

**NAAM VERGADERING:**

WERKGROEP Depressie  
Online

**DATUM:**

*dinsdag 14 december 2021*  
12.15-13.15 uur

**NOTULEN VERGADERING:**

1.	Opening door Carlo	
	<p><b>Aanwezig:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Leonie Porton</li><li>• Anouk Heinddijk</li><li>• Darrel Badal</li><li>• Kitty Bouwmeester</li><li>• Etienne Maassen</li><li>• Carlo Van Tol</li><li>• Erwina (Gezond Boskoop)</li><li>• Judith Kranendonk</li></ul> <p><b>Afwezig:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ingrid Spruit</li></ul>	
1.	1 Bespreken notulen vergadering d.d. 21 september 2021 Geen vragen of opmerkingen	

De vergadering gaat over de 3 actiepunten die door Carlo van Tol en Etienne Maassen zijn uitgewerkt:

**1. Het aantal 65 plussers die continue benzodiazepines (>270 st/jaar) gebruiken is met 25% verminderd eind 2022 ten opzichte van 2021**

- begin meeting: 1 oktober 2020- 1 oktober 2021, Etienne maakt een uitdraai
- Minimale interventiestrategie (Stopbrieven versturen door artsen) in oktober 2021
- eindmeeting: 1 november 2021-1november 2022, Etienne maakt een uitdraai

Etienne Maassen geeft aan dat alle huisartsen op de hoogte moeten zijn voordat hij een stopbrief gaat sturen aan alle patiënten die benzo diazepines gebruiken. Het gaat hierbij om een open brief namens de huisartsen en namens onze werk groep 'depressie, Gezond Boskoop' waarin gemotiveerd wordt om te stoppen en met informatie hierover. De Poh-GGZ zijn een belangrijke schakel bij de begeleiding van het minderen van de benzodiazepines. Kitty merkt op dat er 'iets gaat gebeuren als de brieven ivm MIS worden gestuurd'. Zij heeft positieve ervaring met E-health; een module in therapieland die gericht is op de afbouw van benzo's.

ACTIE: Doel is dat de stop brief voor 22 maart de deur uit is.

DOOR WIE: Etienne Maassen i.o. met Carlo van Tol en andere huisartsen.

**2. De professionals in de werkgroep hebben een scholing gevolgd ogv positieve gezondheid en passen dit toe in het consult.**

- Resultaat eind 2022: scholing heeft plaatsgevonden en bij 75% van de consulten toegepast.

De vraag die wordt gesteld is: wat is de urgentie en het doel van de scholing? Het doel is dat wanneer gestart wordt met de MIS, positieve gezondheid het richting kan geven aan de ondersteuning van patiënten, waarbij vergroting en versterking van hun zelfredzaamheid centraal staat. Het is belangrijk om het concept positieve gezondheid meteen bij de intake mee te nemen en te integreren in de eventuele vervolggesprekken/behandeling. Een doel is ook om met de interventie van positieve gezondheid de druk van de praktijken en POH-GGZ afhalen door het preventief in te zetten. Kitty merkt op dat het concept 'positieve gezondheid' eigenlijk zou moeten worden ingezet en ingevuld voordat mensen om hulp komen vragen'. Daarnaast benoemt ze dat het haar ervaring is dat het belangrijk is dat het CONCREET is voor patiënten.

Eventueel kan met de stop- brieven (zie punt 1) ook informatie over het concept 'positieve gezondheid' worden meegestuurd, zodat patiënten hier zelf al mee aan de slag kunnen gaan. Als we bovenstaande gaan inzetten is het van belang dat TOM in de buurt wordt ingeschakeld omdat mogelijk de hulpvragen zullen toenemen als mensen gaan stoppen met de benzo's. Ook de POH-GGZ en de betrokken organisaties (Medius, Reos) waar POH-GGZ's door de huisartsen in de Boskoop zijn ingehuurd moeten worden ingeschakeld op moment dat de brieven de deur uit gaan. Tot slot wordt de vraag gesteld hoe we 75% toepassing van het concept 'positieve gezondheid' gerealiseerd krijgen en hoe dit meetbaar wordt gemaakt.

ACTIE: Scholing 'positieve gezondheid' organiseren.

DOOR WIE: Erwina gaat overleggen met Gezond Boskoop over of en zo ja wanneer budget beschikbaar is, eventueel voor een in Company training.

**3. Vergroten van zelfredzaamheid van patiënten door gebruik te maken van paramedische interventies zoals slaapoefentherapie of psychosomatische oefentherapie/fysiotherapie**

- Resultaat eind 2022: er is inzicht in de verwijzing naar de oefen/slaaptherapeut
- Slaaptherapie wordt ingezet bij slaapproblematiek.
- Psychosomatische OT/FT wordt ingezet bij lichamelijke klachten.
- Opstarten MIS per jan. 2022 voor patiënten > 65 jaar

Eerste vraag is of bovengenoemde punt staat verwoord zoals we hebben bedoeld. Dit blijkt volgens de betrokkenen het geval te zijn. Volgende vraag is hoe we het in kaart gaan brengen?

	<p>Darrel merkt op dat het voor hem lastig is om gegevens hierover uit te draaien. Wel zet hij het concept positieve gezondheid regelmatig in bij mensen met een depressie en burn-out. Maar directe doorverwijzing naar de PMF voor depressie, is er weinig. Mensen melden zich vooral aan met lichamelijke, stress- en spanning gerelateerde klachten. En recent ook met long-covid klachten.</p> <p>Leonie heeft n.a.v. van de minimale interventie strategie uit 2019 gegevens verzamelt. Uit de MIS gegevens van 2019/2020 blijkt bij Leonie dat er 47 patiënten waren met slaapproblemen en bij 12 patiënten afbouw van benzo's centraal stonden. In 2020 5 personen die benzo's afbouwden en in 2021, 9 personen.</p> <p>De consulten worden vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Mocht iemand niet voldoende verzekerd zijn dan haken er wel eens mensen. Vervolgens wordt kort besproken dat medicatie/ consulten niet altijd worden vergoed, maar dat het ten diepste altijd om MOTIVATIE gaat bij mensen en er ook regelmatig een DREMPEL is om hup te zoeken. 10% van de patiënten heeft een B2-code (bijv. Tgv Psychiatrie of Kanker), deze codes worden volledig vergoed. De vraag is wat het percentage Benzo gebruik is onder patiënten met een B2 code. Deze patiënten met B2 code zouden als benchmark kunnen worden gebruikt.</p> <p>Korte discussie tussen o.a. Carlo van Tol en Leonie Porton of zure kersensap kan bijdragen aan het verbeteren van de slaap. Carlo benadrukt positief effect te hebben gemerkt (bijvoorbeeld het 'strohalm' effect) en heeft ook wetenschappelijke artikelen/bewijzen hierover gelezen, Leonie vraagt zich af of er ook gekeken is naar het effect van bessensap op lange termijn. Daar het (nog)niet bekend staat als een baanbrekend middel. Het gaat in hulpmiddelen om de vraag of chemische stoffen aanwezig zijn om het slaapritme te ondersteunen. Uiteindelijk zijn we het er over eens dat het in positieve gezondheid gaat om totaal pakket:</p> <p>Slapen, gezond eten en leven.</p> <p>Behandeling moet dus gericht zijn op:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-voldoende slaap</li> <li>-stressreductie</li> <li>-voldoende beweging</li> <li>-gezonde voeding</li> <li>-positief zelfbeeld</li> </ul> <p>ACTIE: ??</p> <p>DOOR WIE: ons allen</p>	
5	<p><b>Vergaderdata 2022 12:15-13:15u</b></p> <p>Di 22 maart</p> <p>Woe 15 juni FTO</p> <p>Di 21 juni</p> <p>Di 11 oktober</p> <p>Di 13 december</p>	

6	<b>Afsluiting-rondvraag</b> <b><u>Schema notulisten:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ingrid Spruit</li><li>• Judith Kranendonk</li><li>• Leonie Porton</li><li>• Anouk Heinddijk</li><li>• Darrel Badal</li><li>• Kitty Bouwmeester</li><li>• Etienne Maassen</li><li>• Carlo/Erwina</li></ul>	
---	---	--