

Plenaire sessie 1

**Chronisch ZorgNet**

Sprekers:

Prof. Dr. Joep Teijink, vaatchirurg Catharina Ziekenhuis en voorzitter ClaudicatioNet

## Plenaire sessie 2

### **Inspanning bij hartfalen: waar zit de beperking?**

Resultaten van twee recente Nederlandse promotieonderzoeken op het gebied van chronisch hartfalen en fysiek training hebben nieuwe inzichten gegeven wat betreft de intensiteit van training, welke patiënten profiteren van training en welke fysiologische veranderingen aan verbetering van functioneren ten grondslag liggen. De onderzoekers zullen een kort overzicht geven, waarbij er aandacht zal zijn voor praktisch aanbevelingen.

Ruud Spee, cardioloog in het Máxima Medisch Centrum in Veldhoven, zal de rol van de cardiale functie tijdens inspanning bij patiënten met hartfalen en de effecten van fysieke training op de centrale hemodynamiek bespreken.

Victor Niemeijer, sportarts in het Elkerliek Ziekenhuis in Helmond, geeft uitleg over de rol van de skeletspier met betrekking tot de beperkte inspanningstolerantie van patiënten met hartfalen en hoe fysieke training de skeletspierfunctie kan beïnvloeden.

Sprekers:

Dr. Victor Niemeijer, sportarts Elkerliek Ziekenhuis en Dr. Ruud Spee, cardioloog Máxima Medisch Centrum

### Plenaire sessie 3

#### **Zelfmanagement, geen zaak van de professional alleen**

In deze bijdrage wordt ingegaan op de toekomstige demografische veranderingen in onze samenleving en de veranderingen in ons denken over ziek en gezond. Dit nieuwe denken heeft gevolgen voor de inrichting van de zorg voor mensen met chronische ziekten.

Zelfmanagementondersteuning is in dit veranderingsproces een belangrijke pijler. Wat is zelfmanagement nu precies en wat heeft dit voor mogelijke gevolgen voor de cliënt en de zorgprofessional?

Geconcludeerd wordt dat zelfmanagement een zaak is van de cliënt en de zorgprofessional samen.

Zelfmanagement vraagt om een beroepsgrensoverschrijdende visie op gezondheid en gedrag en vraagt om opleiden op maat van zowel de cliënt als de zorgprofessional. Zelfmanagement en communicatietechnologie kunnen nog veel meer dan nu het geval is door de cliënt en zorgprofessional samen verder worden ontwikkeld.

Spreker:

Dr. John Verhoef, Lector Eigen Regie bij Fysiotherapie & Bewegzorg, Faculteit Gezondheidszorg, Hogeschool Leiden

## Plenaire sessie 4

### **Nog seks na PAV?**

PAV en andere cardiovasculaire aandoeningen kunnen een negatief effect hebben op seksualiteit. Dat geldt trouwens voor alle chronische ziekten. Bij PAV vallen dan vooral erectieproblemen op. Maar ook onvoldoende nat worden, verstoorde zin en verstoord orgasme kunnen bij mannen en vrouwen de intimiteit en de seksuele kwaliteit van leven flink onderuit halen. Helaas vinden patiënten het moeilijk om dat thema aan te kaarten. Dat speelt zelfs als zij graag hulp zouden willen hebben. Onderzoek laat steeds weer zien dat patiënten vinden dat de professional dat thema dient aan te kaarten. Helaas is het echter ook zo dat het overgrote deel van de professionals in de medische wereld moeite heeft om dat gesprek over seksualiteit en intimiteit te starten. Dat komt door een mengsel van onder andere gebrek aan kennis, handelingsverlegenheid en taboe. Bij de meeste professionals komt daar ook nog tijdgebrek bij. Wat betreft dat laatste heeft de ClaudicatioNet-therapeut een groot voordeel. De frequente contacten met de patiënt en eventueel ook met de partner creëren ruime mogelijkheden om ook aandacht voor seksualiteit in de zorg te integreren. Deze presentatie zal enerzijds informeren over een aantal relevante aspecten van seksualiteit en over hoe vaatproblemen seksualiteit en de seksuele relatie negatief kunnen beïnvloeden. Anderzijds zal er aandacht zijn voor een pro-actieve rol van de fysiotherapeut op dit terrein met daarbij ook aandacht voor de gezondheidsvoordelen van seksualiteit en intimiteit.

Spreker:

Woet Gianotten, niet praktiserend arts-psychotherapeut.

Emeritus UHD Medische Seksuologie, UMC Utrecht en Erasmus MC Rotterdam

## Plenaire sessie 5

### **Een wandeling als behandeling bij chronische ziekten**

Bas van de Goor won in 1996 Olympisch goud met zijn volleybalteam. In 2003 kreeg hij de diagnose diabetes type 1. Hij ontdekte al snel het positieve effect van sporten en bewegen op zijn leven met diabetes. Sinds 2006 is hij directeur van zijn eigen foundation die als missie heeft om mensen met diabetes in beweging te brengen naar een betere kwaliteit van leven. Met zijn foundation bereikt hij jaarlijks duizenden mensen met diabetes. Onder die duizenden mensen ook een steeds grotere groep met diabetes type 2, die meedoen aan de Nationale Diabetes Challenge. In het project betreft Bas honderden zorgverleners, die het plezier en nut van wandelen met hun patiënten met diabetes - maar ook met andere chronische aandoeningen - ontdekken. Het geeft zorgverleners energie en levert voor de gezondheid van de deelnemers geweldige resultaten op waar geen medicijn tegenop kan. Tijdens het congres vertelt Bas hoe hem dat lukt en vooral hoeveel het alle partijen oplevert.

Spreker:

Bas van de Goor, oud-volleyballer en directeur Bas van de Goor Foundation

## Parallelsessie 1

### **Gezonde voeding voor ouderen, een goed recept voor in je praktijk**

Het Voedingscentrum presenteert gezond eten voor ouderen met speciale aandacht voor chronische ziekten. In deze levensfase zijn andere adviezen nodig. Bij het ouder worden neemt de spiermassa af, en de hoeveelheid vetweefsel toe. Veel ouderen merken dat ze zwaarder worden en de middelomtrek toeneemt. Tegenovergesteld zijn oudere ouderen soms juist kwetsbaar en ondervoed. De kans op osteoporose, sarcopenie en andere chronische ziekten neemt toe. Deze sessie leidt je door de informatie over gezonde voeding, gezond gewicht en vitamine D, speciaal voor ouderen en patiënten met chronische ziekten, zoals hart- en vaatziekten. Ook is er aandacht voor de informatie voor ouderen en professionals op de website en in materialen van het Voedingscentrum. Hier vind je als fysiotherapeut informatie, vragen en tools over gezonde voeding, ondervoeding en chronische ziekten en kun je jouw patiënten verwijzen en handvatten geven om hun voedingspatroon aan te passen.

Spreker:

Dr. Ir. Annette Stafleu, expert Voeding en Gezondheid, Voedingscentrum

## Parallelsessie 2

### **Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) binnen het Fysiotherapeutisch Domein**

Per 1 januari 2019 wordt de GLI vergoed vanuit de basisverzekering. De GLI is een leefstijlcoachprogramma dat zich richt op het verwerven en behouden van een gezonde leefstijl. De interventie omvat advies over en begeleiding bij het verwerven van gezonde voedings- en eetgewoontes, een gezond beweegpatroon en hoe om te gaan met factoren die een gezonde leefstijl beïnvloeden (bijvoorbeeld stress en slaapgebrek).

Een voorwaarde om de GLI te kunnen aanbieden is dat je voldoet aan de competenties van een HBO-leefstijlcoach. Fysiotherapeuten bezitten al veel van deze competenties waardoor maar een beperkte nascholing nodig is om te voldoen aan de competenties van een Leefstijlcoach.

Tijdens deze presentatie wordt de GLI alsmede de epidemiologie, fysiologie en mogelijke oorzaken van overgewicht en obesitas nader uitgelegd. Daarnaast wordt ingegaan op mythes, fabels en feiten gerelateerd aan overgewicht en obesitas en wordt een vertaalslag gemaakt naar de fysiotherapeutische praktijk.

#### Sprekers:

Bas Pierik, fysiotherapeut en bewegingswetenschapper, CIVA

Roger Stevelmans, arts en epidemioloog, CIVA

### Parallelsessie 3

#### **Help, mijn patiënt heeft naast PAV ook COPD! Hoe ga ik dit aanpakken?**

Samen met je collega's en twee experts op het gebied van perifere arterieel vaatlijden en COPD een ingewikkelde casus uitpluizen? Dan is deze parallelsessie iets voor jou! Zorg voor de patiënt met een chronische aandoening is ingewikkeld, maar het behandelen van een patiënt met meerdere chronische aandoeningen is vaak nog ingewikkelder. Hoe pas je je training aan als naast PAV ook COPD een rol speelt? Met welke factoren hou je rekening? Hoe kun je zo optimaal mogelijk trainen? En wat doe je als er complicaties optreden? Dit en meer ga je aan de hand van een casus uitpluizen onder begeleiding van een verwijzer op het gebied van COPD en een expert collega-fysiotherapeut op het gebied van zowel PAV als COPD.

Sprekers:

Chronisch ZorgNet



#### Parallelsessie 4

##### **Help, mijn patiënt heeft naast PAV ook coronair lijden! Hoe ga ik dit aanpakken?**

Samen met je collega's en twee experts op het gebied van perifere arterieel vaatlijden en coronair lijden een ingewikkelde casus uitpluizen? Dan is deze parallelsessie iets voor jou! Zorg voor de patiënt met een chronische aandoening is ingewikkeld, maar het behandelen van een patiënt met meerdere chronische aandoeningen is vaak nog ingewikkelder. Hoe pas je je training aan als naast PAV ook coronair lijden een rol speelt? Met welke factoren hou je rekening? Hoe kun je zo optimaal mogelijk trainen? En wat doe je als er complicaties optreden? Dit en meer ga je aan de hand van een casus uitpluizen onder begeleiding van een cardioloog en een expert collega fysiotherapeut op het gebied van zowel PAV als hartrevalidatie.

Sprekers:

Chronisch ZorgNet

## Parallelsessie 5

### **Valpreventie in de dagelijkse praktijk**

De komende 25 jaar vergrijsst de bevolking van Nederland sterk. Op basis van deze demografische ontwikkelingen en de forse stijging van chronische aandoeningen is de verwachting dat het aantal valincidenten en het ernstig vallen bij ouderen zal toenemen. De fysiotherapeut, de specialist in bewegen, heeft een belangrijke rol in het signaleren, meten en trainen van ouderen met een verhoogd valrisico. Om als fysiotherapeut te bepalen of er een behandelindicatie is, moeten de in de literatuur benoemde beïnvloedbare risicofactoren -reactiesnelheid, balans en spierkracht- in kaart worden gebracht.

In deze parallelsessie wordt uitgebreid ingegaan op het achteruitgaan van het functioneren door normale veroudering. Daarnaast zal de invloed van chronische aandoeningen, in het bijzonder Claudicatio Intermittens worden besproken. Wat gebeurt er fysiologisch met de achteruitgang van bovengenoemde functies, hoe wordt dit gemeten en hoe behandel je effectief de belangrijkste risicofactoren, waardoor het valrisico bij de ouder wordende mens afneemt?

Je maakt een verdiepingsslag in het meten en behandelen van cliënten met een verhoogd valrisico, waarna je de opgedane kennis direct kan implementeren in de praktijk.

Spreker:

Marcel Fokker, geriatriefysiotherapeut MPT

## Parallelsessie 6

### **Komt mijn boodschap wel over? Begrijpelijk communiceren met iedereen, hoe doe je dat?**

Hoe zorg je ervoor dat jouw uitleg, instructies en adviezen begrijpelijk zijn? Hoe weet je zeker dat de patiënt jou heeft begrepen en weet hoe hij/zij thuis aan de slag kan gaan? Er zijn 2,5 miljoen mensen in Nederland laaggeletterd. Ongeveer 1 op de 3 heeft beperkte gezondheidsvaardigheden. Dit heeft gevolgen voor de gezondheid, het opvolgen van instructies en zelfmanagement. In deze workshop hoor je meer over wat gezondheidsvaardigheden zijn, welke impact dat heeft op iemands gezondheid en krijg je tips over hoe je met je communicatie aansluit bij de patiënt. Ook ga je zelf aan de slag en ervaar je zelf wat werkt. De handige tips zijn direct toepasbaar in de praktijk.

Deze sessie wordt gegeven in samenwerking met een taalambassadeur van Stichting ABC.

#### Sprekers:

Drs. Hester van Bommel, sr. projectleider/adviseur Preventie en Zorg Chronische Aandoening en Gezondheidsvaardigheden

Drs. Janneke van der Velden, huisarts niet praktiserend, sr. adviseur/trainer Preventie en Zorg Chronische Aandoening

## Parallelsessie 7

### **KomPas voor Samen Beslissen: weet jij al wat je ermee kan?!**

Binnen het nieuwe ClaudicatioNet project 'KomPas voor Samen Beslissen' zijn we bezig met de ontwikkeling van het KomPas: een online tool die inzicht geeft in de individuele voorspelling van patiënten met perifeer arterieel vaatlijden tijdens een traject gesuperviseerde looptherapie. Het KomPas maakt op basis van specifieke persoonskenmerken en met behulp van de landelijke database een voorspelling van het te verwachten resultaat van gesuperviseerde looptherapie. Deze voorspelling wordt weergegeven als een grafiek met tekst en uitleg. Op deze manier brengen we de landelijke data die door jullie wordt verzameld, terug naar de individuele patiënt. Het KomPas kan onder andere ondersteuning bieden bij het opstellen van behandeldoelen, invullen van het traject en het motiveren van de patiënt.

Ben je benieuwd naar het KomPas? Of heb je inmiddels al ervaring hiermee, maar heb je nog vragen? Schrijf je dan in voor deze sessie! Gedurende deze interactieve sessie wordt, aan de hand van voorbeeldcasussen, toegelicht hoe je het KomPas kan gebruiken in de praktijk.

Sprekers:

Chronisch ZorgNet

## Parallelsessie 8a

### **Ontdek de kracht van motiveren: MI kennismakingsworkshop**

Heb je nog steeds het idee dat patiënten motiveren lastig is en veel tijd kost? Benieuwd hoe je eenvoudig de patiënt aan het werk zet? Motivational Interviewing geeft je inzicht in en handvatten om de motivatie van de patiënt te vergroten en het gedrag te veranderen.

#### **Inhoud**

- Fascinerende inzichten over de kracht van motivatie
- Hoe het komt dat zoveel patiënten "ja zeggen en nee doen"
- Wat is de grootste valkuil voor fysiotherapeuten?
- Wat kun je wel doen om motivatie te laten groeien?

Stijn van Merendonk is expert op het gebied van Motivational Interviewing en gedragsverandering. Zijn passie: "het motiveren van patiënten voor gedragsverandering". Door zijn jarenlange ervaring in het toepassen van Motivational Interviewing als fysiotherapeut is hij als geen ander in staat om een brug te slaan tussen de theorie en de dagelijkse praktijk van gedragsverandering. Stijn is auteur van de waaier Motiverende Gespreksvoering en Lid van Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT) en MINTNed.

Let op: dit is een kennismakingsworkshop voor beginners!

Spreker:

Stijn van Merendonk, trainer motivational interviewing, Academie voor Motivatie en Gedragsverandering

## Parallelsessie 8b

### **Hoe krijg je de hakken uit het zand? MI workshop 'omgaan met weerstand'**

Kom jij ze ook tegen? Patiënten die steeds een discussie aangaan, die niets van jou aannemen, jouw deskundigheid in twijfel trekken en zich soms zelfs vijandig opstellen?

Weerstand in gesprekken is lastig. Hoe voorkom je dat je dan harder gaat werken? Of voor de ander gaat oplossen? Kortom, hoe zorg je dat weerstand je niet teveel energie kost?

Stijn van Merendonk is expert op het gebied van Motivational Interviewing en gedragsverandering. Zijn passie: "het motiveren van patiënten voor gedragsverandering". Door zijn jarenlange ervaring in het toepassen van Motivational Interviewing als fysiotherapeut is hij als geen ander in staat om een brug te slaan tussen de theorie en de dagelijkse praktijk van gedragsverandering.

### **Doelstelling**

Na afloop van deze workshop laat je je niet meer uit het veld slaan als een patiënt in de weerstand schiet. Ook zal je merken dat het minder tijd kost om weerstand in gesprekken effectief te bespreken. Dit zal de relatie met je patiënt verbeteren. Je krijgt juist weer energie van "lastige" patiënten in plaats van er tegen op te zien.

### **Inhoud**

In deze workshop komen verschillende technieken aan bod en leer je:

- Hoe je iemand effectief een spiegel voorhoudt
- Hoe je voorkomt dat je zelf boos wordt
- Hoe je "de hakken uit het zand" krijgt

Tevens is er veel ruimte om te oefenen.

Stijn is auteur van de waaier Motiverende Gespreksvoering en Lid van Motivational Interviewing Network of Trainers (MINT) en MINTNed.

Let op: deze workshop is alleen voor mensen die al een basistraining MI hebben gevolgd!

Spreker:

Stijn van Merendonk, trainer motivational interviewing, Academie voor Motivatie en Gedragsverandering

## Parallelsessie 9

### **Psychosociale factoren in hartrevalidatie**

In deze workshop willen we je meer vertellen over:

- De psychische gevolgen van cardiovasculaire ziekten;
- Psychologische factoren als risicofactor voor ziekte;
- De invloed van psyche op gedragsverandering die nodig is in het kader van zelfmanagement van de ziekte.

Natuurlijk gaan we daarbij ook in op hoe je dergelijke factoren kunt herkennen in jouw werkzaamheden als fysiotherapeut.

Sprekers:

Tamara Henken, klinisch psycholoog & Charlotte Lieverse, GZ-psycholoog  
Máxima Medisch Centrum

## Parallelsessie 10

### **Wandel je gezond met Mindful Walk: de effectieve combinatie van wandelen, mindfulness en ademhalingstechnieken.**

Wandelen heeft positieve effecten op vrijwel alle orgaansystemen in het lichaam. Regelmatig wandelen helpt een breed scala aan gezondheidsproblemen en ziekten te voorkomen, of reeds aanwezige klachten te verminderen. Zeker als je het combineert met mindfulness. Want dit heeft bijzonder goede effecten op lichaam én geest.

Speciaal voor ClaudicatioNet en Chronisch ZorgNet heeft Mindful Run® Nederland een opleiding ontwikkeld. Fysiotherapeuten en andere zorgverleners kunnen Mindful Walk nu groepsgewijs inzetten binnen de behandeling. Met Mindful Walk laat je de cliënt op een ontspannen manier genieten van bewegen. Plezier staat hierbij voorop. Tijdens het programma komen diverse Mindfulness en ademhalingsoefeningen aan bod waardoor de cliënt inzicht krijgt in ontwikkelde patronen. Door dit inzicht kan gedragsverandering gemakkelijker gerealiseerd worden. Binnen Mindful Walk geen ingewikkelde gesprekken, maar vooral voelen, ervaren en doen. En buiten bewegen heeft daarnaast ook vele gezondheidsvoordelen. Ook voor jou als therapeut zelf. Het geeft energie en creativiteit.

Tijdens deze actieve en inspirerende workshop ga je zelf naar buiten en maak je kennis met de verschillende facetten van Mindful Walk, zodat jij kunt ervaren of dit past bij jou en jouw manier van behandelen.

Mindful Walk is een programma van Mindful Run® Nederland. In Nederland hebben ruim 600 mensen deelgenomen aan de opleidingen van Mindful Run®. Deze instructeurs en/of wandelcoaches werken volgens de Mindful Run methode. [www.mindfulrun.nl](http://www.mindfulrun.nl)

Sprekers:

Martijn Mensink en Dianne Schutmaat, oprichter Mindful Run



## Parallelsessie 11

### **Tabaksontmoediging in Nederland**

Veel claudicatio-patiënten hebben een rookverslaving die al tientallen jaren bestaat. Ondanks kennis, blootstelling aan een ontmoedigingsbeleid van de overheid en lichamelijke klachten lukt het hen echter niet om te stoppen met roken. Toch levert stoppen tot op hoge leeftijd gezondheidswinst op. In deze parallelsessie bespreken we nut en noodzaak van stoppen met roken, de ondersteuningsmogelijkheden, en het brede tabaksontmoedigingslandschap van dit moment; van het uitgebreide pakket overheidsmaatregelen in het kader van het Preventieakkoord tot initiatieven als de Rookvrije Generatie.

Sprekers:

Dr. Esther Croes, arts-epidemioloog Drug Monitoring and Policy, Trimbos Instituut

## Parallelsessie 12

### **Cardiometabole aandoeningen: de juiste zorg op de juiste plek, over alle lijnen heen!**

Wat zijn cardiometabole aandoeningen en hoe behandel je deze? Wat is jouw rol als fysiotherapeut hierin?

Dit zijn voorbeelden van vragen die tijdens deze sessie behandeld gaan worden. Cardiometabole risicofactoren komen vrijwel nooit alleen voor. Cardiometabole aandoeningen hebben veelal dezelfde risicofactoren en hangen oorzakelijk sterk met elkaar samen. Hierdoor lijden patiënten vaak niet aan één, maar aan meerdere aandoeningen.

Het is daarom van belang dat deze risicofactoren en aandoeningen gezamenlijk benaderd worden, geïndividualiseerd naar de wens van de patiënt, i.p.v. versnipperd. De fysiotherapeut kan hier een grote rol in spelen, o.a. vanwege de vele en laagdrempelige contactmomenten. Kennisnetwerken (o.a. Cardiometabool zorgnetwerk – Chronisch ZorgNet) spelen een belangrijke rol bij de benadering van deze aandoeningen; via deze netwerken kan de noodzakelijke verdieping gezocht worden. In deze sessie wordt duidelijk hoe de zorg rondom cardiometabole aandoeningen is ingericht, wat momenteel de rol van de fysiotherapeut hierin is, en wat dit in de toekomst, als Chronisch ZorgNet therapeut, kan zijn.

Sprekers:

Prof. Dr. Karin Kaasjager, internist en afdelingshoofd interne geneeskunde UMC Utrecht