



GEZOND EN ZELFREDZAAM

MET E-HEALTH

INHOUD

01 | Voorwoord: Gezond West-Brabant

02 | Een wereld te winnen

03 | Zelfredzaam met E-Health

04 | Colofon

VOORWOORD

GEZOND WEST-BRABANT

GEZAMENLIJKE ZOEKTOCHT

Uw gemeente heeft te maken met maatschappelijke ontwikkelingen die vragen om scherpe en weloverwogen keuzes in het beleid en de begroting. Hoe houdt u hierbij rekening met online toepassingen waarbij mensen zelf hun gezondheid volgen? Met digitale ondersteuning waar mogelijk en 'face-to-face contact' wanneer gewenst. Dit is een gezamenlijke zoektocht van gemeenten, inwoners en partners hoe dit goed te doen.

WINST VOOR INWONERS

Je gezondheid in de gaten houden of verbeteren kan tegenwoordig ook online via apps, gezondheidschecks, een eigen gezondheidsdossier, beeldbellen met een arts of het online inplannen van afspraken. Want meer inzicht in je eigen gezondheid en tools om hiermee aan de slag te gaan, dát is winst voor de inwoners in uw gemeente.

GEZOND MEEDOEN

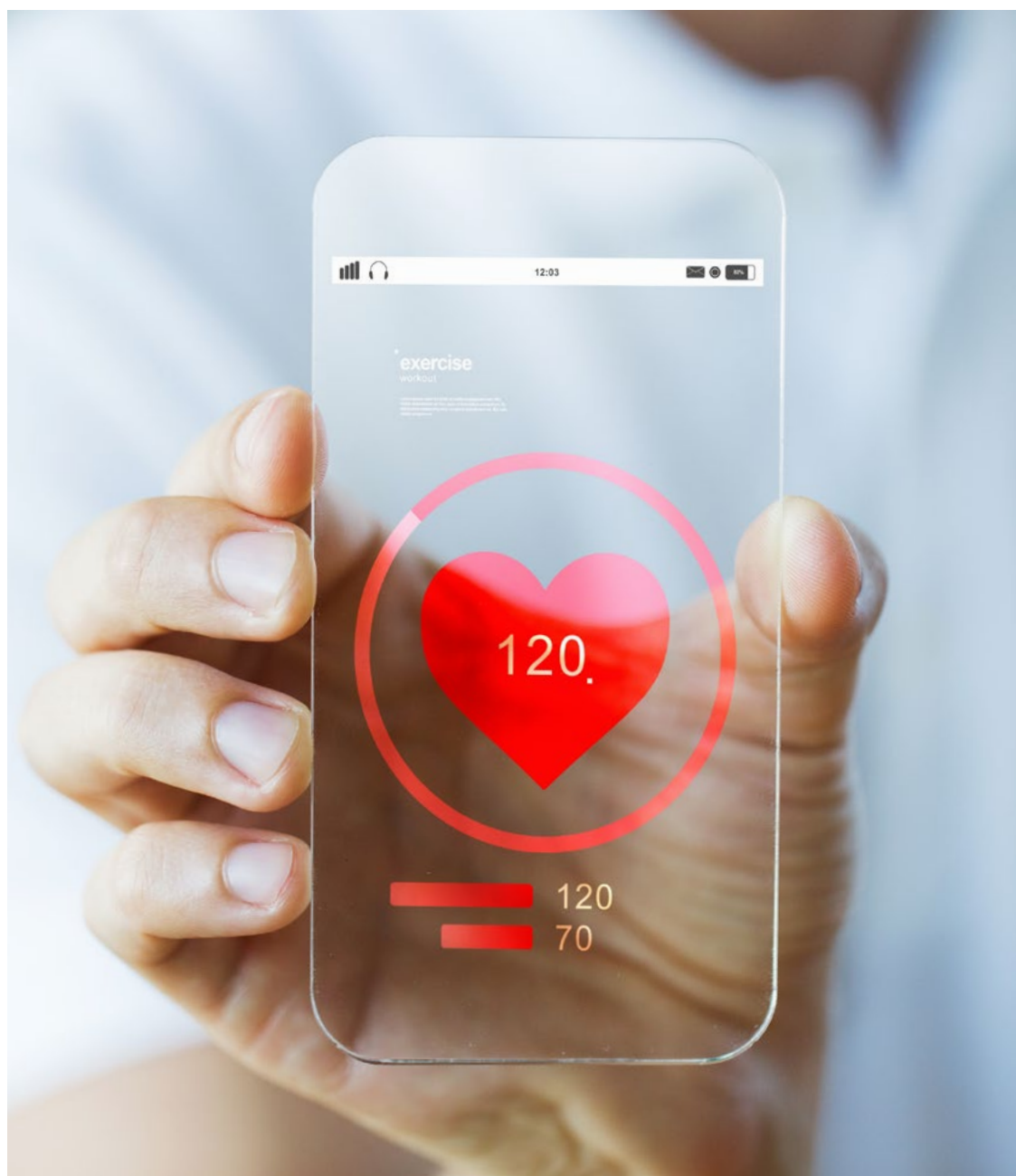
In deze speciale uitgave leest u verhalen over e-health als middel om gezond mee te doen. Ik wens u veel inspiratie en leesplezier.



Annemieke van der Zijden
directeur publieke gezondheid

*Cock Vermolen, directeur Zorgbelang Brabant en
Bert Mulder, lector Informatie, Technologie en Samenleving aan De Haagse Hogeschool*

EEN WERELD TE WINNEN



De ontwikkelingen rondom e-health zijn talrijk en volgen elkaar in snel tempo op. Cock Vermolen, directeur Zorgbelang Brabant en Bert Mulder, lector Informatie, Technologie en Samenleving aan De Haagse Hogeschool, werpen ieder vanuit hun vakgebied een blik vooruit.

KOUDWATERVREES

Terwijl er al veel mooie toepassingen beschikbaar zijn, blijft de zorg achterlopen in de digitale ontwikkelingen. Hoe kan het dat we onze hand niet omdraaien voor het online boeken van een intercontinentale vlucht, maar dat een digitale afspraak maken met je zorgverlener nog steeds lastig is? Volgens Cock Vermolen heeft het deels te maken met privacykwesties en angst voor onzorgvuldigheid, maar is het vooral koudwatervrees. "Mensen moeten eraan wennen dat ze zorgzaken soms net zo makkelijk digitaal kunnen regelen als hun financiën of vakanties; vaak weten ze ook niet wat er al kan."

BETROKKEN EN ZELFREDZAAM

Daar ligt een taak voor zorgaanbieders, professionals en zeker ook gemeenten, vindt Vermolen. "Zij kunnen mensen erop wijzen hoe zij digitaal een afspraak kunnen maken of een e-consult regelen, hoe zij eenvoudig hun eigen gezondheid kunnen monitoren en daardoor soms problemen voorkomen. Denk aan stappen- en calorieëntellers, bloeddrukmeters, apps die je aan je medicijnen herinneren of zelfs je snurkgedrag bijhouden. Zo kan lotgenotencontact via sociale media mensen enorm helpen en kan een eenvoudige buurt-app zorgen voor meer betrokkenheid en zelfredzaamheid."

BENUT WAT ER AL IS

Via de EHealth Meetlat onderzocht Zorgbelang de digitale dienstverlening van zorgverleners in Brabant. Ook hieruit bleek dat het aanbod van digitale basisdiensten nog geen gemeengoed is. Op enkele koplopers na. "Samen met hen willen we andere partijen inspireren en de basisvoorzieningen beter toegankelijk maken. Vooralsnog geen nieuwe dingen bedenken, maar juist benutten wat er al is. Basiszaken zoals online contact met je zorgverlener, afspraken maken, waarden doorgeven en je eigen gegevens inzien... Alleen daar al is er een wereld te winnen, en dat is nog maar het begin."



“Het is eigenlijk oneerlijk verdeeld”, stelt Bert Mulder. “Enerzijds worden de meest eenvoudige toepassingen, zoals digitaal een afspraak maken, in de praktijk amper gebruikt. Tegelijkertijd zijn er al toepassingen mogelijk die bij wijze van spreken levens kunnen redden, maar die nog niet de markt op kunnen. Hier moet namelijk eerst een samenhangend systeem voor komen en dat is ongelooflijk ingewikkeld.”

IDEAAL PLAATJE

Op het gebied van medicijnen is dat uiteindelijk gelukt, legt Mulder uit. “In ons land zijn medicijnen beschikbaar voor alle 18 miljoen inwoners. Ze voldoen aan allerlei eisen, hebben een bijsluiter, we kennen de bijwerkingen en interactie met andere middelen, het is duidelijk wie ze mag voorschrijven of verkopen, enzovoort. Zo’n systeem moet er ook komen voor e-health toepassingen. Idealiter gaat een zorgvrager straks bij de zorgverlener de deur uit met een recept voor een medicijn en/of een e-health advies. Gewoon even langs de e-health balie in de apotheek dus.”

ENORME IMPACT

“Met de participatiesamenleving voor ogen, hoopt de overheid dat burgers binnen een jaar of vijftien steeds meer zorgtaken op zich nemen. E-health zal dan het werk van zorgprofessionals aanvullen en soms zelfs vervangen. Thuis bloedprikken via een chip bijvoorbeeld, waarbij je als burger en (huis-) arts à la minute de uitslag krijgt.”

Toch zal het zo snel niet gaan, verwacht Mulder. “Dit vraagt heel veel tijd, inzet en een goede samenwerking tussen leveranciers, zorgaanbieders, overheid én burgers. Maar dat de impact op gezondheid en zorg enorm zal zijn, is een feit. De mogelijkheden van e-health zijn eindeloos.”





BELEID

SAMENWERKEN EN DOEN!

De digitale omgeving helpt ons bij het krijgen van meer inzicht in en het bevorderen van onze gezondheid. De landelijke overheid stimuleert de ontwikkeling van nieuwe ideeën, het gebruik van e-health door burgers en de kennisuitwisseling tussen organisaties. Dit voorjaar organiseerde Nederland de Europese e-health week. Kernboodschap: we moeten samenwerken en doen.

E-health toepassingen kunnen organisaties niet alleen ontwikkelen. Daar hebben ze elkaar én de inwoners hard bij nodig. Raimond de Prez, wethouder Delft en voorzitter Dagelijks Bestuur GGD Haaglanden, tijdens het congres 'Publieke gezondheid, de blik op 2025': *"Verbind partijen om zo gezamenlijk e-health en maatschappelijke informatievoorziening een stap verder te brengen en zorg ervoor dat dit thema op de agenda van gemeenten en het GGD-bestuur staat."*

E-health toepassingen moeten niet 'op de plank' blijven liggen, maar gebruikt worden. Zie ook de praktische aanbevelingen van de e-health Implementatie Werkplaats.



BEST PRACTICE

E-HEALTH IN DIGITALE STAD

Via de E-health Steden Estafette van de digitale steden agenda wisselen verschillende gemeenten ervaringen uit met e-health. Eind 2016 doet de estafette Breda aan. Steeds meer inwoners benutten apps, checks en slimme apparaatjes om hun gezondheid te monitoren. De digitale stad biedt daarbij steeds vaker de infrastructuur zoals netwerken (bekabeld en draadloos), sensoren en analyserende software. Zo zijn er al monitoringssystemen in een aantal gemeenten voor luchtkwaliteit, temperatuur en voor veilig thuis wonen. Ook voorkomen de hulpdiensten opstoppingen en ongeregelde heden en bevorderen zij de veiligheid van publieke evenementen via 'crowd control', zoals bij de kermis in Tilburg. In deze special staan diverse e-health toepassingen in domeinen van de publieke gezondheid, zoals in infectieziektenbestrijding, monitoring, Jeugdgezondheidszorg en veiligheid, die op de digitale steden agenda geplaatst kunnen worden. Kortom: de digitale stad, publieke gezondheid en e-health kunnen niet zonder elkaar.



BEST PRACTICE

MONITORING PUBLIEKE GEZONDHEID

Met nieuwe e-health toepassingen ontstaan nieuwe vormen van monitoring van de publieke gezondheid, door nieuwe informatiebronnen en nieuwe onderzoeksmethodes. Inwoners benutten steeds meer gezondheidschecks, apps en 'trackers', die actuele informatie opleveren over de gezondheid in een gemeente. En ook zijn nieuwe analysemethoden voorhanden, waarmee gezondheid en bijvoorbeeld de verspreiding van infectieziekten voorspeld kan worden. De GGD West-Brabant en GGD Hart voor Brabant werken samen met TU Eindhoven aan een voorspellend model over zelfredzaamheid in wijken. Zo bereiken we dat andere, meer actuele en voorspellende informatie over gezondheid voor gemeentelijk beleid beschikbaar komt.



BEST PRACTICE

PERSOONLIJK GEZONDHEIDSDOSSIER

Samen met ouders voert de Jeugdgezondheidszorg in West-Brabant een pilot uit met het veilig én gemakkelijk onderling informatie uitwisselen. De deelnemende ouders houden een persoonlijk gezondheidsdossier (PGD) bij van hun kinderen. Via Heshier, een platform dat zorgt voor de koppeling tussen het PGD van de ouder en de professional Jeugdgezondheidszorg, kunnen ouders de informatie uit dit PGD vervolgens veilig uitwisselen. Meer dan voorheen zijn ouders eigenaar van de gegevens over hun kind en zelf aan zet in de interactie met de Jeugdgezondheidszorg. In de NCJ publicatie Samen op de tandem: gelijkwaardig partnerschap in de JGZ deelt Fiona, één van de deelnemende ouders aan de ontwikkeling van het PGD, haar eerste ervaringen.

.....

*Fiona, deelnemende ouder met een
persoonlijk gezondheidsdossier:.*
*“IK VIND HET BIJZONDER DAT ER VANAF
HET BEGIN AF AAN SÁMEN MET OUDERS
OPGETROKKEN WORDT.”*

.....



BEST PRACTICE

LANGER THUIS MET SLIM ALARM

Op 22 augustus 2016 ging in de gemeente Etten-Leur een proef van start bij 50 huishoudens met een slim alarmsysteem. Met een innovatieprijs van de Veiligheidsregio Midden- en West-Brabant ontwikkelden AltijdThuis, Nederlands Instituut voor Gezondheid en Welzijn en Welzijnservices een slim alarmsysteem. De innovatieprijs is uitgeschreven om een oplossing te bedenken voor het vergroten van de veiligheid van ouderen en hulpbehoevende mensen die zelfstandig wonen. Slimme sensoren, zoals rook- en bewegingsmelders en raam en deurcontacten, versturen bij ‘verdachte’ situaties een alarm. Dit alarm is afgestemd op het veiligheids- en zorgprofiel van de deelnemer en gaat naar de persoon zelf, zijn of haar directe omgeving zoals burens, familie of vrienden en de hulpdiensten. Met het alarm wordt ook informatie over de specifieke situatie van de bewoners gedeeld, zodat meteen juiste acties voor hulp en ondersteuning gestart worden. De deelnemers krijgen concrete tips wat zij zelf kunnen doen bij een alarm.

Bernadette van Oers, sectormanager GGD West-Brabant

ZELFREDZAAM MET E-HEALTH



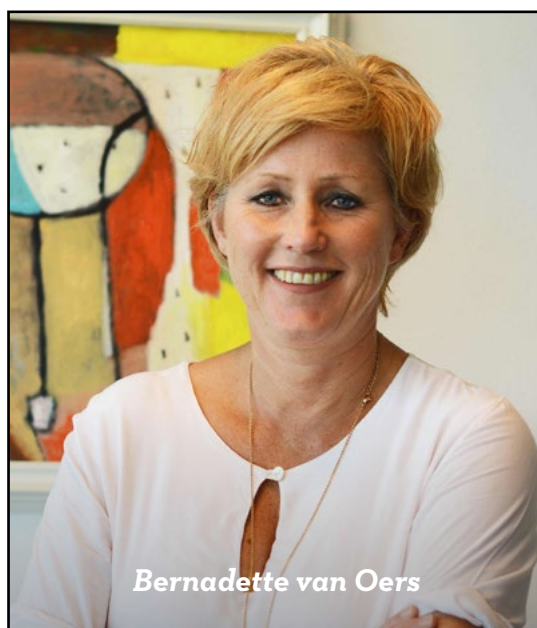
“Online waar mogelijk en ‘face to face’ waar nodig en wenselijk. Op die manier bevorderen we de zelfredzaamheid en gezondheid van de inwoners in West-Brabant, en kunnen we nabij zijn voor mensen waar dat nodig is”, aldus Bernadette van Oers.

“Steeds meer mensen zoeken online naar informatie over hun gezondheid. Het is belangrijk dat deze informatie betrouwbaar is”, vertelt Bernadette. “JouwGGD.nl, Mijn Kind in Beeld, de app GGD reist mee en de GGD Appstore zijn plekken die hiervoor zorgen.”

JouwGGD.nl is een gezondheidsplatform voor jongeren, waar ze terecht kunnen met al hun vragen en kunnen chatten met een jeugdprofessional. Alle gezondheidsinformatie centraal op één plek. Mijn Kind in Beeld biedt iets soortgelijks voor ouders. “Zo zorgen we samen voor gezonde gemeenten met gezonde inwoners, waarbij e-health toepassingen ondersteunen. Dit geeft ons tevens ruimte en mogelijkheden voor ‘face-to-face contact’ en proactief werken voor mensen waarbij dat nodig is.”

WIJKGERICHTE GEZONDHEIDSCHECK VOOR INWONERS GEMEENTE OOSTERHOUT

“De gemeente Oosterhout, Zorroo, OiB, het sociaal wijkteam en de GGD werken samen aan een eerste proef met de persoonlijke gezondheidscheck”, aldus Bernadette. In de wijk Dommelbergen kregen de inwoners van 25 jaar en ouder de uitnodiging van de gemeente om deel te nemen. Na het online invullen, krijgt de bewoner binnen 24 uur een persoonlijk gezondheidsrapport met adviezen. Daarbij geldt het stoplichtmodel. Groen betekent ‘ga zo door’. Bij rood is het advies om naar de huisarts te gaan. Oranje betekent ‘ga aan de slag met uw gezondheid’, zelf of met organisaties in de buurt. Initiatieven in de wijk zijn terug te vinden in de adviezen in de gezondheidscheck, onder meer de mogelijkheden om samen te bewegen. Indien nodig worden deelnemers uitgenodigd naar een inlooppunt in de wijk te gaan voor enkele aanvullende metingen. “Na evaluatie van de eerste ervaringen willen we dit verder uitbreiden naar andere gemeenten.”



Bernadette van Oers



BLENDED CARE: DIGITAAL WAAR HET KAN, FACE TO FACE WANNEER GEWENST



BEST PRACTICE

NIEUWE APP VOOR REIZIGERS

GGD Reisvaccinaties bracht in juni 2016 de gratis app 'GGD reist mee' uit. De app is bedoeld voor reizigers naar (sub)tropische bestemmingen. Hij is geschikt voor zowel iOS als Android.

Wat is er bijzonder aan deze app?

- De app maakt gebruik van GPS. Hiermee ontvangt de reiziger een alert als er in een land ergens voor wordt gewaarschuwd. Dat bericht ontvangt de reiziger alleen als deze daadwerkelijk in dat land is. Dat kan een bericht zijn over een nieuwe epidemie, zoals zikavirus of ebola, maar ook politieke onrust of een negatief reisadvies. De app kan zowel online als offline gebruikt worden.
- Er zijn reistips op te vinden. Denk aan 'Hoe voorkom ik een muggenbeet?' of 'Hoe voorkom ik hoogteziekte?'
- Er is een onderdeel: 'Wat te doen bij...!' zoals: 'Wat te doen bij een honden- of apenbeet?'
- De app geeft aan welke vaccinaties er nodig zijn per land en bevat veel informatie over ziekten en vaccinaties.
- Reizigers kunnen via de app een afspraak maken bij de GGD.



BEST PRACTICE

ONLINE ADVIES VOOR JONGEREN

Soms zitten jongeren met vragen die zij liever anoniem bespreken, bijvoorbeeld over seksualiteit, drugs, alcohol of onzekerheid. JouwGGD.nl biedt online betrouwbare gezondheidsinformatie en zorgt met een chat-, e-mail- en forumfunctie voor veel interactie met jongeren tussen 12-23 jaar, GGD-artsen en -verpleegkundigen. Dit interactieve kanaal sluit goed aan bij de informatiebehoefte van jongeren en de manier waarop ze communiceren, waardoor de drempel om contact op te nemen wordt verlaagd. Elke werkdag kunnen jongeren chatten met speciaal daarvoor opgeleide artsen en verpleegkundigen, afkomstig van alle aangesloten GGD'en en JGZ-organisaties. Via Sense.info kunnen zij anoniem chatten met een SOA-verpleegkundige. Ook als jongeren niet direct vragen hebben, kunnen ze terecht op deze websites. Er is veel informatie te vinden die samen met jongeren ontwikkeld is.



BEST PRACTICE

SOA-THUISTEST

Steeds meer mensen die zich op een soa laten testen, willen dit thuis doen. Wil je niet naar je huisarts of GGD gaan, dan kan zelf een soa-test thuis doen een alternatief zijn. Maar hoe weet je of je een betrouwbare test doet? En waar moet je zijn bij een positieve testuitslag? Verdere verspreiding van de soa moet worden voorkomen. Het is bijvoorbeeld erg belangrijk dat ook partners getest en behandeld worden. Om in te spelen op de wensen van klanten op het gebied van zelftesten én ook de partnerwaarschuwing te bevorderen, is de GGD West-Brabant in juni 2016 begonnen met een pilot voor een soa-thuistest op chlamydia en gonorrhoe. Jongeren onder de 25 jaar die aan bepaalde voorwaarden voldoen, kunnen een test ophalen bij de GGD-vestiging in Breda. Na afname thuis versturen zij het materiaal en komt de testuitslag binnen 48 uur online. Als blijkt dat er sprake is van een soa, kunnen ze terecht op het spreekuur voor behandeling en partnerwaarschuwing.

COLOFON

DEZE UITGAVE

Gezondwestbrabant.nl is een initiatief van GGD West-Brabant en GHOR Brabant Midden-West-Noord. Wij danken graag alle geïnterviewden en betrokkenen bij de totstandkoming van deze uitgave.

BRONVERMELDING:

Beeldmateriaal door Shutterstock, GGD West-Brabant, Zorgbelang Brabant en De Haagse Hogeschool.

VRAGEN?

Neem contact op met uw beleidsadviseur:

<https://www.ggdwestbrabant.nl/professionals/contactpersonen>