

Inzicht in persoonlijke gezondheid breed toegankelijk in Nederland

Persoonlijke Gezondheidscheck beschikbaar voor 2,3 miljoen Nederlanders

5 december, 2018

Er is een belangrijke mijlpaal bereikt op weg naar een gezonder Nederland. Een aantal zorgverzekeraars, waaronder De Amersfoortse, ONVZ, VGZ en Zilveren Kruis, boden de Persoonlijke Gezondheidscheck al (gedeeltelijk) aan via hun zorgverzekering. Nu ook Menzis de Persoonlijke Gezondheidscheck per 1 december via haar online gezondheidsprogramma SamenGezond aanbiedt, wordt de check laagdrempelig toegankelijk voor maar liefst 2,3 miljoen Nederlanders. Een heugelijke mijlpaal in het licht van het Preventieakkoord, dat onlangs werd gepubliceerd.

Ook is het een mijlpaal voor de beweging Heel Nederland Gezonder, dat in 2016 is opgericht om het voor alle Nederlanders mogelijk te maken om inzicht te krijgen in hun persoonlijke gezondheid via e-Health. De beweging is geïnitieerd door de Hartstichting, de Nierstichting, het Diabetes Fonds, het Longfonds, de Landelijke Huisartsen Vereniging, het Nederlands Huisartsen Genootschap, GGD GHOR Nederland en &niped¹. De betrokken partijen zetten zich in om persoonlijke preventie via e-Health, zoals de Persoonlijke Gezondheidscheck van &niped, toegankelijk te maken voor alle Nederlanders. Zo worden eigenaarschap over de eigen gezondheid en zelfregie om daarmee aan de slag te gaan mogelijk gemaakt en gestimuleerd. De Persoonlijke Gezondheidscheck is ontwikkeld door &niped en is een gezondheidstest die bestaat uit een online vragenlijst en aanvullende tests die thuis uitgevoerd kunnen worden. De deelnemer krijgt vervolgens een gezondheidsrapport, dat inzicht geeft in eventuele gezondheidsrisico's. Meer dan 70% van de ziektelast in de Westerse wereld wordt namelijk veroorzaakt door 10 risicofactoren (te weinig bewegen, roken, slaapgebrek, calorie-inname, voedingspatroon, verhoogde bloeddruk, teveel stress, overmatig alcoholgebruik, verhoogd cholesterol en verhoogde bloedsuiker). De optelsom van deze factoren biedt inzicht in de eigen gezondheid, waarbij het individu te weten komt welke leefstijlfactoren aangepakt moeten worden. Dat gebeurt bij de Persoonlijke Gezondheidscheck op een manier die voldoet aan de wetenschappelijke en medische richtlijnen.

Medisch directeur en medeoprichter van &niped Roderik Kraaijenhagen, tevens praktiserend cardioloog: "Het voorkomen van ziekten (preventie) start bij inzicht; pas als je weet waar je staat en inzicht krijgt in de knoppen waar je zelf aan kunt draaien, kun je de regie nemen over je eigen gezondheid. Dit zorgt voor legere wachtkamers, wat significant bijdraagt aan de beperking van de stijgende zorgkosten die Nederland op dit moment kent." Ook stimuleert het zelfmanagement, wat de intrinsieke motivatie om gezonder te leven kan versterken. Zo blijkt bijvoorbeeld uit onderzoek dat het aantal mensen dat aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen voldoet, een jaar na de check met 25% is toegenomen. De Persoonlijke Gezondheidscheck is de start van gedragsverandering. De extra maatregelen uit het Preventieakkoord kunnen hiervoor het juiste zetje in de rug geven.

De gezamenlijke ambitie van Heel Nederland Gezonder is om de focus te verleggen van ziekte en zorg naar gezondheid en gedrag door het stimuleren van gezonder gedrag. En daar draagt iedereen zijn steentje aan bij via de overheid, gezondheidsfondsen, artsorganisaties en verzekeraars (verenigd in de Health Deal²), maar ook via werkgevers. Zo hebben al 300.000 Nederlanders inzicht gekregen in hun gezondheid via de Persoonlijke Gezondheidscheck.

De ambities zoals die zijn neergezet in het Preventieakkoord worden waarschijnlijk pas gehaald wanneer mensen naast alle wettelijke maatregelen ook zelf intrinsiek gemotiveerd aan de slag gaan met hun gezondheid. Toegang tot een gezondheidscheck is daarom een belangrijke stap, zodat mensen weten hoe ze ervoor staan en wat ze zelf kunnen doen om gezonder te worden.

¹ &niped is het Nederlands Instituut voor Preventie en e-Health Ontwikkeling en in 2005 opgericht door twee artsen. De Persoonlijke Gezondheidscheck is een product van &niped.

² De Health Deal is in het leven geroepen om drempels op het gebied van kwaliteit en betrouwbaarheid, financiering en gebruiksmogelijkheden weg te nemen en samenwerking te vergemakkelijken. Partners van deze deal zijn, naast de initiatiefnemers van Heel Nederland Gezonder, ook VitaValley, Institute for Positive Health, NPHF, Menzis, Pharos, VWS en EZ.

Meer informatie over Heel Nederland Gezonder is te vinden op
persoonlijkegezondheidscheck.nl/heelnederlandgezonder

Einde persbericht

Noot voor de redactie: voor meer informatie kan contact worden opgenomen met Maarten Molhuizen via
020-2610444 of maarten@niped.nl