthouden of concentreren. Lager opgeleiden geven hogere scores aan rondkomen met geld en dankbaarheid. Vrouwen aan omgaan met tijd en sociale contacten. Voor wie niet-beroepsactief is (gepensioneerden, werklozen, zieken), scoren zinvol leven en communiceren hoger.

'De verschillen maken duidelijk dat er geen pasklaar antwoord bestaat op de vraag hoe je gezond in het leven moet staan', gaat Luc Van Gorp verder. 'En dat is net de filosofie achter het nieuwe model. Mensen krijgen zelf de regie over hun gezondheid in handen en bepalen zelf welke aspecten voor hen belangrijk zijn. Gezondheid is niet langer een doel, maar een middel om een kwaliteitsvol leven te leiden. Positieve Gezondheid wil werken aan de veerkracht van mensen, zodat ze zich kunnen aanpassen aan de situatie, wat er ook op hun pad komt.'

En dat is meer dan ooit nodig. Luc Van Gorp: 'Heel wat signalen in onze gezondheidszorg staan op rood. Meer dan 400.000 mensen zitten vandaag thuis wegens langdurige ziekte. Dat is het hoogste aantal ooit. En dat net op het moment dat het niveau van onze geneeskunde op het hoogste punt ooit staat. Het klassieke model botst steeds harder op haar limieten. De mensen geven zelf aan dat

het voor hen anders moet. Willen we werk maken van een gezonde samenleving, dan moeten we absoluut op een andere manier naar gezondheid kijken.'

Tijdens een symposium vandaag, vrijdag 1 juni, stelt CM het nieuwe model Positieve Gezondheid voor aan honderden belanghebbenden binnen en buiten de gezondheidszorg. Tegelijkertijd lanceert CM het netwerk Positieve Gezondheid België. Alvast huisartsenorganisatie Domus Medica, Natuurpunt, vrijetijdsorganisatie Pasar en Hasselt Zorgstad engageerden zich om toe te treden. 'Met Positieve Gezondheid België willen we vorm geven aan de gezondheidszorg van morgen en bouwen aan een gezonde samenleving', legt Luc Van Gorp uit. 'De komende maanden zullen we zoveel mogelijk partners overtuigen om samen met ons de nieuwe brede visie op gezondheid uit te dragen.'

Positieve Gezondheid België wil zoveel mogelijk mensen, zowel burgers als professionals, warm maken om met het nieuwe model aan de slag te gaan. Het netwerk zal tools aanreiken, onderzoek uitvoeren, organisaties verbinden en voorstellen doen om Positieve Gezondheid in onze samenleving en onze gezondheidszorg te verankeren. 'We willen impact uitoefenen op het beleid en op de organisatie van de zorg, zodat we bij de keuzes die we maken steeds vertrekken vanuit de brede visie op gezondheid. Samen zetten we zo stappen naar een wereld waarin we ons bij alles wat we ondernemen de vraag stellen of mensen er sterker en gezonder van worden.'

Bijlage:

- Uitgebreide resultaten enquête
- Persdossier Positieve Gezondheid België
- Gespreksinstrument Mijn Positieve Gezondheid (met de 6 dimensies en 42 aspecten)

Voor meer info: Dieter Herregodts, persverantwoordelijke CM, 0475 86 36 71

Meer dan 4,5 miljoen leden schenken hun vertrouwen aan de Christelijke Mutualiteit (CM). CM ijvert voor een toegankelijke en kwaliteitsvolle gezondheidszorg, en behartigt de solidariteit die daarvoor nodig is. Om haar doelstellingen te bereiken geeft CM mee vorm aan het gezondheids- en welzijnsbeleid, biedt ze een professionele dienstverlening aan haar leden, en zet ze mensen aan tot gezond leven.



CM. Hoe gaat het met u?