

AXXON zet in op preventie

Gezondere maatschappij

Op persoonsniveau

Op budgettair niveau

Maatschappelijke rol kinesitherapeut

Vlaamse aanbeveling via strategisch plan 'De Vlaming leeft gezonder in 2025'

Doel : Via preventiestrategieën de burger 'gezonder maken'

Globaal genomen wordt er verwacht telkens aandacht te besteden aan de volgende types van strategieën:

- educatie (E) -> correcte informatie
- omgevingsinterventie (O) -> nudging
- afspraken en regels (B) -> tussen verschillende intermediairen
- zorg en begeleiding (Z) -> toeleiden naar hulp, laagdrempelige informatie en instrumenten om zelf gezonde keuzes te maken

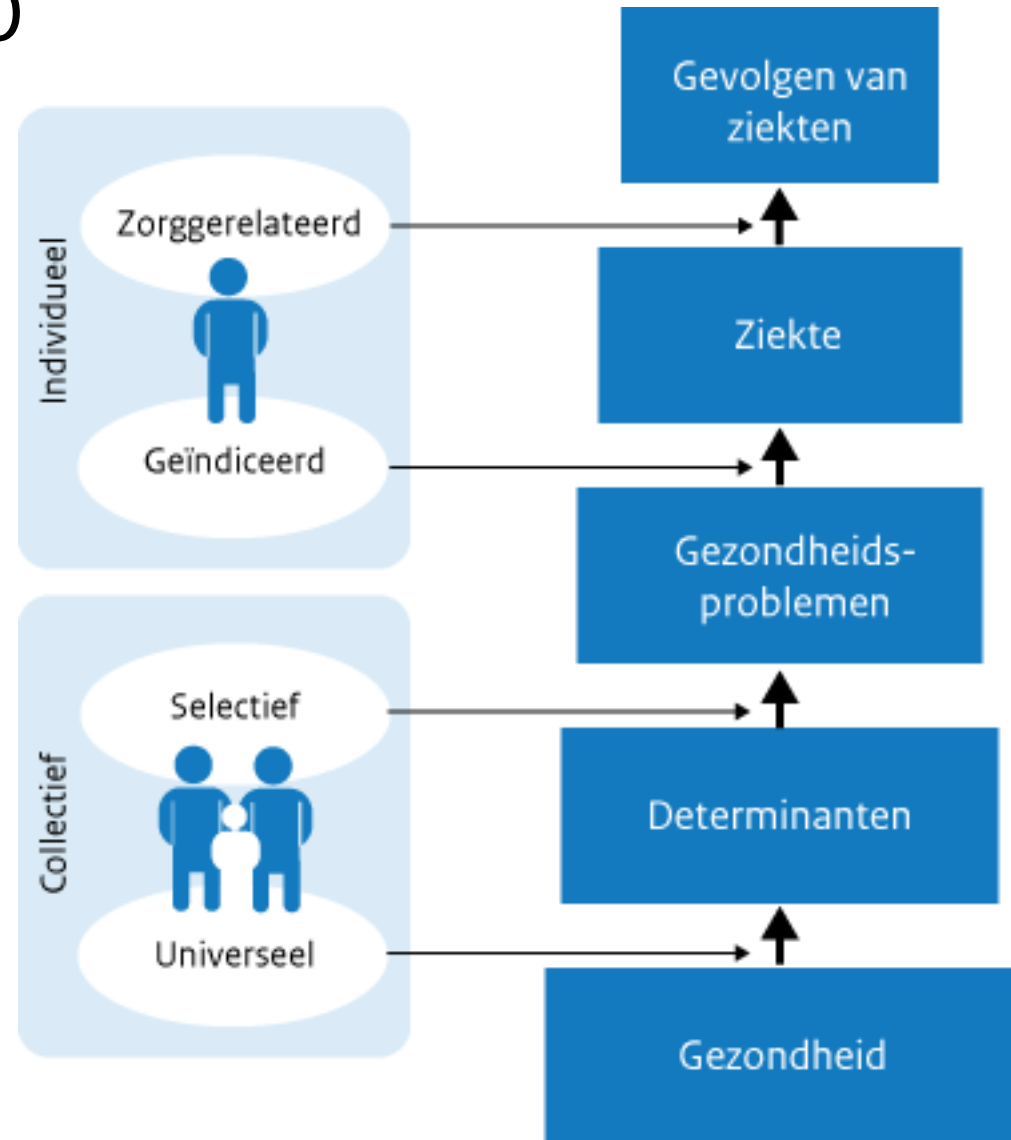
Preventie : what's in a name ?



"You have a condition whose name is very hard to remember."

Preventie vlg's doelgroep

- **Universele preventie** richt zich op de gezonde bevolking (of delen daarvan) en bevordert en beschermt actief de gezondheid van de bevolking;
- **Selectieve preventie** richt zich op bevolkingsgroepen met een verhoogd risico en voorkomt dat personen met één of meerdere risicofactoren (determinanten) voor een bepaalde aandoening daadwerkelijk ziek worden;
- **Geïndiceerde preventie** richt zich op mensen met beginnende klachten en voorkomt dat beginnende klachten verergeren tot een aandoening;
- **Zorggerelateerde preventie** richt zich op mensen met een ziekte of aandoening en voorkomt dat een bestaande aandoening leidt tot complicaties, beperkingen, een lagere kwaliteit van leven of sterfte.



Preventie vlg's fase van ziekte, opdeling uit gezondheidszorg

- **Primaire preventie:** activiteiten die voorkomen dat gezonde mensen een bepaald gezondheidsprobleem, ziekte of ongeval krijgen.
- **Secundaire preventie:** vroege opsporing van ziekten of afwijkingen bij personen die ziek zijn, een verhoogd risico lopen of een bepaalde genetische aanleg hebben. De ziekte kan daardoor eerder worden behandeld, zodat deze eerder geneest of niet erger wordt.
- **Tertiaire preventie:** voorkomen van complicaties en ziekteverergering bij patiënten. Ook het bevorderen van de zelfredzaamheid van patiënten valt hieronder.

Preventieve maatregelen vlg's het type maatregel

- **Ziektepreventie:** voorkomt specifieke ziekten of signaleert deze vroegtijdig. Voorbeelden: screening, vaccinaties en preventieve medicatie.
- **Gezondheidsbevordering:** bevordert een gezonde leefstijl en een gezonde sociale en fysieke omgeving.
- **Gezondheidsbescherming:** beschermt de bevolking tegen gezondheidsbedreigende factoren. Voorbeelden: kwaliteitsbewaking van drink- en zwemwater, afvalverwijdering en verkeersveiligheid.

Preventie-acties door AXXON

-> WG preventie KiK en QeK

-> op de website een katern 'preventie'

-> in de nieuwsbrief elke maand 1 item rond preventie + ook op website blijvend te consulteren

- [Preventiestrategie](#)
- [Vaccinatie](#)
- [Bewegingsdriehoek](#)
- [Bewegen Op Verwijzing](#)
- [10.000 stappen](#)
- [Valpreventie](#)
- [Mentaal welzijn](#)
- [Rookstop](#)

DvdK werd WvdK werd WvdP

Week van de Preventie :

Dag 1: De bewegingsdriehoek, voedingsdriehoek en geluksdriehoek, & kinesitherapie

Dag 2: Webinar 'De bewegingsdriehoek en de nieuwe Vlaamse gezondheidsaanbevelingen'

Dag 3: Multidisciplinair samenwerken rond voeding en beweging

Dag 4: Stoppen met roken... waarom en hoe?

Dag 5: Relatie ergonomie en kinesitherapie

Preventie vanuit ABCIG's / ABSG's bekeken

Preventie materiaal

Hoe ?

-> samenwerkingsverbanden en convenanten tussen

- Gezond Leven
- Eetexpert
- VBVD
- DiabetesLiga
- Rookstop - VRGT
- Liantis – preventie en welzijn
- Preventieplatform LOGO
- ...

Preventie : Waarom door kinesitherapeuten ?

- + Tijdsduur
- + Vertrouwelijke vorm van contact
- + Expertise
- + Onderdeel van onze behandeling
- + onze behandeling op zich : gericht op fysiek herstel
~ spier
- + empathisch vermogen ~ MI
- + vertrouwde omgeving

4 risicofact => 4 metab/fysiol veranderingen

Gedragmatige risicofactoren =>

- Roken
- Overmatig alcoholgebruik
- Ongezond eetpatroon
- Fysieke inactiviteit

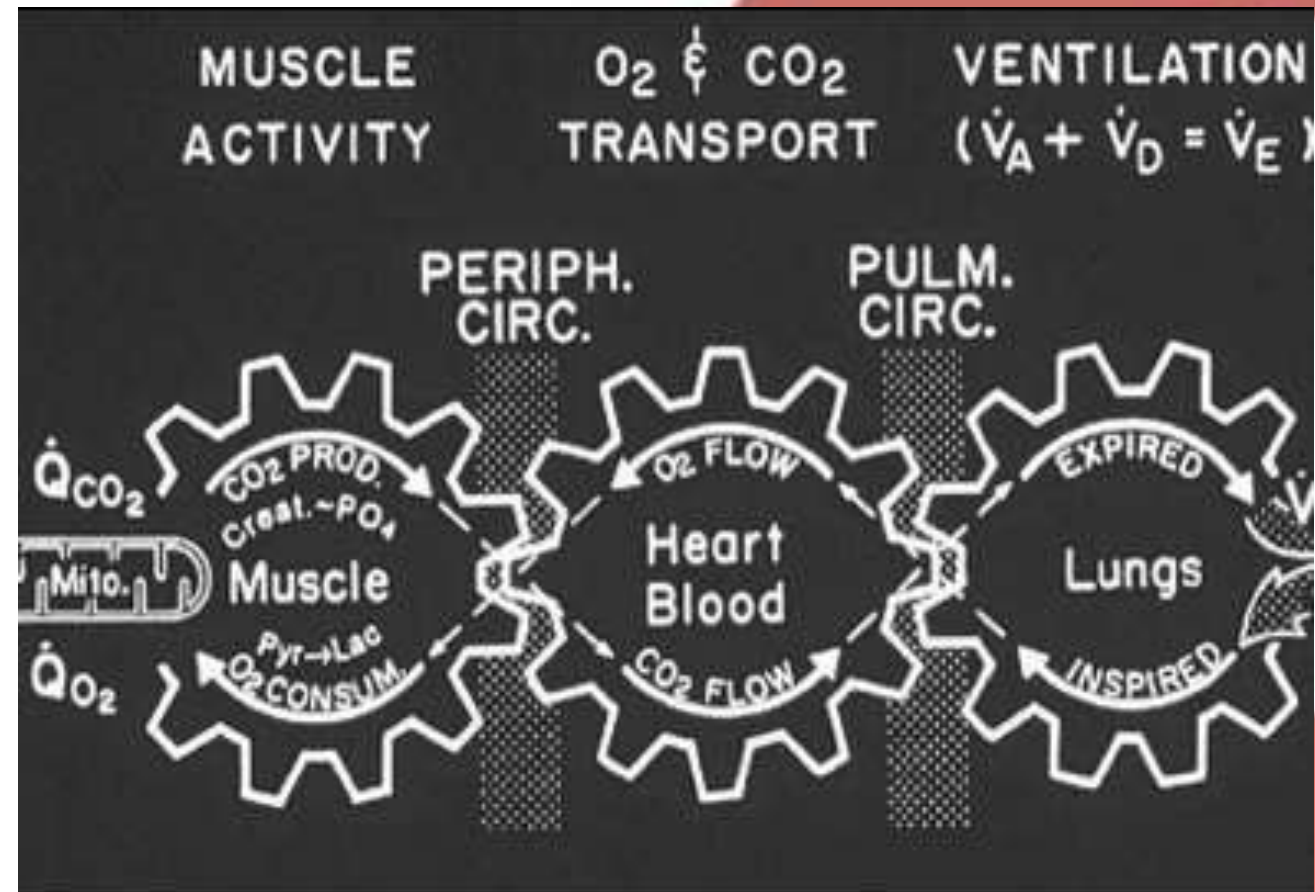
Metabole en fysiologische veranderingen

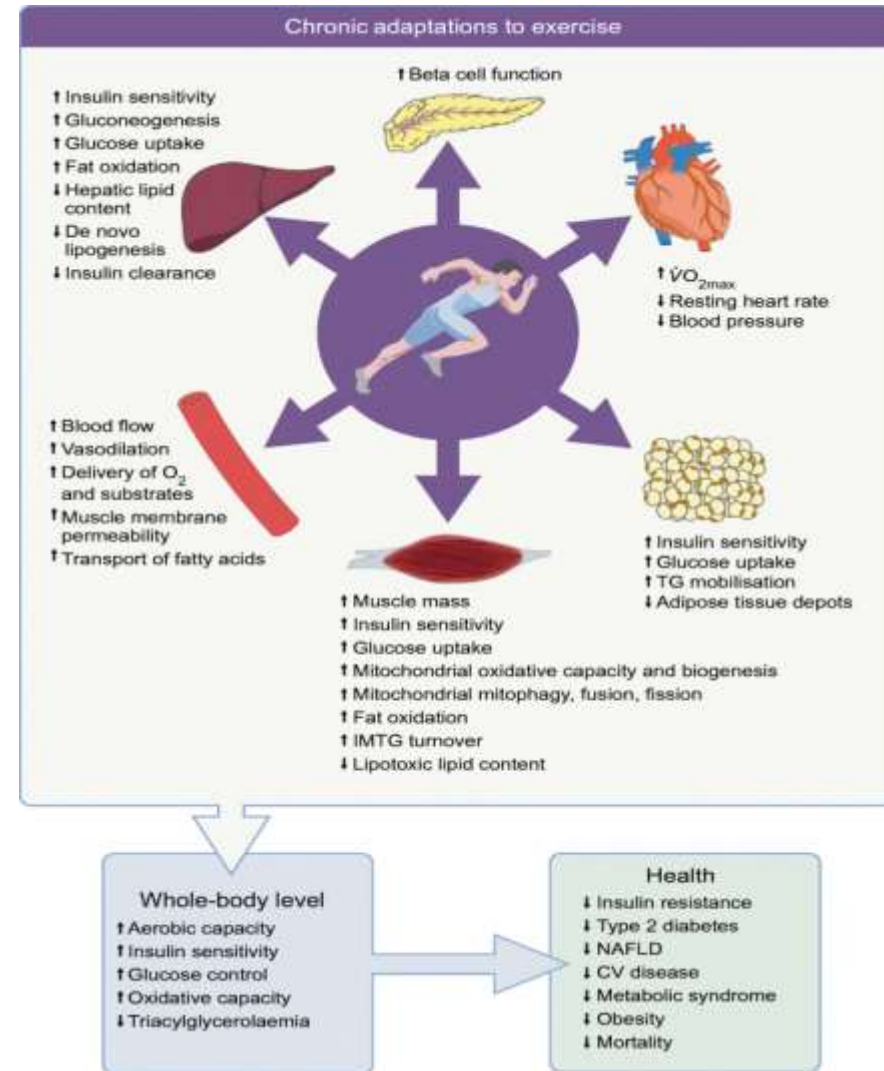
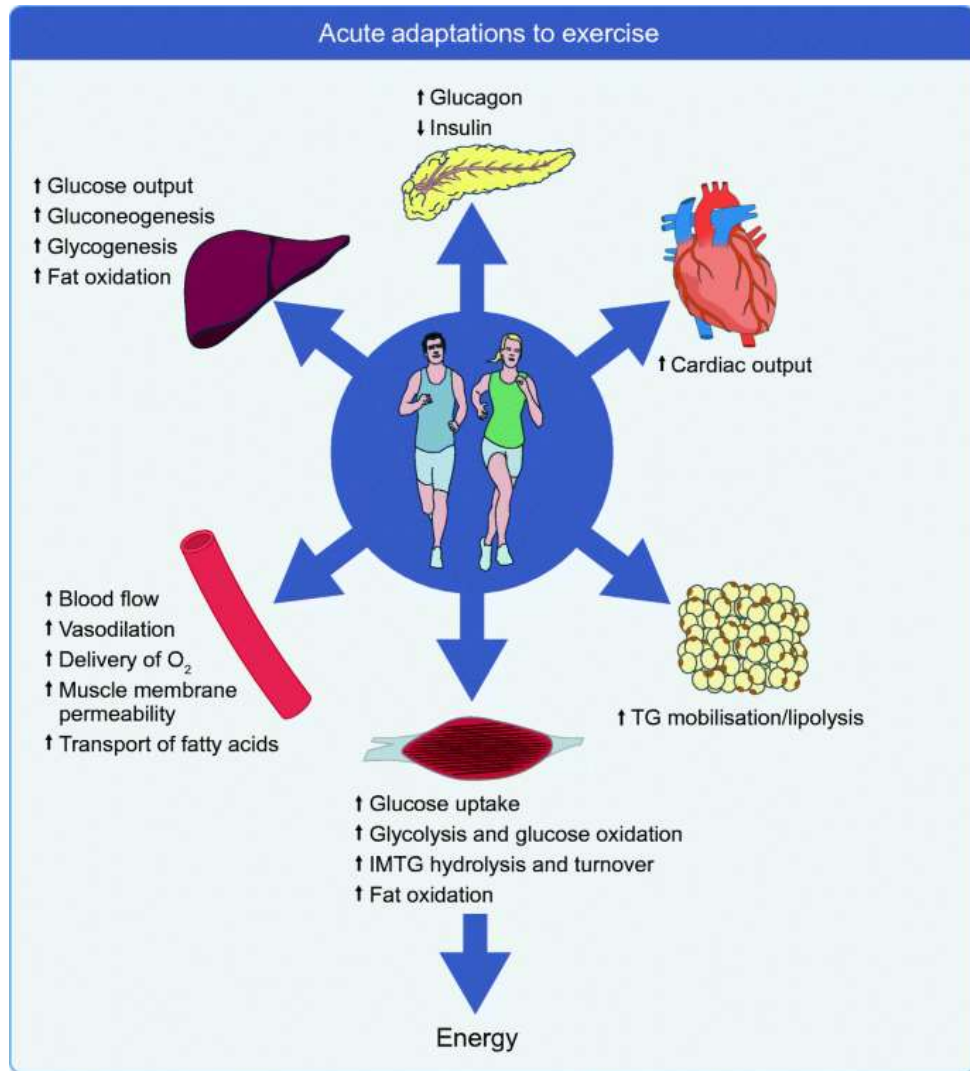
- Verhoogd cholesterolgehalte
- Hypertensie
- Verhoogde bloedglucosepiegel
- Overgewicht en obesitas

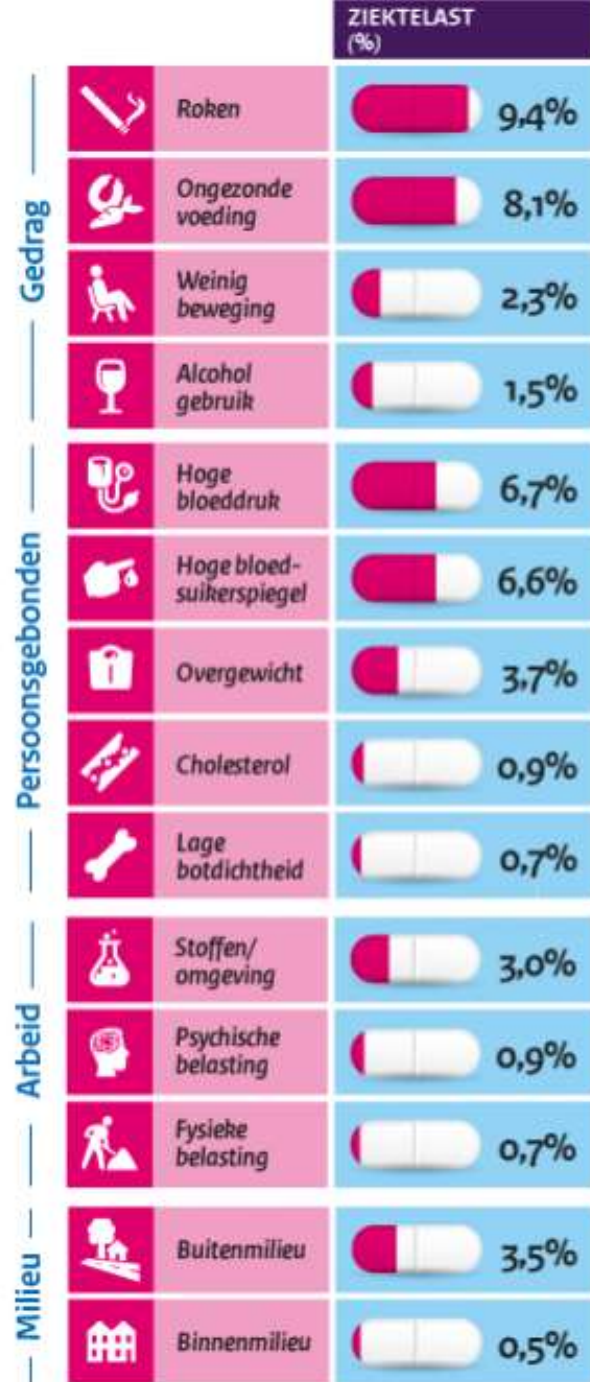
=>ontwikk van NCD's

Effect van fysieke activiteit ?

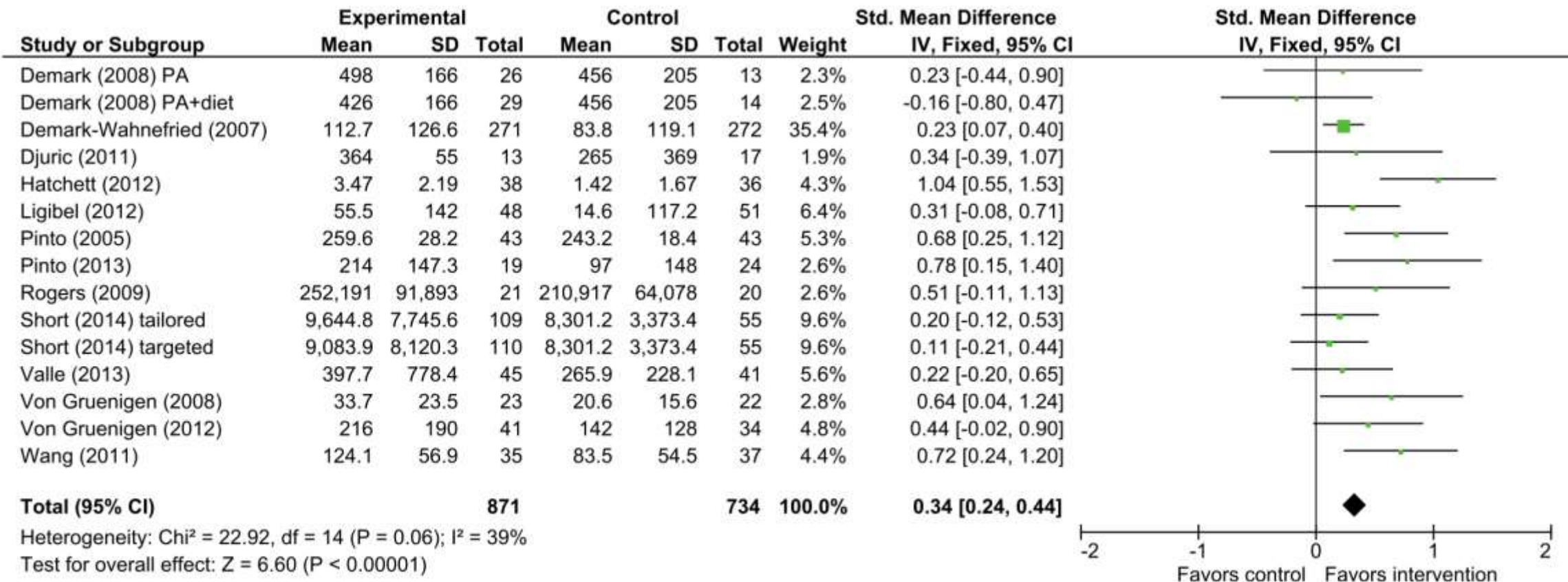
- Multifactorieel \leftrightarrow medicatie
- Multifactorieel : een groot aantal mechanismen op verschillende niveau's nl van moleculair niveau tot het systeemniveau => invloed op groot aantal ziektes.
- Fys act => aanpassing van lichaam op moleculair niveau = de spier als metabool orgaan \cong energiesysteem, cardiorespiratoire veranderingen, neuromusculaire adaptatie,



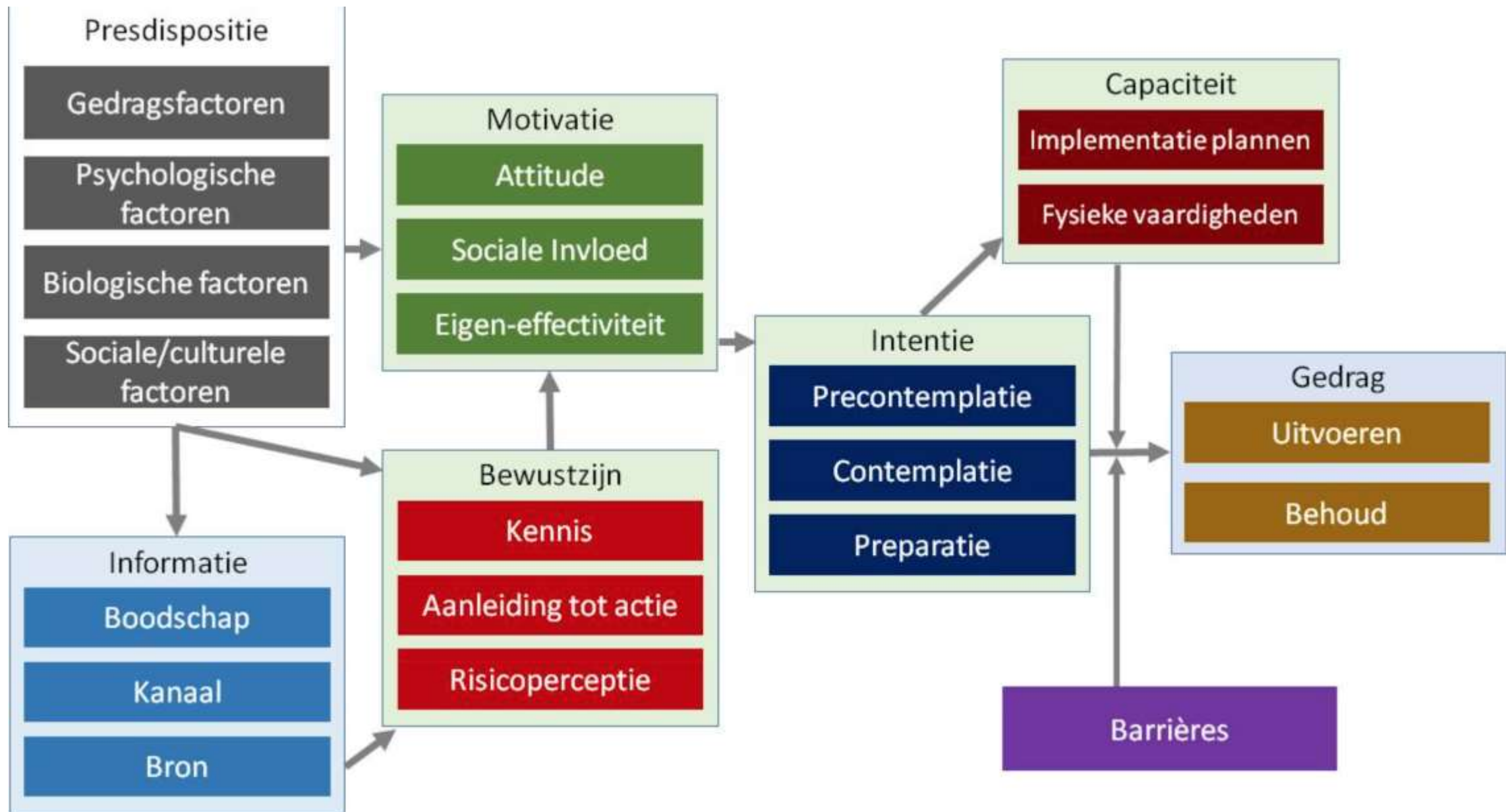




Bron: Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2018 (VTV-2018)



Er is een significant positief effect van de sociaal-cognitieve begeleiding op de verandering van fysieke activiteit bij kankerpatiënten.



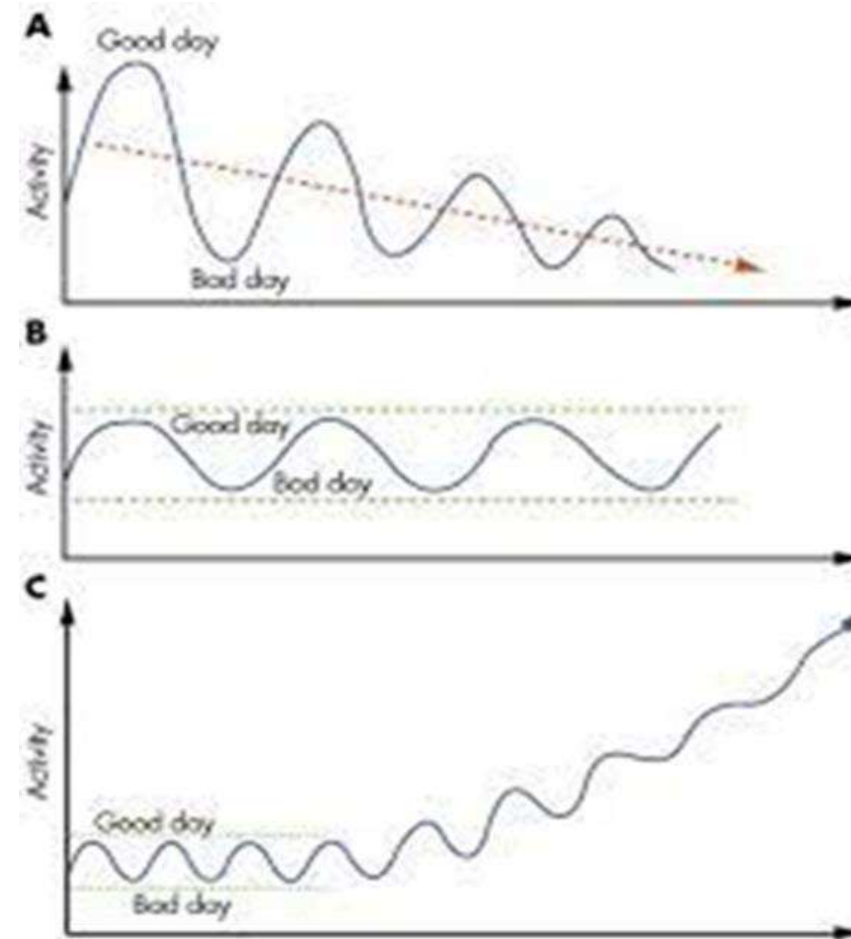
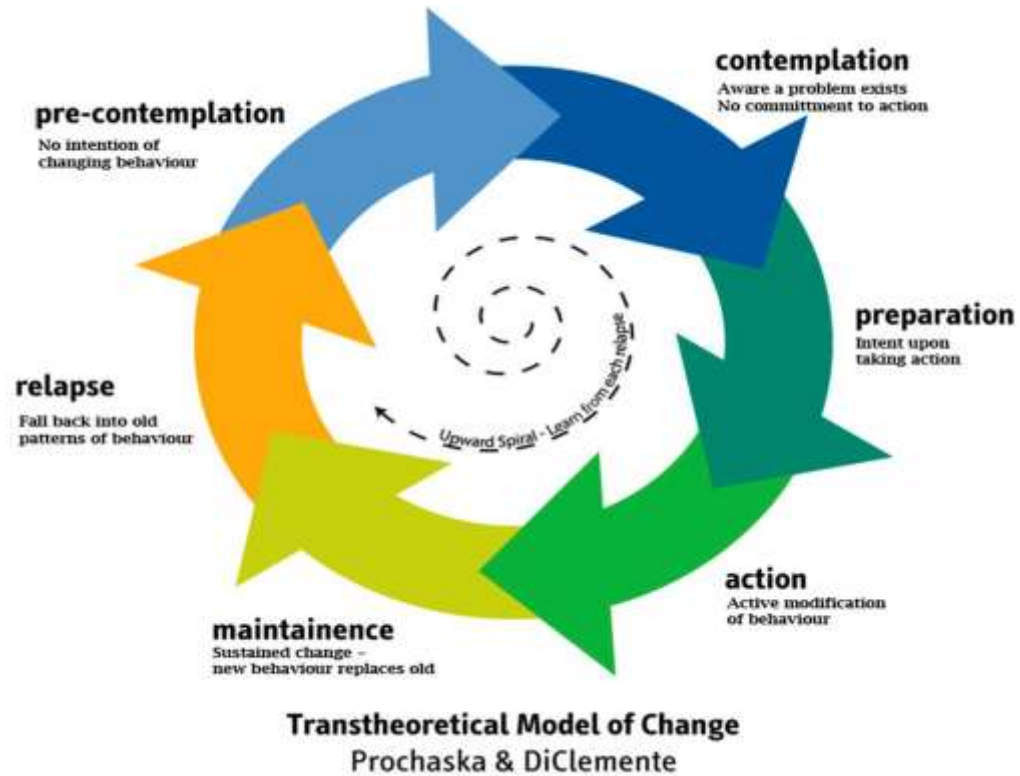
Preventie door kinesitherapeut ?

-> op basis van onze therapeutische alliantie ikv preventie gelinkt aan de hulpvraag

En/of

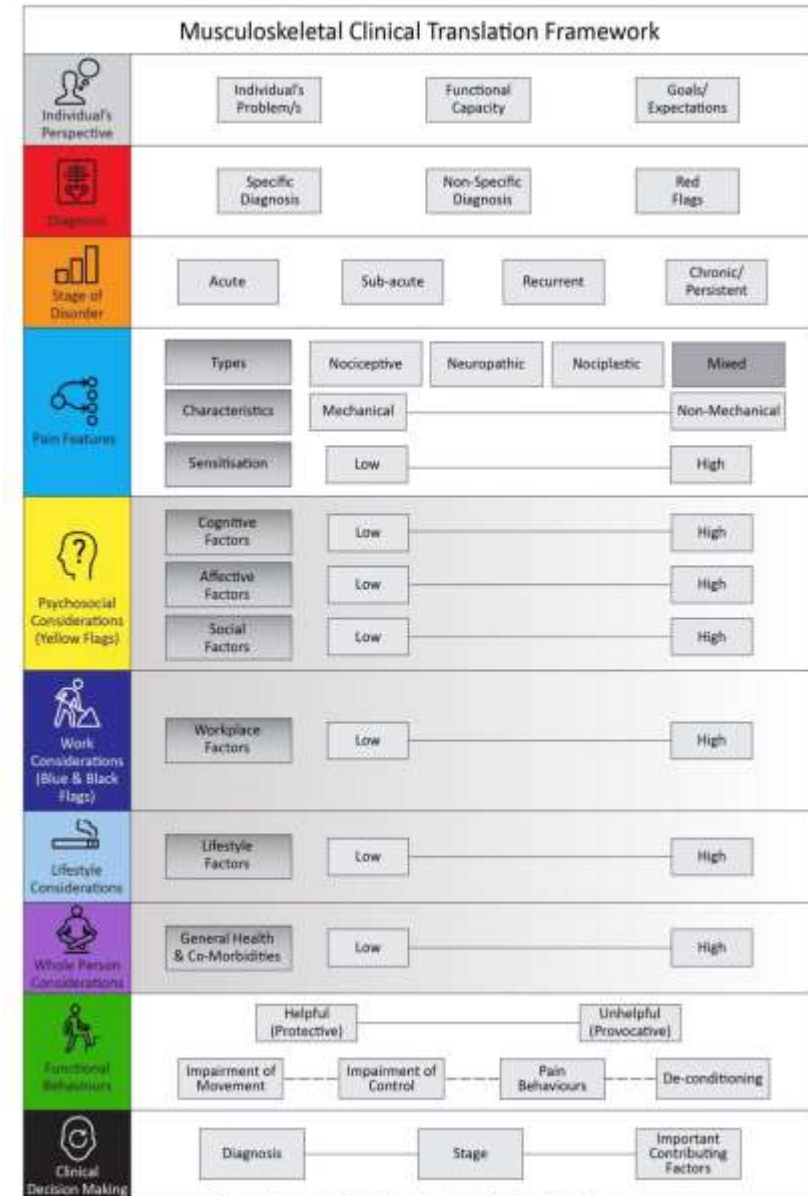
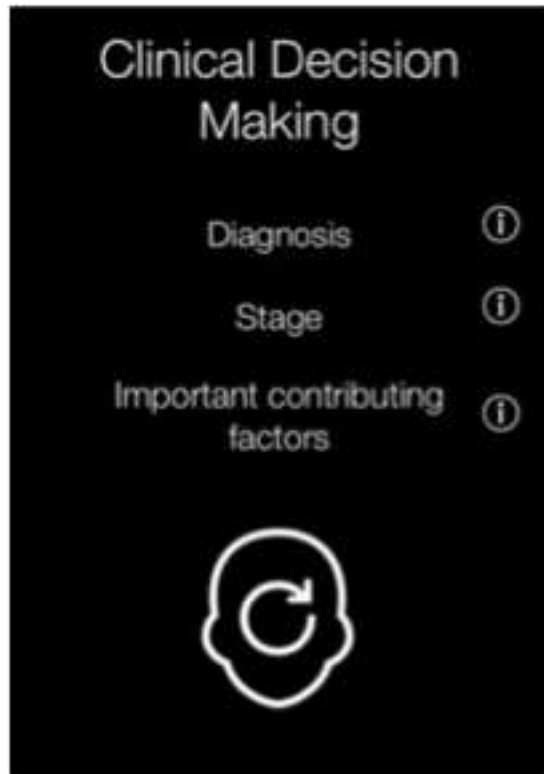
-> door gebruik te maken van deze therapeutische alliantie op biologisch-anatomisch vlak onze maatschappelijke rol opnemen en ruimer dan hulpvraag kijken

Educatie → keuze activiteit





<https://www.musculoskeletalframework.net/>



Developed by Postgraduate Musculoskeletal Physiotherapy Teaching Team, Curtin University. Tim Mitchell, Darren Beales, Helen Sleser & Peter O'Sullivan

Preventie door de kinesitherapeut : hoe ?

-> Via SET en Lifestylechance

Doel :

- gezondheid bevorderen
 - Reductie van beperkingen
 - In ADL fysiek actiever maken
 - Fysieke capaciteit verhogen
 - QoL verhogen
- = PREVENTIE

Preventie door gebruik te maken van

Metabole en fysiologische veranderingen

- Verhoogd cholesterolgehalte
- Hypertensie
- Verhoogde bloedglucosepiegel
- Overgewicht en obesitas

Gedragmatige risicofactoren

- Roken
- Overmatig alcoholgebruik
- Ongezond eetpatroon
- **Fysieke inactiviteit**

⇔ **Ontwikk van NCD's = preventie**