

Gezondheid voorop! EOSS in een notendop

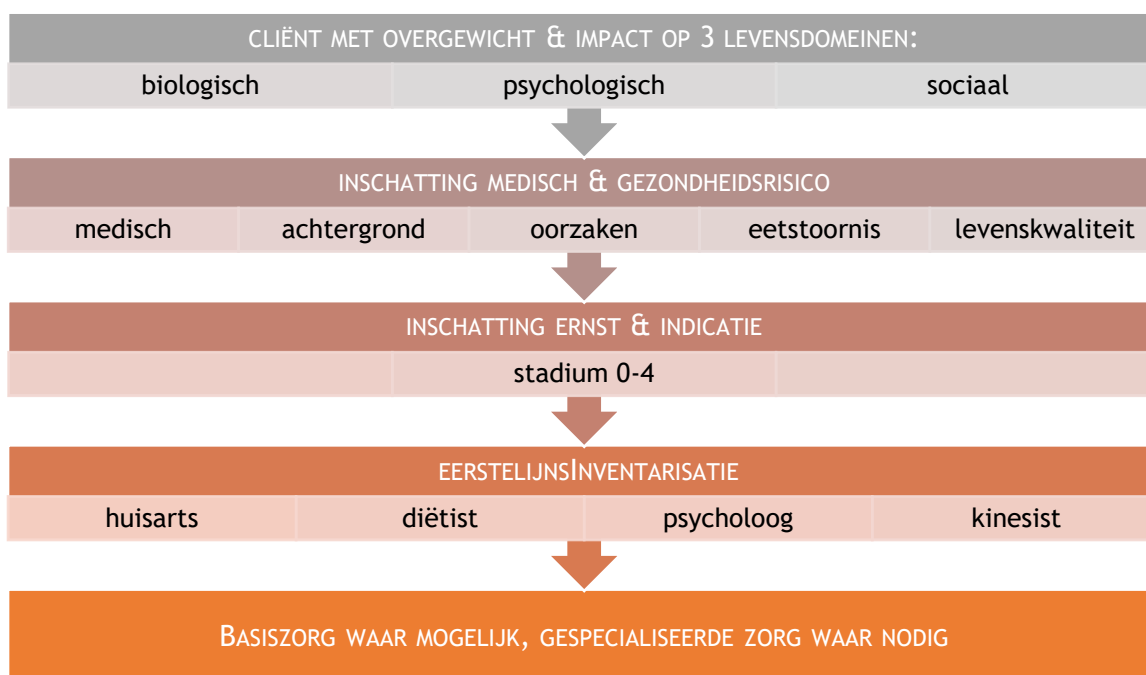
Wetenschappelijke evidentie

1. Gezondheidsparameters voorspellen beter morbiditeit en mortaliteit dan BMI alleen (Sharma & Kushner, 2009)¹.
2. Gedragsverandering met een focus op een gezonde leefstijl geeft duurzamere resultaten dan lijnen met een focus op gewichtsverlies²³⁴.

EOSS: wat en waarom?

Bij overgewicht kunnen we ernstinschatting, diagnose en behandeling pas doen na een brede gezondheidsinschatting. Welke medische én psychosociale comorbiditeiten zijn aanwezig? Het inventarisatiesysteem *Edmonton Obesity Staging System* (EOSS) helpt om bij een individuele cliënt de aard en de ernst van de zwaarlijvigheid in te schatten en een behandel op maat uit te werken.

Hoe concreet? Zie ook [stroomdiagram](#) Eetexpert!



¹ A. Sharma en R. Kushner, „Review: A proposed clinical staging system for obesity,” *International Journal of Obesity*, nr. 33, pp. 289-295, 2009.

² Minstens 80% van de lijners houden het verloren gewicht niet. Belgian Association for the Study of Obesity, „Een praktische gids voor de evaluatie en behandeling van overgewicht en obesitas,” BASO, Leuven, 2010.

³ Bij minstens 2/3^e van de lijners werd een hoger gewicht vastgesteld binnen de 2 jaar na aanvang van het dieet dan het gewicht voor de dieetpogingen. D. Neumark-Sztainer, M. Wall, M. Story en A. R. Standish, Dieting and unhealthy weight control behaviors during adolescence: Associations with 10-year changes in body mass index, *Journal of Adolescent Health*, vol. 50, nr. 1, pp. 80-86, 2012.

⁴ Amigo, I., Fernández, C. (2007). Effects of diets and their role in weight control, *Psychology, Health & Medicine*, 12(3): 321 – 327.

Van principes naar praktijk

ROL HULPVERLENER

VOORBEELDVRAGEN HULPVERLENER

<p>INSCHATTING BREDE HULPVRAAG</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Lees verwijsbrief huisarts ✓ Bevraag cliënt tijdens intake: intenties, verwachtingen, bezorgdheden ✓ Bepaal motivatiestadium (<i>verandercirkel + willen – kunnen – klaar zijn voor verandering</i>) en het type motivatie (<i>autonoom/gecontroleerd</i>) <p>→ Leg boodschap uit i.v.m. focus op gezondheidswinst in plaats van focus op gewichtsverlies.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Waar kan ik je mee helpen?</i> ○ <i>Welke verwachtingen (bezorgdheden) leven er bij jou?</i> ○ <i>Wat heb je al besproken met de huisarts?</i> ○ <i>Wat zijn voor jou belangrijke redenen om naar hier te komen?</i> ○ <i>In welke mate ben je bereid om inspanningen te leveren voor een gezond lichaam?</i> ○ <i>Wat heb je al geprobeerd? Met welk resultaat? Heb je zelf al een aanpak voor ogen?</i>
<p>INSCHATTING BREDE GEZONDHEIDSRISICO'S: AARD & ERNST ↓ MULTIDISCIPLINAIRE SAMENWERKING ↓ MULTIDISCIPLINAIRE COMMUNICATIE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Bevraag achtergrond - leefstijl ✓ Bevraag welbevinden, functionele beperkingen, veerkracht & sociale situatie ✓ Screen op eetstoornis (<i>ESP of SCOFF</i>) ✓ Betrek wie nodig voor diagnose <p>→ Interpreteer anamneses i.f.v. diagnose & betrek andere nodige disciplines</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ <i>(Vooraf) Is het mogelijk om de verwijsbrief van de huisarts mee te brengen?</i> ○ <i>Wat kan je vertellen over je verleden i.v.m. je gezondheid en pogingen om gezond te leven? Wat doe je vandaag om gezond te leven?</i> ○ <i>Hoe ziet jouw dagelijks leven eruit?</i> ○ <i>Wie zijn belangrijke mensen in jouw omgeving? Welke invloed hebben zij op jouw gezondheid?</i> ○ <i>Welke belemmeringen ervaar je op lichamelijk vlak omwille van het overgewicht?</i> ○ <i>Hoe goed voel je je in je vel? Welke invloed heeft je gewicht op hoe je je voelt?</i> ○ <i>Bevraag items instrumenten ESP / SCOFF</i>
<p>MOTIVATIE ALS NOODZAKELIJKE VOORWAARDE EN HEFBOOM NAAR LEVENSLANG SUCCES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Stem je aanpak af op het motivatie-stadium en -type 	<ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Wat heeft u al geprobeerd? Wat ging goed?</i> ○ <i>Welke inspanningen hebben bij u al resultaat opgeleverd?</i> ○ <i>We beginnen met een gezonde gewoonte die u haalbaar vindt en kijken volgende keer hoe dat gegaan is.</i>
<p>STEPPED CARE & CONTINUÏTEIT VAN ZORG: ○ BASISZORG WAAR MOGELIJK EN GESPECIALISEERDE ZORG WAAR NODIG ○ MULTIDISCIPLINAIRE AFSTEMMING ○ LEVENSLANG OPVOLGING OP MAAT</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Werk multidisciplinair volgens het EOSS-stadium ✓ Verwijs door – volg op – ontvang terugverwijzingen volgens het EOSS-stadium ✓ Hou rekening met de levensfasen ✓ Voorzie levenslange opvolging 	<p><i>Voorbeeldvragen aan zorgpartners:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Hoe verloopt de communicatie?</i> ○ <i>Kunnen we onze visie even afstemmen?</i> ○ <i>Welke signalen van de cliënt wijzen op de mogelijkheid voor terugverwijzing?</i> ○ <i>Wie doet wat concreet in een volgende behandelstap?</i> ○ <i>Hoe blijft de cliënt "aan boord" bij minstens één zorgpartner?</i>