

NVHV 28-9-21

Eenvoudige uitleg

Laaggeletterdheid en gezondheidsvaardigheden

Jolanda van der Velden, huisarts



Missie

Het terugdringen van grote gezondheidsverschillen.

Uitgangspunt

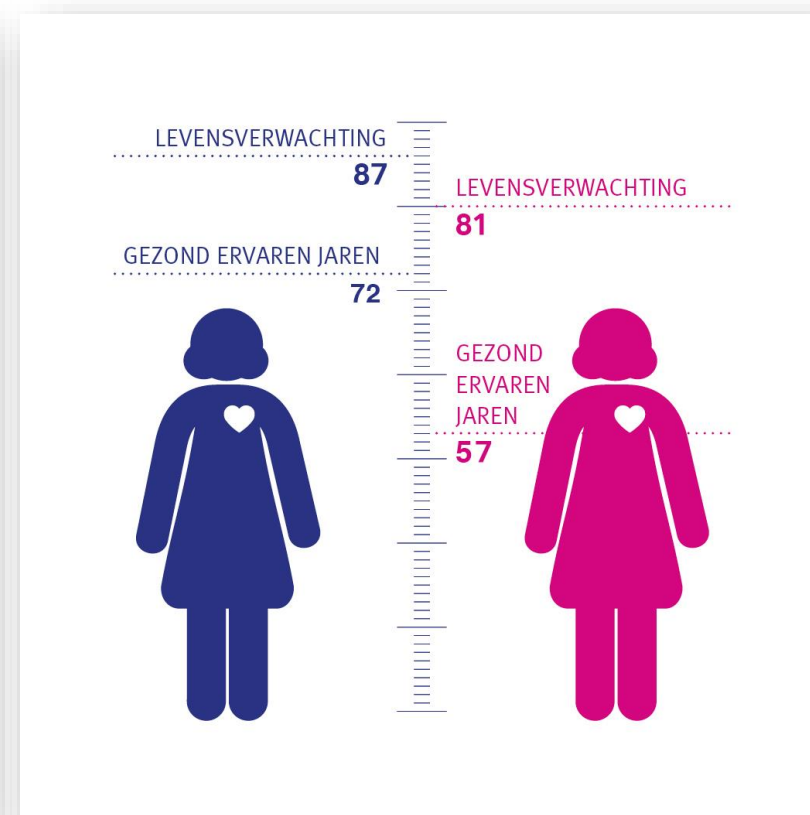
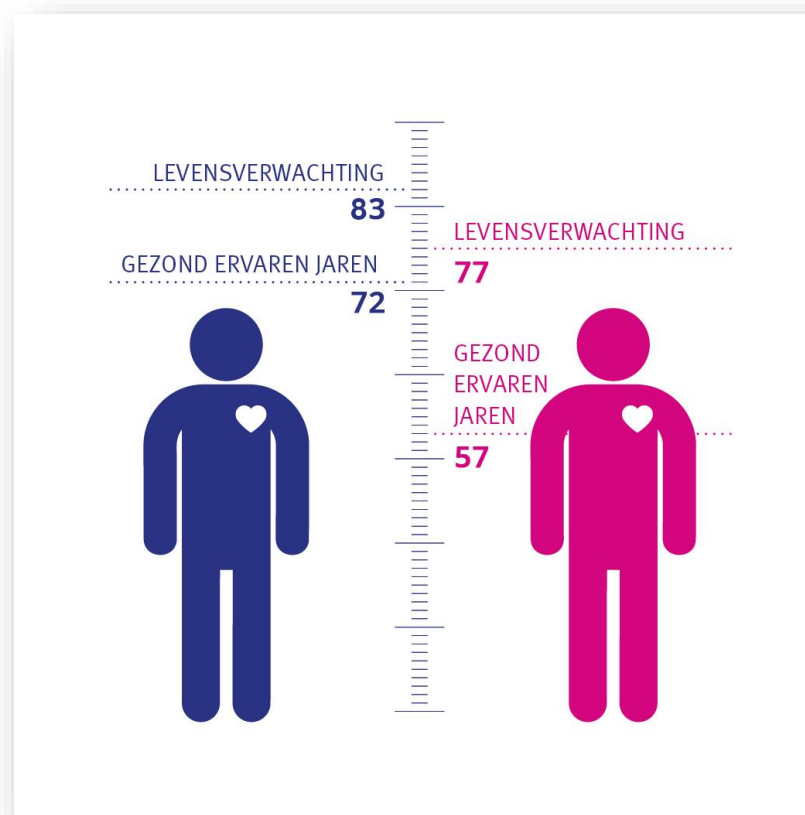
Gezondheid en kwaliteit van zorg voor iedereen in Nederland.



Gezondheidsverschillen

Mensen met een laag onderwijsniveau:

- Overlijden zes jaar eerder
- Leven 15 jaar in minder goed ervaren gezondheid



Inhoud

- Laaggeletterdheid en gezondheidsvaardigheden
- Duidelijke communicatie
- Eenvoudig beeldmateriaal

IS UW PRAKTIJK KLAAR VOOR LAAGGELETERDEN?

Check [hier](#) waar u staat. Maakt u het verschil?



Komt dit bekend voor?

Zorgverlener:

“Ik dacht dat we een goed gesprek hadden, hij knikte en glimlachte vriendelijk. Maar op het tweede consult bleek hij het niet te hebben opgepikt...”

Gezondheidsverschillen



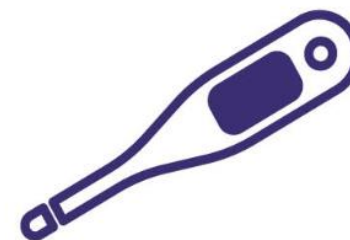
2,5 miljoen

Nederlanders zijn laaggeletterd



18%

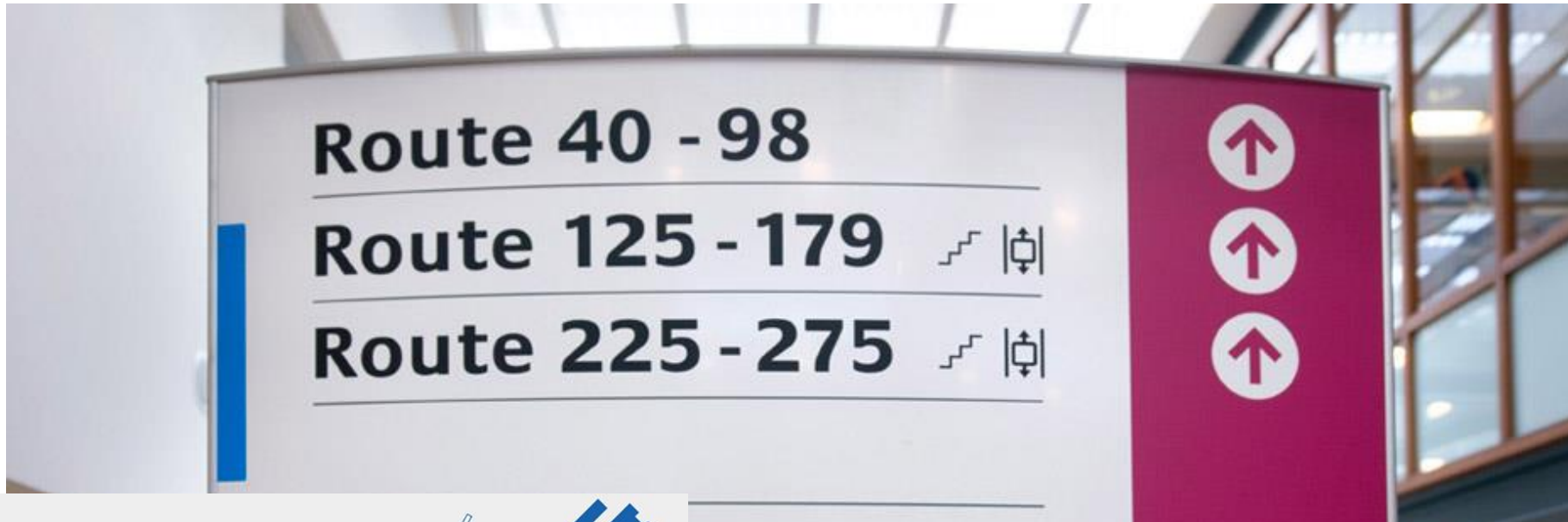
van de Nederlanders is digistarter




1 op de 3

Nederlanders heeft beperkte
gezondheidsvaardigheden

De weg vinden in een ziekenhuis (letterlijk!)



 UMC Utrecht

Routeplanner

Van:

Naar:

Starts

Route

Overz


Print

39 nov

Viagem

- Cardiothoracale chirurgie (verpleegafdeling, UMC Utrecht)
- Cardiothoracale chirurgie, receptie 24b (polikliniek, UMC Utrecht)
- CCU (verpleegafdeling, UMC Utrecht)
- Centraal inschrijven (UMC Utrecht)
- Centrum voor Thuisbeademing (UMC Utrecht)
- CF Centrum, receptie 14 (polikliniek, WKZ)
- Chirurgie, receptie 23 (polikliniek, UMC Utrecht)
- Chirurgie, receptie 8 (polikliniek, WKZ)
- Collegезalen (UMC Utrecht)
- Computerleerzalen (UMC Utrecht)
- CT Scan, receptie 18 (polikliniek, WKZ)
- Dagbehandeling Kameleon, receptie 19 (verpleegafdeling, WKZ)
- Dermatologie (verpleegafdeling, UMC Utrecht)
- Dermatologie, receptie 21b (polikliniek, UMC Utrecht)**
- Dermatologie, receptie 4 (polikliniek, WKZ)
- Diabetes, receptie 4 (polikliniek, WKZ)
- Dialyseafdeling (UMC Utrecht)
- Dienst levensoriëntatie en geestelijke verzorging (UMC Utrecht)
- Diëtetiek, receptie 4 (polikliniek, WKZ)
- Endocrinologie, receptie 4 (polikliniek, WKZ)

Eerste verdieping: Loop van Hoofdingang (UMC Utrecht) naar Cardiologie, receptie 24b (polikliniek, UMC Utrecht)



Medische Psychologie	53
Neurologie	5
Nucleaire Geneeskunde	81
Orthopedie	45
Radiologie	1
Urologie	93
Wondcentrum	75

Gevolgen voor de gezondheid



Wat moet er op het etiket?

	Beperkte gezondheidsvaardigheden % goed geantwoord	Voldoende gezondheidsvaardigheden % goed geantwoord
2 x per dag 2 capsules	30,20%	58,10%
ochtend 2 capsules, avond 2 capsules	78,60%	97,70%

Nieuwe tekst wordt beter begrepen door iedereen!

Herkennen van laaggeletterdheid

Wees alert bij:

- Liever langskomen dan bellen
- Vaak herhaalmedicatie te laat of dubbel
- Patiënt stelt nooit vragen
- Instructies worden niet opgevolgd – Geen verbetering klachten
- Smoezen



"Dat formulier vul ik thuis wel in."



"Ik schrijf zo onleesbaar, doet u dat maar voor me."



"Oh, ik dacht dat de afspraak morgen was."

"Ik ben mijn bril vergeten."

"Kunt u mij even helpen met invullen?"

Vermoeden en dan?

Normaliseer lees- en schrijfproblemen:

- Zorg voor vertrouwde sfeer
- Benoem welk signaal je ziet
- Vertel dat veel mensen dit moeilijk vinden

*Bv: 'Veel patiënten hebben moeite met deze formulieren,
hoe is dat voor u?'*

Communicatie



**'EEN NEGATIEVE
UITSLAG KRIJGEN'**

- Mondeling
- Schriftelijk
- Digitaal
- Beeldmateriaal

Leg uit in eenvoudige woorden:

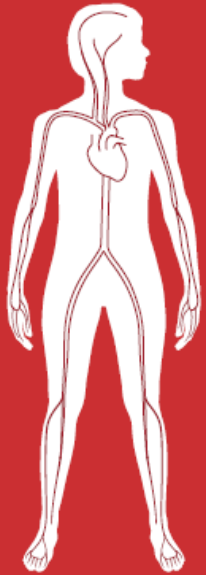
Wat is hypertensie?
Wat is hypercholesterolemie

Duidelijke communicatie

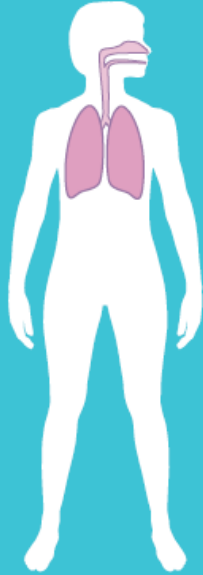
- Veronderstel geen basiskennis van het lichaam
- Beperk de hoeveelheid informatie
- Wees zo concreet mogelijk
- Stel open vragen: 'Welke vragen heeft u nog?'
- Gebruik beeldmateriaal

Begrijp je lichaam

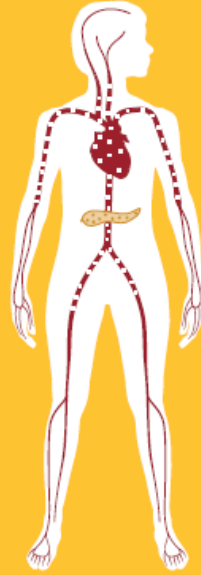
Hart en bloedvaten



Luchtwegen



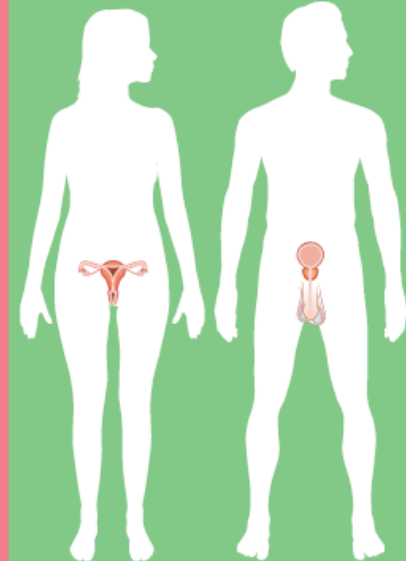
Diabetes



Maag-darmstelsel

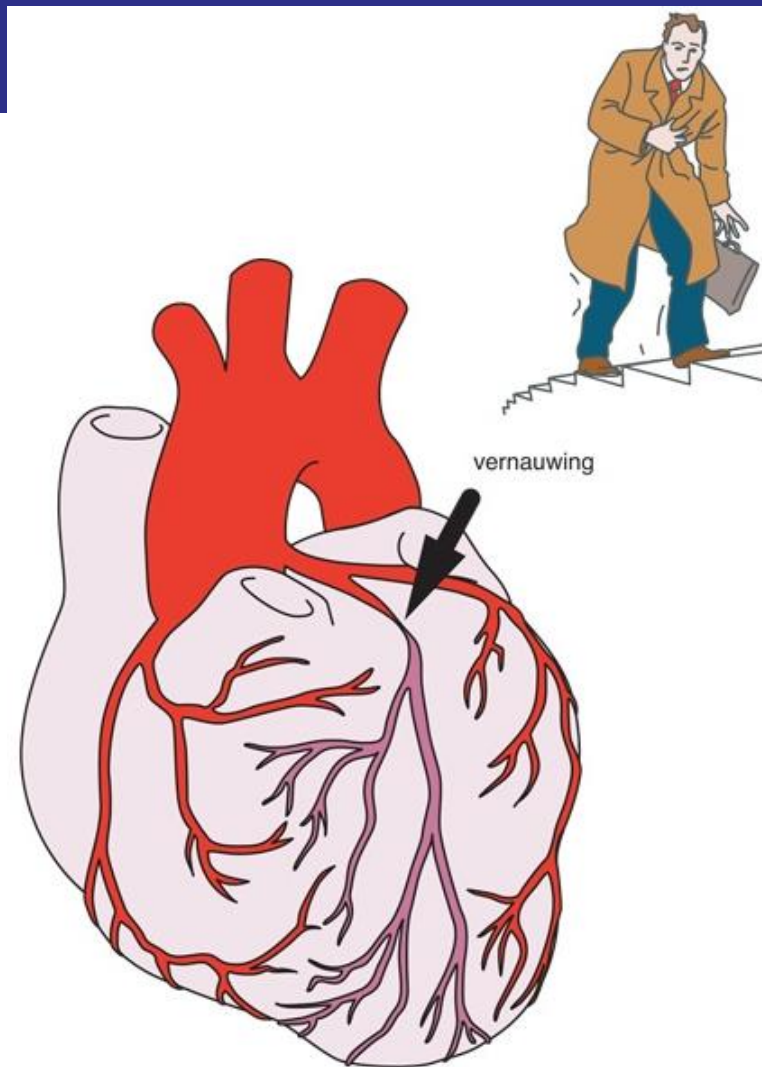
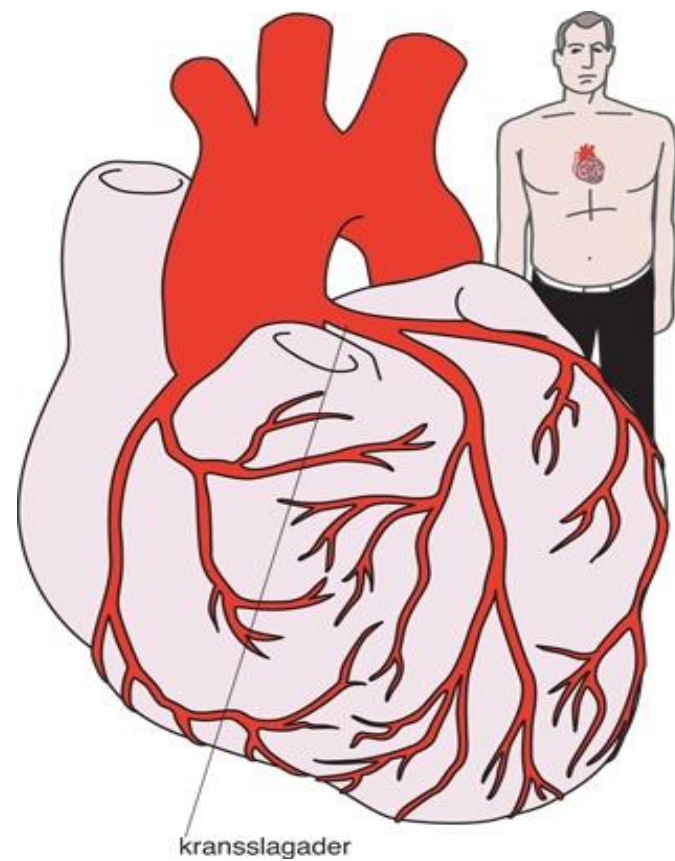


Seksualiteit en
voortplanting

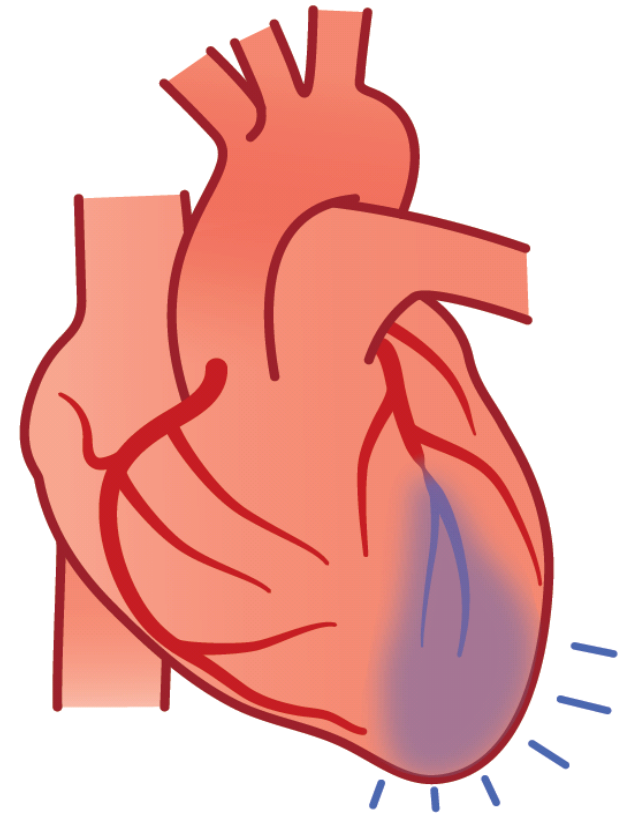
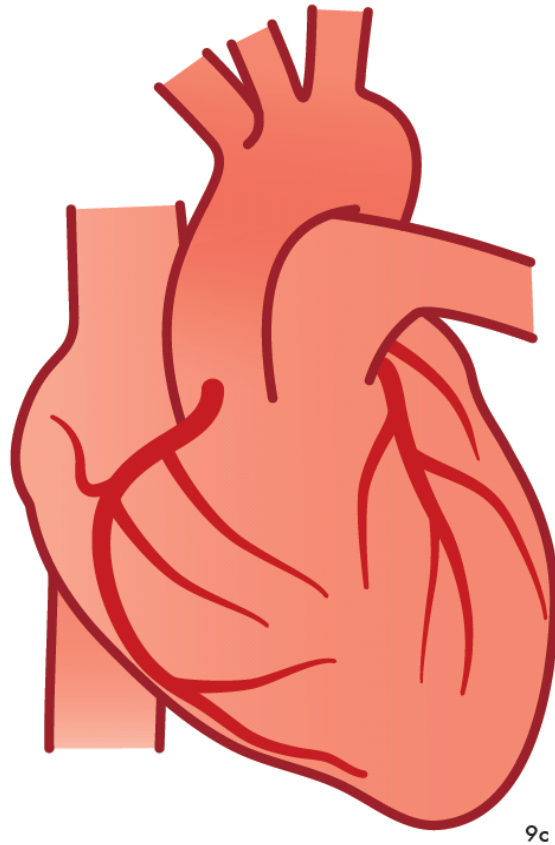
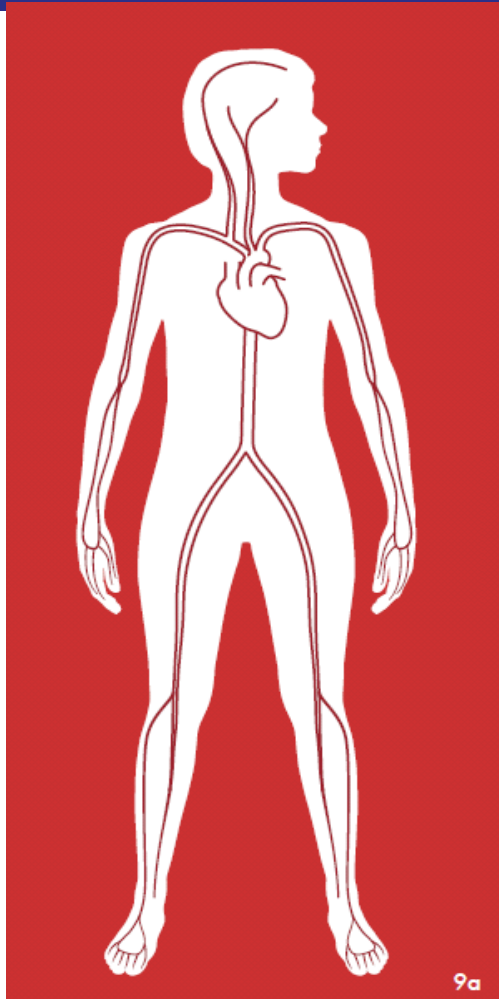


www.begrijpjelichaam.nl

Voorlichting: thuisarts.nl

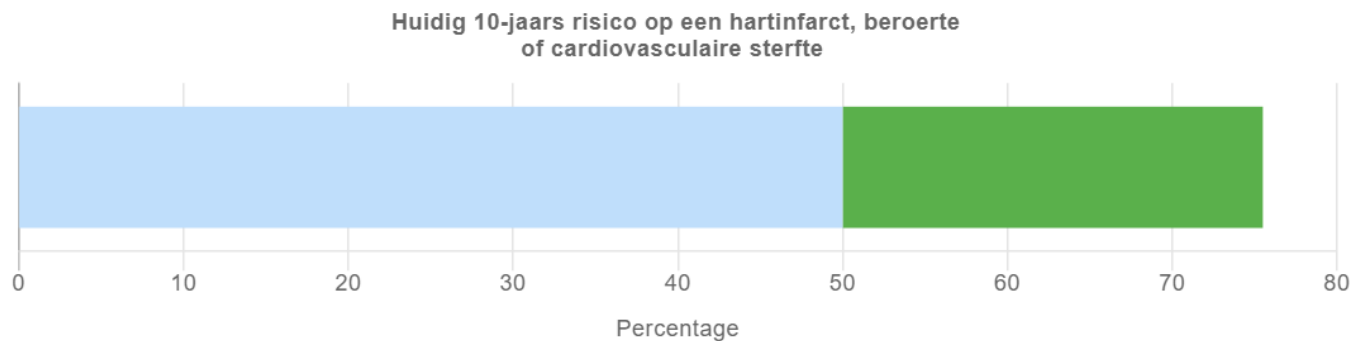


Voorlichting: Begrijp je lichaam



Risicofactoren – Reductie - NNT

10-jaars risico



76%

Huidig risico ⓘ

25.5%

Reductie door behandeling ⓘ

4

10-jaars NNT ⓘ

Toekomstige behandeling ⓘ

Systolische bloeddruk

< 140 mmHg

LDL-cholesterol

< 2.6 mmol/L / < 100 mg/dL

Bloedverduunners



Resetten

Terugvraagmethode

- Vraag iemand om in zijn eigen woorden te vertellen wat je hem zojuist hebt uitgelegd
- Blijkt dat iemand het niet heeft begrepen? Vul aan of stel bij
- Geef iemand niet het gevoel dat je hem controleert: houd de vraag bij je zelf



Handboek diabetes en COPD



Eenvoudige uitleg over diabetes

- Wat is diabetes?
- Wat kunt u zelf doen?
- Wie helpt u?

Dit handboek voor de patiënt kunt u bestellen via pharos.nl/webshop

Handleiding
gesprekskaart en
handboek COPD

Take home message

- Persoonsgerichte zorg
- Wees alert op herkennen van laaggeletterden en beperkte gezondheidsvaardigheden
- Gebruik beeldmateriaal
- Gebruik de terugvraagmethode



Doen!!

Dank voor uw
aandacht

Welke vragen heeft u nog?



jolanda.vandervelden@pharos.nl

Handige websites

- Website Pharos: www.pharos.nl
- LHV toolkit laaggeletterdheid: www.lhv.service/toolkit-laaggeletterdheid
- Begrijp je lichaam: www.begrijpjelichaam.nl
- www.gezondheidsvaardigheden.nl
- www.huisarts-migrant.nl

Disclosure belangen spreker

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Geen