

Overzicht gehonoreerde aanvragen 'The Next Step'

10 november 2022

	Titel project	Aanvrager
1	Partner in Balans: (meer) maatwerk voor behoud van mentale gezondheid van mantelzorgers	A. Duits
2	Interventies ter bevordering van gezonde voeding bij kwetsbare groepen zijn klaar voor de next step	K. Bessems
3	The next step voor SuperFIT: opschalen naar de regio	S. Gerards
4	'Zorg die werkt: ziekenhuis brede implementatie van Arbeidsgerichte Zorg in het MUMC+	A. Boonen
5	Verbetering van hersengezondheid in Zuid-Limburg: De 'We zijn zelf het medicijn' boostercampagne	S. Kohler
6	Implementatie Gezonde Basisschool van de Toekomst	O. van Schayck
7*	Gezondheidsbevordering en preventie van ziekte: MUMC+ Vitaliteitsloket	M. Witlox en V. de Vries L.Scheepers E.Werner en S.Engelen G. Wesseling
8	Beweeg bewust +	R. Vanwersch
9	Bevordering van een gezonde leefstijl binnen zorgpaden: een teachable moment.	B. Scheenstra
10	Van klacht naar veerkracht: implementatie van een op Acceptance and Commitment Therapie (ACT) gebaseerde online interventie	J. Dijkstra
11	Limburg4Zero: integrale aanpak Limburg naar nul nieuwe HIV infecties	N. Dukers

** Dit betreft een gecombineerde aanvraag van het Vrouw, Moeder en Kind Centrum, het Maastricht Comprehensive Cancer Center, het Centrum voor Bewegen en het Centrum voor Chronisch Zieken, die ieder als afzonderlijk project zijn beschouwd.*

Titel: Partner in Balans: (meer) maatwerk voor behoud van mentale gezondheid van mantelzorgers
Aanvrager: A. Duits

Samenvatting:

Het aantal mensen met dementie zal als gevolg van de vergrijzing in de komende jaren explosief stijgen. Mensen met dementie moeten langer thuis blijven wonen, waardoor de druk op naasten toeneemt. Ruim de helft (52%) van de naasten (partners, kinderen, familieleden) van mensen met dementie is zwaar belast. Het is van groot belang om de veerkracht van naasten preventief te vergroten en op deze manier overbelasting in een later stadium van het zorgproces te voorkomen. De eHealth interventie 'Partner in Balans' (PiB) richt zich op het aanleren van zelfmanagement vaardigheden en het behouden van een gezonde balans in het dagelijks leven. PiB combineert persoonlijke begeleiding door een coach (bijvoorbeeld casemanager dementie) met thematische modules in een online omgeving. Deze omgeving bestaat uit psycho-educatie en opdrachten. PiB is bewezen effectief in het verbeteren van de zelf-effectiviteit, ervaren controle en kwaliteit van leven van naasten. Deze factoren hangen vervolgens samen met latere opname van de persoon met dementie in een verpleeghuis en minder beroep op de zorg voor de naasten zelf. In de afgelopen jaren is PiB uitgebreid naar andere neurodegeneratieve aandoeningen en ligt het accent op landelijke implementatie en kosteneffectiviteit. In de huidige aanvraag willen we de volgende stap zetten in het implementatieproces door de succes- en belemmerende factoren van PiB in kaart te brengen, zowel voor de naasten (deelnemers) als de coaches, de interventie hierop aan te passen en vervolgens te evalueren. Verbetering van de uitkomsten van een interventie kan de implementatie versnellen en de kans op duurzame borging vergroten.

Titel: interventies ter bevordering van gezonde voeding bij kwetsbare groepen zijn klaar voor de next step

Aanvrager: K. Bessems

Samenvatting:

Drie interventies die zijn voortgekomen uit langdurige onderzoekslijnen binnen het MUMC+ zijn meer dan klaar voor de next step. De gemeenschappelijke noemers zijn dat de interventies zich richten op het bevorderen van gezonde voeding bij kwetsbare groepen, dat onderzoek naar effectiviteit en implementeerbaarheid al heeft plaatsgevonden, en er al duurzame samenwerking is gerealiseerd binnen intersectorale regionale en landelijke partnernetwerken voor zowel de (door)ontwikkeling, evaluatie als implementatie van de interventies. Het betreft het lesprogramma Krachtvoer voor vmbo-leerlingen (krachtvoer.nu), de cursus Goedkoop Gezonde Voeding voor de groeiende groep volwassenen met een kleine beurs (goedkoopgezondevoeding.nl) en de kookcursus Zin in Koken voor volwassenen met een lage sociaaleconomische status en hun gezinnen (zininkoken.nl). Het is bovenal menskracht dat node wordt gemist om de rol vanuit het onderzoeksteam en de verschillende projectteams binnen de bestaande netwerken bij de implementatie en opschaling te kunnen vervullen. Zonder deze versterking is het risico op het onbenut blijven van de interventies ten behoeve van deze belangrijke groep kwetsbare burgers groot. De aangevraagde menskracht wordt ingezet voor kwaliteitsbewaking en -verbetering van de interventies op basis van monitoring en evaluatie van de implementatie, het bevorderen van (regionale) opschaling van interventie-implementatie, implementatie-ondersteuning in de praktijk, kennisdeling met collega-onderzoekers en professionals, en borging door exploratie van structurele financieringsstructuren. Hiermee wordt bijgedragen aan de versterking van selectieve preventie in de regio.

Titel: the next step voor SuperFIT: opschalen naar de regio

Aanvrager: S. Gerards

Samenvatting

SuperFIT is een door de vakgroep Gezondheidsbevordering ontwikkelde aanpak gericht op bevordering van een gezonde leefstijl bij jonge kinderen (2-4 jaar). Deze universele preventie aanpak richt zich op de kinderopvang en thuis. De hoofddoelen van SuperFIT zijn: 1) verminderen van zitten en simuleren van beweging; 2) bevorderen van gezonde voeding; en 3) creëren van een gezonde sociale, fysieke en beleidsomgeving. SuperFIT bestaat uit verschillende interventieonderdelen, zoals training en coaching van pedagogisch medewerkers, aanpassen van het gezondheidsbeleid in de kinderopvang en het stimuleren van een gezonde leefstijl bij gezinnen. Uit evaluatieonderzoek blijkt de SuperFIT aanpak effectief, en is ook erkend als 'effectief' door het Centrum Gezond Leven van het RIVM. Op dit moment wordt SuperFIT geïmplementeerd op alle locaties (n=98) van kinderopvangorganisatie Spelenderwijs & MIK. De implementatie wordt uitgevoerd door Ecsplore, de interventie eigenaar en lokale sport- en beweegaanbieder in de Westelijke Mijnstreek. SuperFIT is toe aan de volgende stap. Het doel van het huidige project is om SuperFIT op te schalen naar regio's buiten het werkgebied van Ecsplore. Hiervoor ontbreken momenteel de tools. We starten met een needs assessment en op basis daarvan ontwikkelen we in co-creatie tools in proeftuinregio Heerlen, samen met regionale uitvoerder Alcander. Daarbij wordt een stapsgewijze overdracht gerealiseerd, begeleid met uitgebreid actie-georiënteerd onderzoek. Ook worden de tools in het tweede jaar gepilot en verder aangescherpt. Als laatste stap wordt er een Community of Practice opgericht, bestaande uit nieuwe uitvoerende organisaties die aan de slag gaan met SuperFIT, waarin de ervaringen en tools gedeeld worden.

Titel: 'Zorg die werkt: ziekenhuis brede implementatie van Arbeidsgerichte Zorg in het MUMC+
Aanvrager: A. Boonen

Samenvatting

Achtergrond

Deelname aan het arbeidsproces draagt bij aan fysiek en mentale gezondheid, ook voor mensen met een (chronische) ziekte. Binnen het MUMC+ zijn de afgelopen 8 jaar diverse initiatieven ontwikkeld om patiënten te ondersteunen in hun wens om aan het werk te blijven (werkbehoud). Het overkoepelende doel is patiënten te ondersteunen in gezonde en duurzame arbeidsparticipatie. De werkgroep "Bruggen Slaan tussen Gezondheid en Werk" heeft deze initiatieven geïnventariseerd en belangrijke barrières voor succesvolle implementatie vastgesteld.

Interventie

Wetenschappelijke kennis over ziekte en arbeidsparticipatie, en de specifieke behoeften van MUMC+ zorgprofessionals en patiënten, hebben in 2020 geleid tot een interventie (zorgmodule en implementatieplan) om arbeidsgerichte zorg in het MUMC+ breed te integreren in de bestaande zorg. De zorgmodule is eenvoudig om *implementationfailure* te vermijden. Ze bestaat uit twee *screeningsvragen*, gevolgd door enkele *verdiepende vragen* om patiënten te onderscheiden volgens (risico)-profielen en dus zorgbehoeften. Eenvoudige zorgbehoeften worden begeleid binnen het medisch team. Bij complexe zorgbehoeften kan de patient verwezen worden naar een *participatiepoli* dan wel een *multidisciplinair overleg (MDO)*. Om de zorgmodule succesvol te implementeren zijn *trainingen* en *intervisie* ontwikkeld voor zorgprofessionals. Gesprekskaarten en gestructureerde achtergrondinformatie zijn als professionele tools ontwikkeld. Deze zorgmodule wordt momenteel reeds ingezet bij reumatologie, orthopedie en MDL.

Implementatie en Borging

Om bovenstaande interventie ziekenhuisbreed te implementeren zijn diverse stappen nodig die onderdeel zullen zijn van de 'Next Step': Alle (onder)-afdelingen moeten kennismaken met de zorgmodule Arbeid (belang en doel) en relevante personen worden getraind. Financiering van de participatiepoli en het MDO moeten verder onderhandeld worden. Een systeem van dataverzameling rond arbeidsparticipatie dient ingericht te worden.

**Titel: Verbetering van hersengezondheid in Zuid-Limburg: De ‘We zijn zelf het medicijn’
boostercampagne**
Aanvrager: S. Kohler

Samenvatting

Zonder remedie zal het aantal mensen met dementie in Nederland verdubbelen tussen nu en 2050. Gelukkig is er de laatste jaren goed wetenschappelijk bewijs gevonden dat een gezonde leefstijl het risico op dementie verlaagt. Echter, slechts 50% van de maatschappij is zich hiervan bewust. In 2018/19 werd daarom in Limburg de voorlichtingscampagne “We zijn zelf het medicijn” uitgerold, waarin mensen geïnformeerd werden over de samenhang tussen leefstijl en hersengezondheid. De campagne is inmiddels succesvol overgenomen door andere GGDs, en het blijkt dat de initiele campagne ongeveer 20% van de doelpopulatie tussen 40-75 jaar bereikt. Verder voelen kwetsbare groepen, waaronder mensen met lage sociaaleconomische status, migratieachtergrond en taalbarrière, zich minder aangesproken, terwijl deze groepen juist een hoger risico lopen op dementie en extra zouden kunnen profiteren. In dit implementatieproject zal een booster campagne in Zuid-Limburg uitgerold worden om naast de algehele bevolking (universele preventie) ook expliciet deze kwetsbare groepen te bereiken en te betrekken (selectieve preventie). We zullen nauw samenwerken en gebruik maken van de inzichten en tools van het landelijke Nederlands Dementie Preventie Initiatief consortium. De eerder Limburgse campagne zal geïntensiveerd en uitgebreid worden, waaronder vertaling van campagnemateriaal en mHealth app, en gekenmerkt worden door een participatieve insteek. Het effect van de campagne zal in een pre-post design in twee onafhankelijke steekproeven geevalueerd worden. De ervaringen en bevindingen van de oorspronkelijke en deze booster campagne zullen de basis vormen van een draaiboek/protocol dat als leidraad moet dienen voor andere GGDs en inspiratie voor vergelijkbare public health initiatieven in de Euregio.

Titel: Implementatie Gezonde Basisschool van de Toekomst

Aanvrager: O. van Schayck

Samenvatting

De Gezonde Basisschool van de Toekomst (GBT) is een interventie bestaande uit een dagelijks gezonde schoollunch, en dagelijks 60 minuten extra spelen beweegaanbod. In een multidisciplinair onderzoek werden positieve effecten gevonden op de BMI Z-score en de buikomvang van kinderen en hun voedingspatroon en beweeggedrag. In het MUMC+ Visiedocument Strategie Gezond Leven 2025 wordt GBT expliciet genoemd. De ontwikkeling van GBT heeft een vlucht genomen met steeds meer scholen die aansluiten. Deze aanvraag is gericht op één van de uitdagingen die deze opschalingsfase met zich meebrengt: het logistieke proces achter het aanbieden van de schoollunch. Op dit moment ligt dit proces op schoolniveau, waardoor het bedreigd wordt mede door de huidige krapte op de arbeidsmarkt in het onderwijs en hoge werkdruk. Daarom is het belangrijk om het implementatieproces achter de lunchvoorziening zo efficiënt mogelijk te maken. Met een bijdrage vanuit de MUMC+ Innovatiegelden voor Preventie kan er een "projectteam" opgericht worden om de regionale implementatie van de GBT te bevorderen. Dit team kan aan de slag om het logistieke proces rondom de lunches op school efficiënter te maken. Hierbij kan gedacht worden aan het opzetten van lokale distributiecentra. In deze centra kan het lunchaanbod voor verschillende scholen samengesteld en verspreid worden. Daarnaast kan het projectteam zich focussen op het opstellen van een stappenplan dat scholen kunnen gebruiken om alles rondom de bestelling, levering en handeling van de lunches zo overzichtelijk en behapbaar mogelijk te maken en kunnen een aantal projectmedewerkers uit het projectteam de scholen ondersteunen bij de implementatie.

Titel: Gezondheidsbevordering en preventie van ziekte: MUMC+ Vitaliteitsloket

Aanvragers: M. Witlox, V. de Vries L.Scheepers, E.Werner en S.Engelen, G. Wesseling

Dit betreft een gecombineerde aanvraag van het Vrouw, Moeder en Kind Centrum, het Maastricht Comprehensive Cancer Center, het Centrum voor Bewegen en het Centrum voor Chronisch Zieken.

Samenvatting

Vitaliteit speelt een belangrijke rol in gezond zijn, worden en blijven. Een belangrijke factor binnen vitaliteit is leefstijl. Een ongezonde leefstijl is sterk geassocieerd met aandoeningen die frequent voorkomen en 89% van alle mortaliteit wordt hieraan toegeschreven. Dit betreft o.a. cardiovasculaire aandoeningen, dementie, artrose, diabetes, kanker, subfertiliteit en zwangerschapscomplicaties.

Het MUMC+ focust op behoud, bevordering en herstel van gezondheid. Positieve gezondheid met een essentiële rol voor preventie en vitaliteit, staat in de strategie van het MUMC+ centraal. Vanuit verschillende disciplines bestaat de wens voor het opzetten van een structuur voor vitaliteitsbevordering in het algemeen en leefstijlverbetering in het bijzonder, en hiermee preventie van (nieuw) ziekte, het creëren van gezonde levensjaren en gezonder oud worden. Het recent gepresenteerde Integraal Zorg Akkoord kan hierin een katalyserende rol spelen.

De spreekkamer is de ideale setting om het belang van vitaliteit en een gezonde leefstijl te bespreken, omdat de confrontatie met ziekte het belang kan onderstrepen. Het kunnen aanbieden van daadwerkelijke ondersteuning is een noodzakelijke vervolgstap.

Het doel van de huidige aanvraag is de implementatie van een vitaliteitsloket en het aansluiten met stakeholders in het werkveld, zowel voor zorg als wetenschap. Dit is een gezamenlijk initiatief van het Vrouw, Moeder en Kind Centrum, het Maastricht Comprehensive Cancer Center, het Centrum voor Bewegen en het Centrum voor Chronisch Zieken. Dit vitaliteitsloket voldoet aan de vraag om voor iedere patiënt in het MUMC+ niet alleen een curatief behandelplan te maken, maar ook een plan voor bevordering van vitaliteit. We sluiten met deze aanvraag aan bij de drie strategische programma's: persoonsgerichte zorg, Voeding en Beweging en Digitalisering van zorgpaden.

**Titel: beweeg bewust +
Aanvrager: R. Vanwersch**

Samenvatting

Beweegklachten staan in de top vier van oorzaken voor verlies van gezonde levensjaren en zorgen voor 25% van de arbeidsongeschiktheid in Nederland (VZinfo, 2022). In 2040 zijn er twee keer zo veel mensen met artrose en door beweegarmoede stijgt het aantal chronische ziekten zoals hart- en vaatziekten, diabetes en depressie. Hierdoor stijgen de zorguitgaven voor beweegklachten van 5,5 miljard in 2015 naar 11,1 miljard in 2040 (Hilderink& Verschuuren, 2018).

Voldoende bewegen draagt bij aan een gezonde leefstijl en kan het risico op chronische ziekten voorkomen. Door beweegklachten te voorkomen en (kosten-) effectief te behandelen is grote maatschappelijke- en persoonlijke winst te behalen.

Het Beweeghuis draagt door het aanbieden van het Beweeg Bewust programma via Maastricht Sport bij aan het activeren- en optimaliseren van beweging bij patiënten ná bezoek aan medisch specialist (Stadspoli) of fysiotherapeut (aangesloten bij het Beweeghuis). Hierbij gaat speciale aandacht uit naar de lage SES patiënten en patiënten met beweegarmoede.

Het Beweeg Bewust programma bestaat uit een intakegesprek door een beweegcoach waarin belemmeringen en behoeften van de deelnemer zichtbaar worden gemaakt middels een motivatievragenlijst, fysieke tests en behoeftepeiling. Vervolgens wordt een op maat gemaakt beweegtraject van 12 maanden opgesteld. Hierbij wordt keuzevrijheid in bewegen / sport gefaciliteerd ter bevordering van de motivatie en de effectiviteit op duurzame gedragsverandering (Ryan & Deci, 2000).

Het Beweeghuis heeft de ambitie om het bewezen effectief Beweeg Bewust programma uit te rollen in aangrenzende gemeenten én om een nieuwe pilot te starten waarbij huisartsen vanuit lage SES wijken in Maastricht direct kunnen doorverwijzen.

Titel: bevordering van een gezonde leefstijl binnen zorgpaden: een teachable moment.

Aanvrager: B. Scheenstra

Samenvatting

Een belangrijk deel van de patiënten in ons ziekenhuis hebben een ongezonde leefstijl of relevante nevenbevindingen (roken, overgewicht, beweegarmoede, angst en depressie). Deze factoren vormen niet alleen een risico op de lange termijn (hart- en vaatziekten, COPD, artrose, maligniteiten) maar vergroten ook het risico op negatieve uitkomsten tijdens het doorlopen van een zorgpad voor een acute of chronische aandoening.

In 2020 is de afdeling hartchirurgie begonnen met een gerandomiseerd onderzoek naar het effect van een gepersonaliseerd programma ter promotie van een gezonde leefstijl voor onze operatieve patiënten. Voor belangrijke domeinen hebben we met ons multidisciplinair team (stop met roken poli, diëtetiek, fysiotherapie, psychologie) screening- en behandelmodules gemaakt om een gezonde leefstijl te stimuleren. De screening en behandeling wordt geregistreerd door een casemanager en uitgevoerd door betrokken paramedici met ondersteuning van digitale zorg.

De eerste resultaten van ons onderzoek laten een hoge prevalentie zien van nevenbevindingen, maar ook een hoge bereidheid om te participeren in onze leefstijlmodules. Het begin van een zorgpad blijkt het juiste moment voor een “teachable moment” om patiënten te motiveren voor leefstijlverandering. De ervaringen van afgelopen 2 jaar hebben ons overtuigd dat we deze zorg in de toekomst aan al onze patiënten willen aanbieden door een duurzame implementatie binnen ons zorgpad en eenvoudig uit te breiden naar andere zorgpaden. Het zorgpad hartchirurgie is een van de geprioriteerde zorgpaden binnen het Data2Care project en wij zien The Next Step als dé kans voor een duurzame implementatie van leefstijlverandering binnen diverse zorgpaden met integratie binnen het programma Digitale Zorg. Dit past binnen de visie van een participatief gezondheidsmodel, met ondersteuning van digitale technologie.

Titel: Van klacht naar veerkracht: implementatie van een op Acceptance and Commitment Therapie (ACT) gebaseerde online interventie

Aanvrager: J. Dijkstra

Samenvatting

De eerste stap is gezet, namelijk de implementatie van een (blended) op ACT-gebaseerde eHealth interventie bij de afdeling Medische Psychologie in het MUMC+, om zo de mentale veerkracht van onze patiënten te vergroten. Veerkracht kan worden gezien als het vermogen om te herstellen van stress en tegenslag waaronder ziekte. The next step is een regionale implementatie en evaluatie van deze interventie om zo de expertise en daarmee samenhangende kosten van zorg beter te verdelen en te benutten. Drie settingen in de regio worden hierbij betrokken, namelijk de Academie voor Patiënt en Mantelzorger (APM) in het MUMC+, de huisartsenpraktijk via de POH-GGZ/ZIO en de GGD Limburg waaronder basis- en middelbare scholen. Door implementatie van deze ACT interventie in de verschillende settingen wordt de volledige preventiepiramide gevuld. Het vergroten van mentale veerkracht is namelijk voor iedereen van belang!

ACT is een derde generatie gedragstherapie en heeft zijn effectiviteit bij verschillende doelgroepen ruimschoots bewezen en is daarmee een transdiagnostische interventie. ACT vergroot de veerkracht en mentale flexibiliteit van mensen met en zonder pathologie en kan daarmee ingezet worden in het kader van preventie van mentale en somatische klachten. Investeren in gedragsverandering draagt bij aan het mentale en lichamelijk welzijn van mensen, vermindert de druk op de zorg, verlaagt de zorgkosten en zorgt ervoor dat mensen langer gezond en vitaal leven. Dit maakt deze ACT interventie bij uitstek geschikt voor preventie en gezondheidsbevordering in het MUMC+ en in de regio. Goede mentale gezondheid is geassocieerd met een 15 tot 20 jaar langere levensverwachting onder meer door sneller herstel van lichamelijke ziektes. Het project past daarmee binnen de kabinetsaanpak 'Mentale gezondheid: van ons allemaal' en binnen de strategie Gezond Leven van het MUMC+.

"no health without mental health"

M. Prince, 2007

Titel: Limburg4Zero: integrale aanpak Limburg naar nul nieuwe HIV infecties.

Aanvrager: N. Dukers:

Samenvatting:

Nederland kan het eerste land ter wereld worden met nul nieuwe HIV infecties.

In Limburg werken we aan dit doel met de preventieve aanpak (interventie) 'Limburg4Zero', ontwikkeld door GGD Zuid Limburg en MUMC+. Het is een integrale aanpak voor selectieve preventie voor mensen met een risico op HIV. De aanpak richt zich op het voorkomen van nieuwe HIV infecties en voorkomen van late HIV diagnoses [door regelmatig testen en tijdige behandeling] en het bevorderen van positieve seksuele gezondheid [door op-maat preventief advies]. Succes hangt grotendeels af van het tijdig bereiken van de juiste mensen. Daarom zet Limburg4Zero onder andere in op zorg-op-afstand, om autonomie te vergroten en barrières weg te nemen (bv reistijd, stigma), en zet Limburg4Zero in op mobiliseren van de juiste kanalen om het preventie aanbod onder de aandacht te brengen. Limburg4Zero is er voor degenen die de weg naar (reguliere) preventie onvoldoende weten te vinden en daardoor op een later moment met een (vermijdbare) zorgvraag geconfronteerd worden. Ook zet Limburg4Zero in op versterken van de netwerkstructuur rondom Hiv preventie. Limburg4Zero is samen met stakeholders op basis van Intervention Mapping en gedragsveranderings- en implementatie theorieën ontwikkeld en geëvalueerd als bewezen effectief in twee afgeronde MUMC+/CAPRHI promotieonderzoek. In lopend MUMC+/CAPRHI promotie onderzoek werd pilot implementatie getest van thuisafname testen en online preventieve adviezen en is implementeerbaar en haalbaar gebleken in de regionale praktijk. Met The Next Step bestendigen en versnellen we de implementatie en netwerkstructuur in de regio. De aanpak sluit aan bij de Strategie Gezond Leven van het MUMC+.