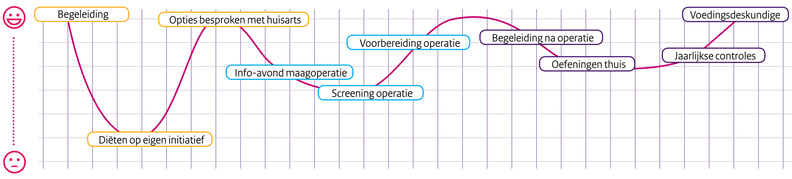
Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd
Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

De cliëntreis van Frederique

Doel: Goede persoongerichte leefstijlbegeleiding voor volwassenen met overgewicht of obesitas

Frederique heeft obesitas en wil iets doen aan haar gewicht. Ze heeft gesprekken met haar huisarts, die verwijst haar eerst naar een diëtist en een tijd later naar een kliniek voor een maagoperatie. Tot slot krijgt ze hulp van een voedingsdeskundige. Deze infographic beschrijft belangrijke momenten in de aanloop naar de maagoperatie en de zorgverlening na afloop. Haar ervaringen laten uitdagingen zien die kansen bieden voor het verbeteren van de persoonsgerichte leefstijlbegeleiding in Heerlen.

Emotielijn



Begeleiding van diëtist

Ik melde me bij de huisarts die verwees me naar een diëtist. In een traject van 9 maanden viel ik 10 kg af.

blij met traject

Diëten op eigen initiatief

Ik wilde nog meer afvallen, daarom volgde ik een aantal diëten. Dat deed ik samen met mijn moeder.

mist begeleiding

Ik miste begeleiding bij de diëten die ik volgde op eigen initiatief.

Opties besproken met huisarts

Ik nam contact op met mijn huisarts vanwege rugklachten. Ik had al wel vaker gesproken over gewichtsverlies met hem. Hij voerde dit gesprek met mij op een prettige manier. Hij zei niet je bent te zwaar, maar nam ook echt de tijd voor mij en zocht mee naar een oplossing. De huisarts heeft een aantal opties genoemd. Ik ben toen verwezen naar een kliniek voor een informatieavond over een maagoperatie.

blij met contact huisarts

Info avond maagoperatie en beslissen

De informatieavond was in een naastgelegen dorp. De uitleg over het traject dat ik kreeg was heel duidelijk: '90% moet je zelf doen.' Het besluit om voor een maagoperatie te kiezen nam ik met mijn huisarts, ook mijn zus had een belangrijke rol.

Tevreden over informatievoorziening

Screening voorafgaand aan maagoperatie

Ik had een intake die bestond uit gesprekken met een diëtist, psycholoog en verpleegkundige, die vond ik goed. Daarna werd besloten welk traject ik zou gaan volgen. Er zaten mensen in mijn groep die boos waren omdat ze niet het traject kregen dat ze wilden. Het is niet voor iedereen altijd het juiste moment voor een maagoperatie.

Tevreden over de screening, maar niet iedereen

Wanneer een cliënt niet in aanmerking komt voor een maagoperatie ontbreekt soms een passend alternatief. Door een lappendeken aan aanbod, of door wachtlijsten. Mensen krijgen dan geen passende zorg (ze laten zich bijvoorbeeld behandelen in het buitenland en melden zich met complicaties of staan op een wachtlijst voor de GGZ).

Voor de huisarts is niet altijd duidelijk wat er zich afspeelt in het traject van de cliënt. Andersom is vanuit de kliniek het contact met de huisarts, bijvoorbeeld bij de opkomst op informatiedagen niet optimaal.

Voorbereiding en maagoperatie

De voorbereiding op de operatie bestond uit groepssessies gedurende 6-8 weken. Er was een flexibele startdatum in het voorbereidingstraject, dat werkte voor mij goed in mijn drukke werkschema. Mijn familie en vrienden hebben me heel erg ondersteund direct na de operatie. Daarnaast is een flexibele werkgever belangrijk. Ik had wat langer herstel nodig na mijn operatie, dat was geen probleem voor mijn werkgever.

Blij met flexibele werkgever

Begeleiding na maagoperatie

Na de maagoperatie was er een traject van 6 tot 9 weken, weer in groepssessies. We zaten een dagdeel per week bij elkaar met 10 personen, je leerde daar o.a. wat je wel en niet kon eten. De eerste keer in de groep met 10 man vond ik erg wennen. Maar ik was er uiteindelijk heel blij mee en heb er nog veel contacten aan overgehouden.

Positief verrast door groepsdynamiek

Oefeningen thuis

Ik kreeg oefeningen die je thuis kan doen voor spieropbouw. Het is een keuze of je die ook daadwerkelijk doet. Zelf ging ik naast de oefeningen twee keer per week naar de sportschool, voor mij is dat goed. Ik heb daartoe geen financiele belemmering. Het is je eigen verantwoordelijkheid of je je oefeningen doet of niet. En een stuk wandelen kan altijd.

Gemotiveerd om op eigen initiatief te bewegen

Jaarlijkse nacontroles

Ik ging elk jaar op controle bij de kliniek, 7 jaar lang. Mijn bloedwaarden werden daar gecontroleerd en ik kreeg een fietsproef. Veel mensen in mijn groep deden niet aan deze nazorg omdat ze het te duur vonden. En het vanuit hun eigen risico moesten betalen. Voor mij gold dat niet. Je bent lid voor het leven zei iemand, dat is zo.

Tevreden over duidelijke informatie over nazorg

Bij veel cliënten lijkt niet bekend dat er zorg kan worden verleend uit het nazorg traject bij de kliniek, bijvoorbeeld door een diëtist.

Wanneer een cliënt gebruik wil maken van het nazorg traject kost dat het eigen risico

Voedingsdeskundige

Ik ben tot 92 kg gekomen en toen weer 8,5kg aan gekomen. Omdat mensen in mijn omgeving naar een voedingsdeskundige gingen, koos ik daar ook voor. Iedereen kreeg hetzelfde schema, het is daardoor gemakkelijker om met anderen te eten. Ook is het qua werk gemakkelijk om uit te gaan van een voedingsschema, omdat 6x per dag eten anders een uitdaging is. De voedingsdeskundige heeft zelf een gastric bypass gehad, daardoor voelde ik me prettig bij haar. Ik bezoek haar nu elke week.

Heel tevreden over begeleiding voedingsdeskundige

Images by pch.vector on Freepik