



Leefstijl in de behandeling: wat werkt nu écht?

Dr. Jeroen Deenik



@jdeenik

ggz
CENTraal



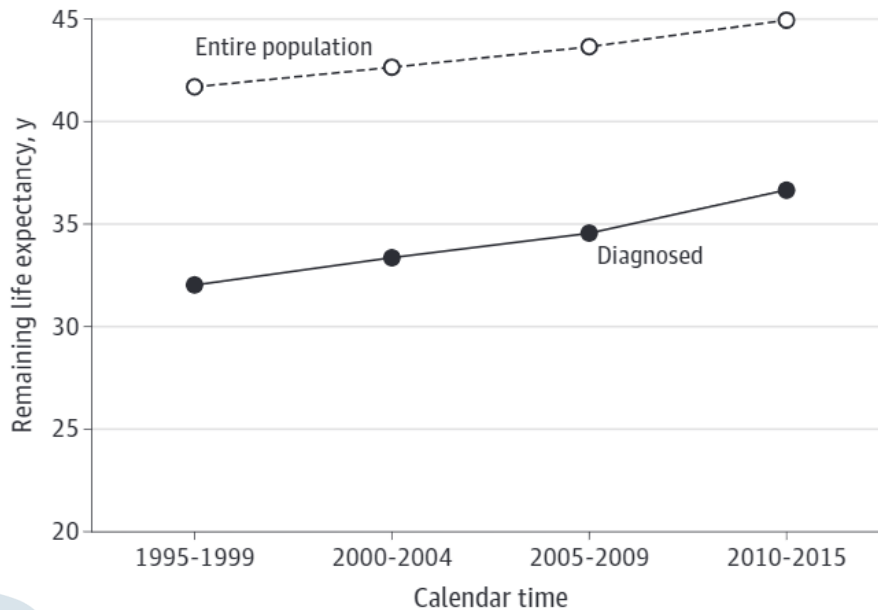
Maastricht University | MH&NS

school for
mental health
and neuroscience

Disclosure

Stichting tot Steun VCVGZ / ZonMw / Zorgondersteuningsfonds
Onafhankelijke subsidies

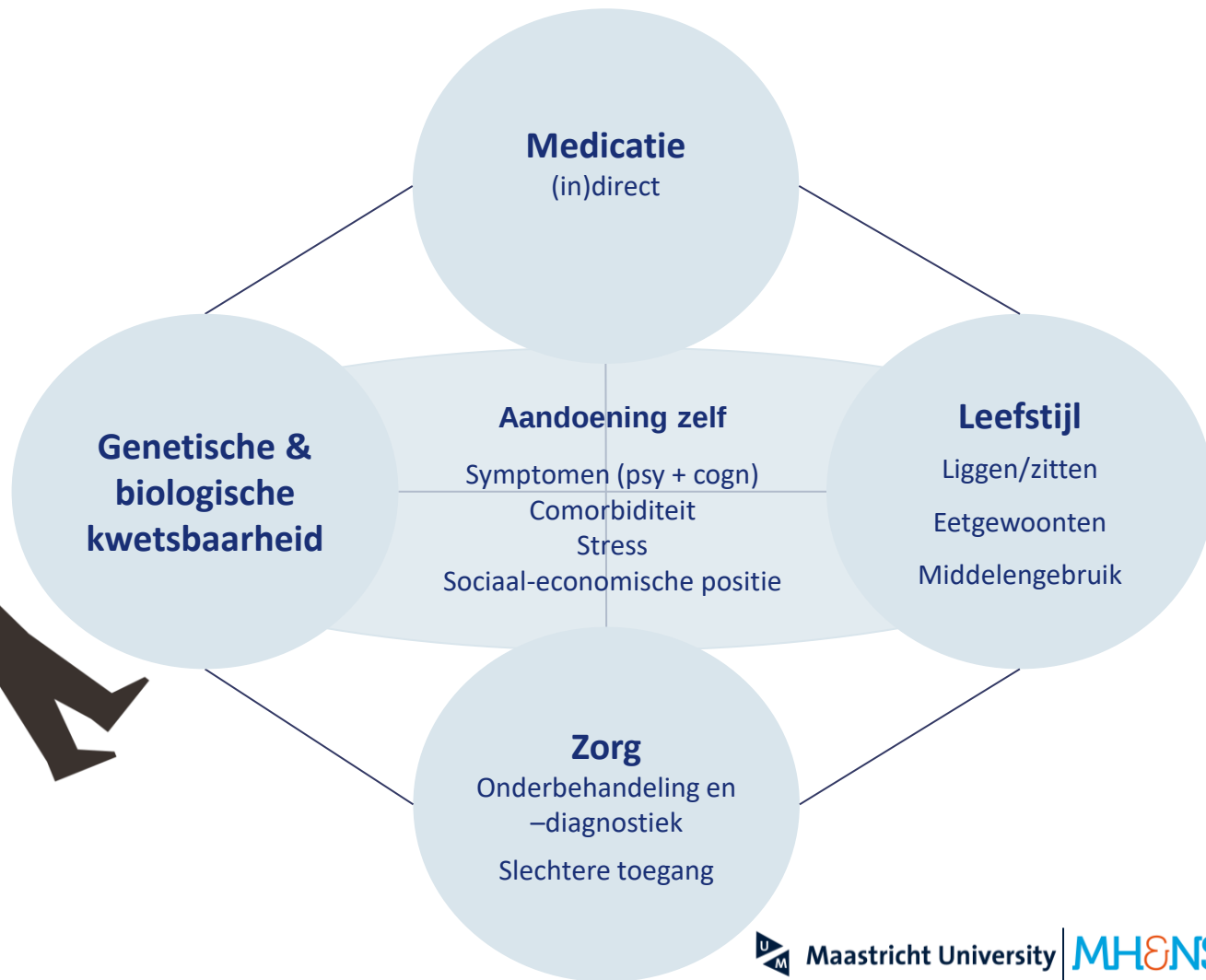
C Remaining life expectancy



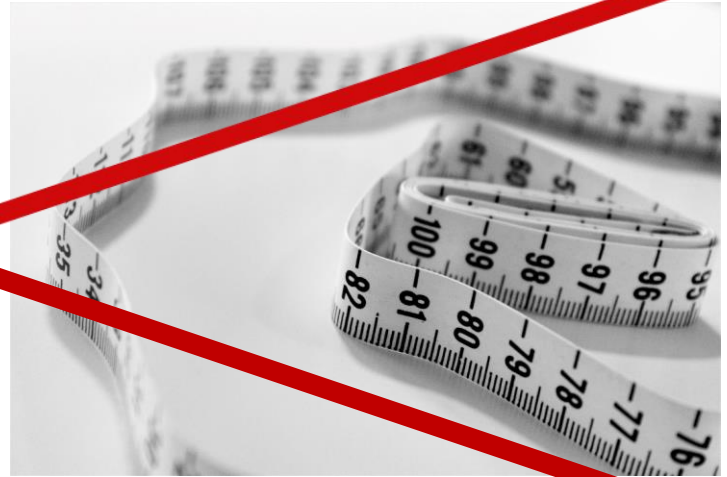
2.5x hoger risico vroegtijdig overlijden

2015: 8.3 jaar korter





Bewegen en afvallen



leef stijl

PSYCHIATRIE

> mijn.bel.nl

bohn
stafleu
van loghum

Onder redactie van:
Wiepke Cahn, Jeroen Deenik,
Jentien Vermeulen

LIFESTYLE PSYCHIATRY

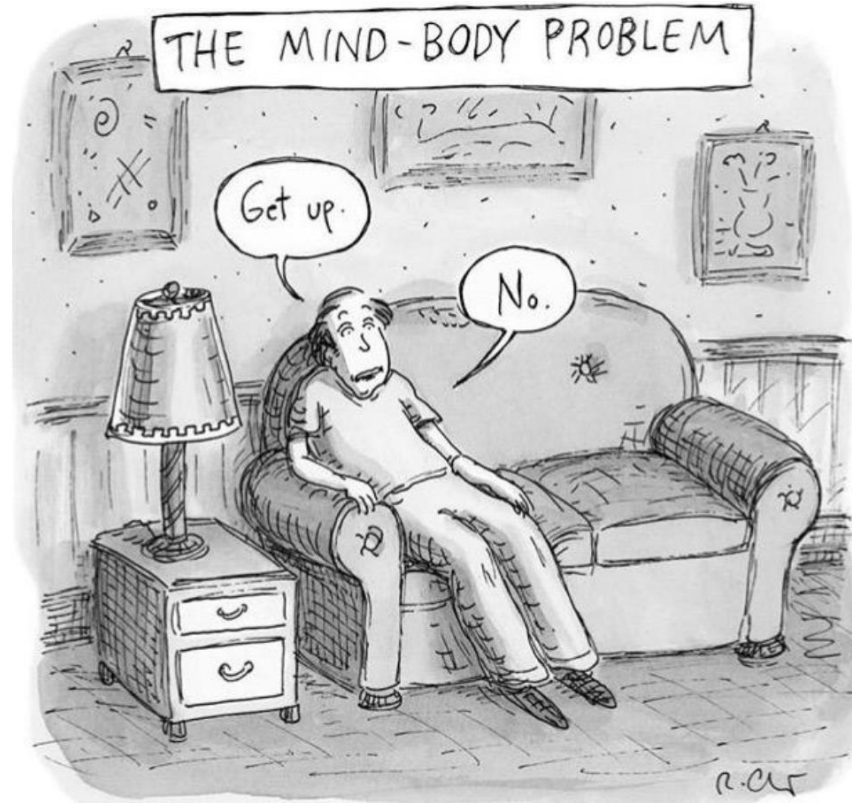
Edited by

Douglas L. Noordsy, M.D.

Leefstijlpsychiatrie

Voorgestelde definitie

Het toepassen van wetenschappelijke onderbouwde leefstijlinterventies (zowel individueel als omgevingsgericht), waaronder een gezond voedingspatroon, regelmatige beweging, gezonde slaap, vermijden van middelengebruik, stress management en positieve sociale verbondenheid, in de preventie en behandeling van psychiatrische aandoeningen, gegeven door gekwalificeerde professionals



Biswas et al. (2015); Stubbs et al. (2018); Firth et al. (2020)

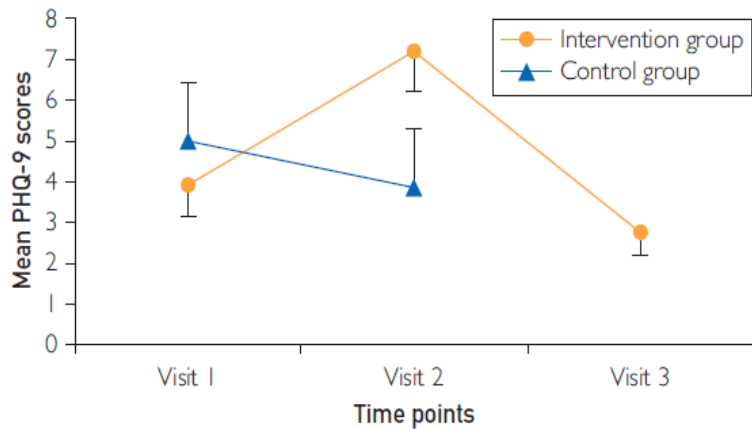
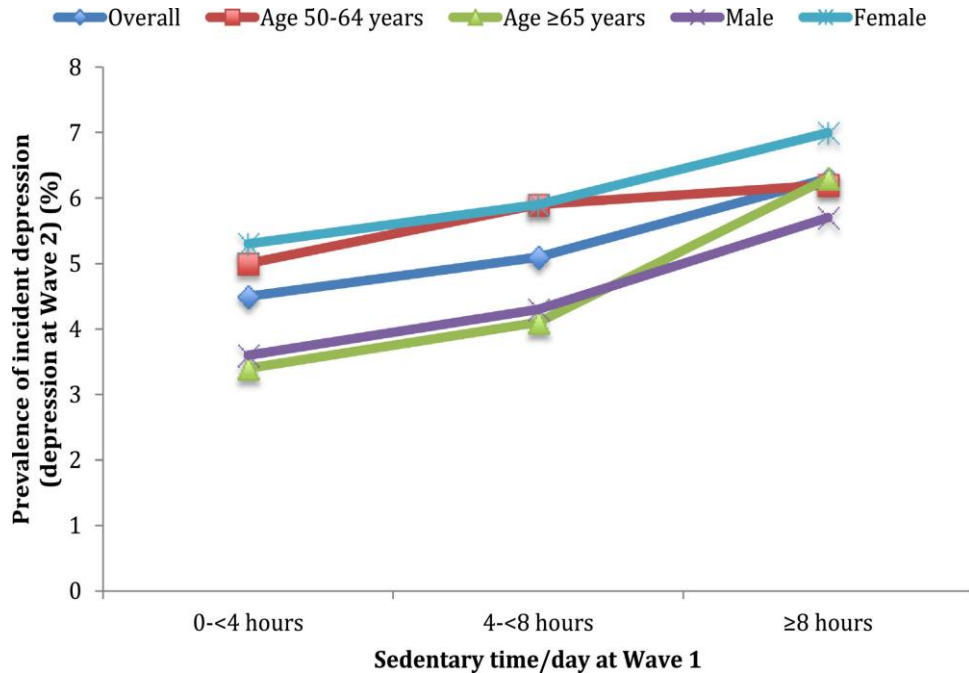
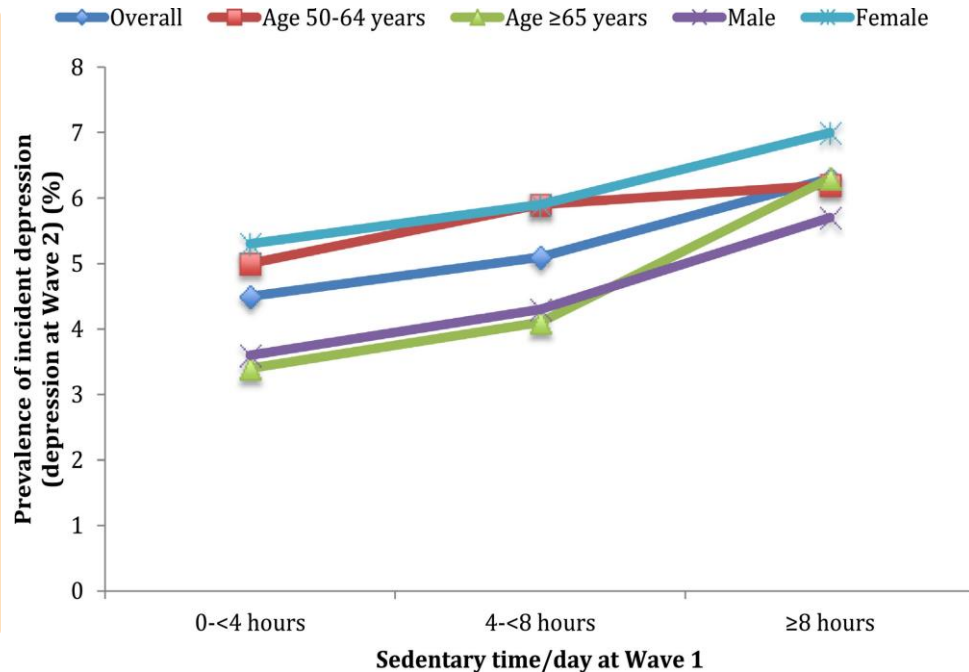
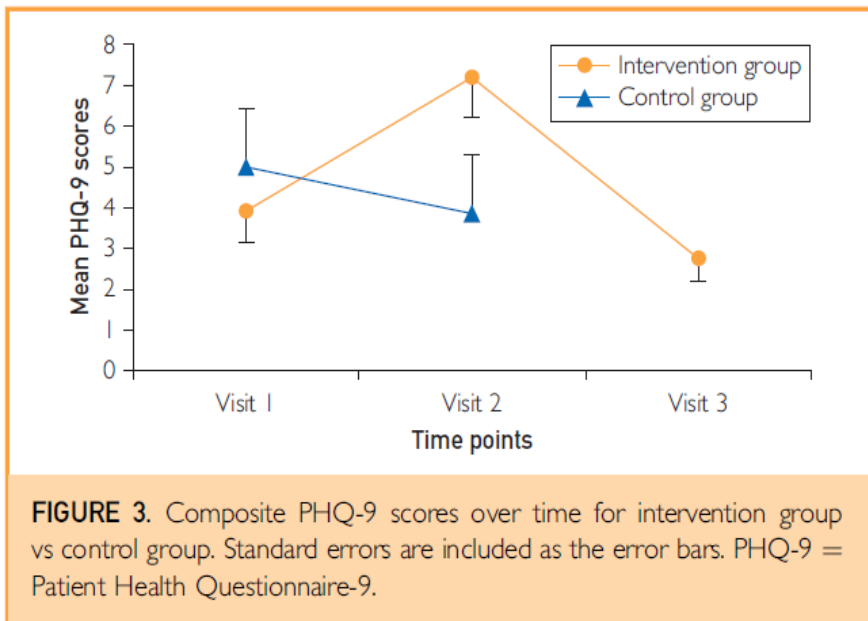


FIGURE 3. Composite PHQ-9 scores over time for intervention group vs control group. Standard errors are included as the error bars. PHQ-9 = Patient Health Questionnaire-9.





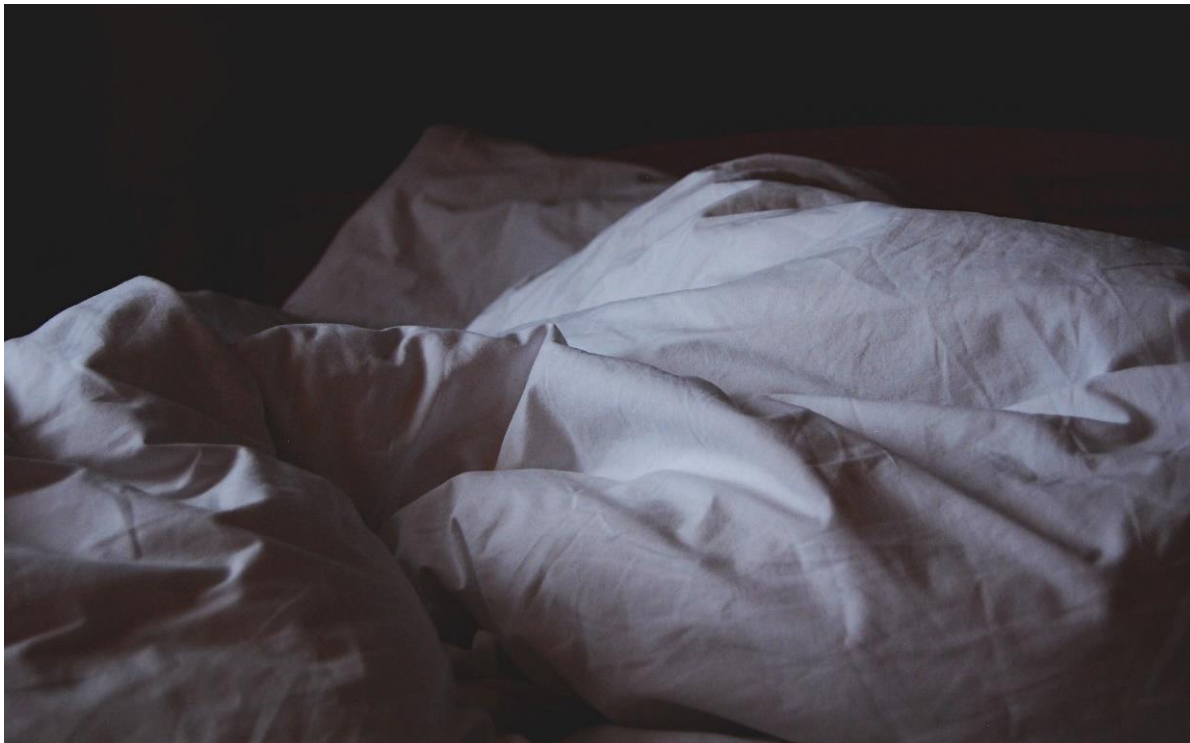
Depressie: ↓10-21%

Angst: ↓18,5-48%

Psychose & bipolair

Edwards & Loprinzi, Mayo Clin Proc. (2015); Vancampfort et al, J of Aff Dis(2019); Schuch et al, Am J Psy (2018)

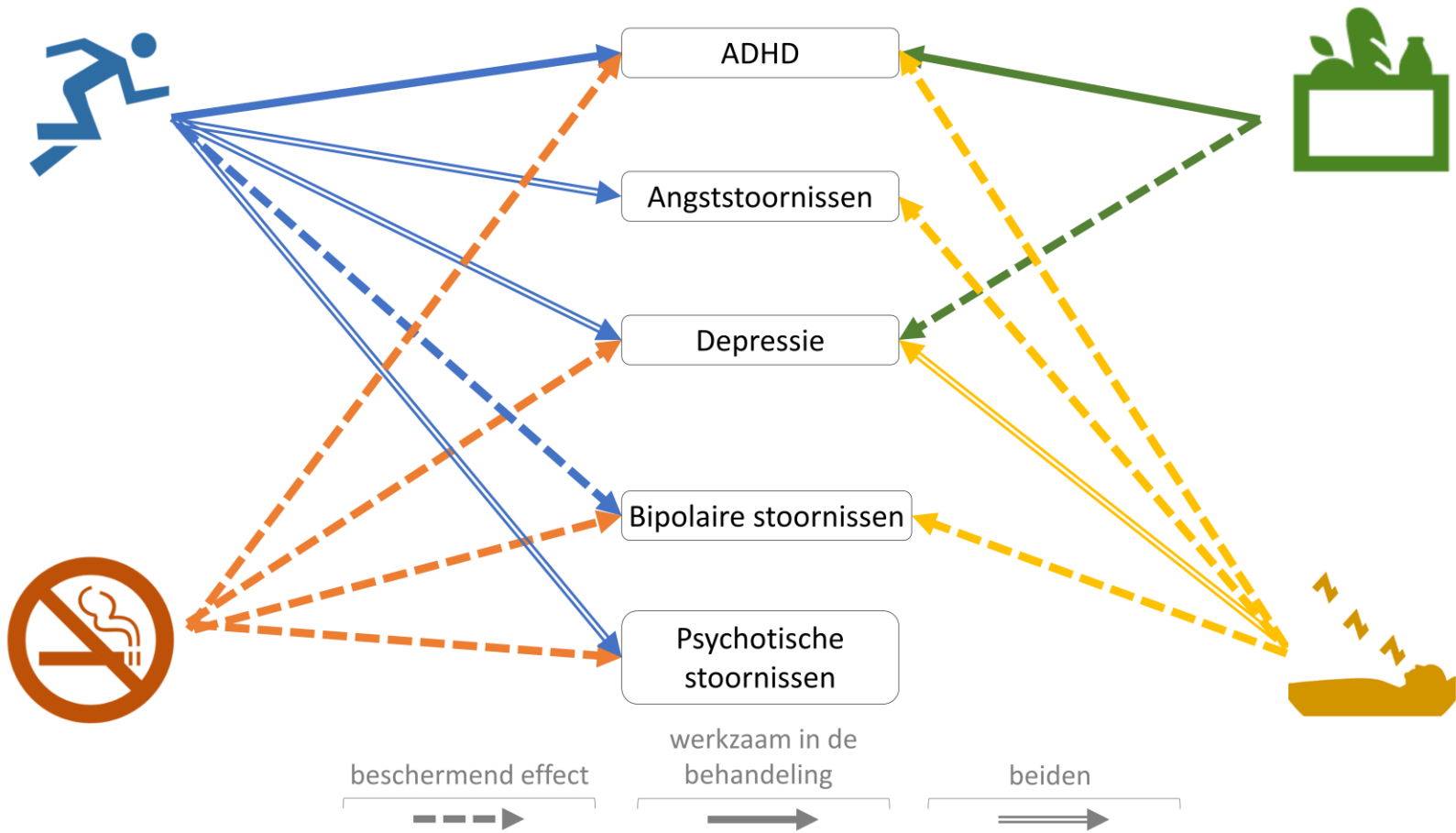




o.a. Lancel et al. (2020), Hale et al. (2020), Krystal (2020)



o.a. De Leon (2005), Vermeulen et al. (2018), Richardson (2019)



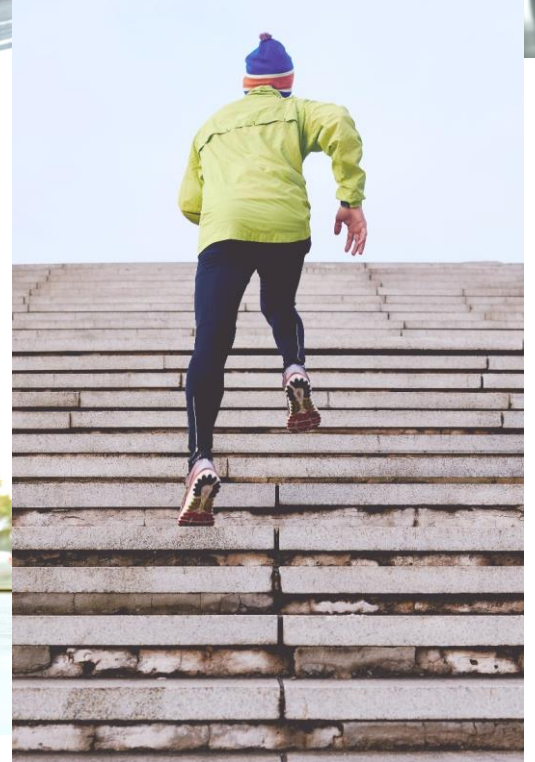
LEEFSTIJL ALS MEDICIJN?



Vancampfort et al., World Psychiatry (2019), Kvam et al, J Affect Disord. (2016), Cooney et al., Cochrane (2013), Naci et al., Br J Sports Med. (2015)

PHYS ED

How Exercise Might Keep Depression at Bay



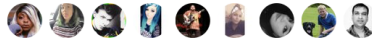


Follow

Sick of people who don't have a mental illness saying that I should exercise to help my mood. 90% of the time I don't even have the energy to shower or make food so how the fuck am I gonna exercise. Just shut up

9:13 AM

3,743 Retweets 15,206 Likes



145



3.7K



15K



Motivating factors and barriers towards exercise in severe mental illness: a systematic review and meta-analysis

Published online by Cambridge University Press: 09 August 2016

J. Firth, S. Rosenbaum, B. Stubbs, P. Gorczynski, A. R. Yung and D. Vancampfort



het team

psychiater
teamleider
(activiteiten) begeleiders
verpleegkundigen
diëtisten



algehele activatie

basis = dagstructuur

- meer beweging
- werk gerelateerde activiteiten
- psycho-educatie
- aandacht voor voeding
- vaardigheidstraining
- participatie van het team



op tijd opstaan



gezamenlijke maaltijden



actief dagprogramma

op
maat



Klik op de afbeelding voor de link naar het artikel

Cost-Effectiveness of a Multidisciplinary Lifestyle-Enhancing Treatment for Inpatients With Severe Mental Illness: The MULTI Study V

Jeroen Deenik , Chris van Lieshout, Harold F van Driel, Geert W J Frederix, Ingrid J M Hendriksen, Peter N van Harten, Diederik E Tenback

Schizophrenia Bulletin Open, Volume 3, Issue 1, January 2022, sgac022,

<https://doi.org/10.1093/schizbullopen/sgac022>

Published: 23 February 2022 [Article history](#) ▼

Interventie

Combinatie van elementen
Gekwalificeerde professionals
Toespitsing
Sociale component / samen doen
Onderhoud incl. strategieën

Medewerkers & cliënten

Haalbare doelen &
verwachtingen
Kennis en vaardigheden
Multi- en interdisciplinair
Eigen gedrag

Organisatie

Prioriteit en erkenning
Faciliteren
Formele afspraken
Kartrekkers met mandaat

Diabetes Prevention Program Research Group (2002), Firth et al. The Lancet (2019), Deenik et al. Transl Behav Med (2020), Deenik et al. Tijdschr Psychiatrie (2020)

Sociaal-maatschappelijk & psychosociaal



Proeftuin op de Noord-Veluwe

SAMENWERKING

Gemeente
Zorgverzekeraar
GGZ Centraal
Lokale aanbieders
Huisartsen
Sociaal en medisch domein

VERSCHIL GLI

Andere exclusiecriteria
Intensievere ondersteuning
Experts met ervaring psychiatrie
Doorverwijzing GGZ behandelaar
Multidisciplinaire aanpak



DEELNEMERS

Meest baat bij leefstijlinterventies
Ernstige psychiatrische aandoening
Metabole risico's

EFFECTIVITEIT

Wetenschappelijk bewijs
Structureel verlagen ziektelast
Duurzame gedragsverandering
Besparing Kosten
Positieve sociale effecten

[Klik op het logo voor de link naar de ZonMw website]

De rol van de zorgprofessional



Deenik et al. (in review), Belfrage (2018), Firth et al. (2019), Shrestha N et al., (2021)

Screening en diagnostiek



In de psychiatrie moeten standaard screenende vragen gesteld en gerapporteerd worden over leefstijl. Indien hiermee ingeschat wordt dat met leefstijlinterventies op de psychische (en lichamelijke) gezondheid winst te behalen is dan kan gestructureerd vervolgonderzoek worden gedaan om meer inzicht in de betreffende leefstijlgebieden te krijgen om passende interventies op te plegen.



Er bestaan verschillende, gevalideerde meetinstrumenten om individuele leefstijlfactoren te meten en waar nodig te diagnosticeren. Er is nog geen gevalideerd instrument beschikbaar om alle leefstijlfactoren in kaart te brengen.



Het is nuttig om in de anamnese routinematig screenende leefstijlvragen te stellen en dat na een halfjaar of een jaar opnieuw te doen. Waarschijnlijk kunnen toekomstige e-healthontwikkelingen het meten en toepassen van interventies vergemakkelijken.



Pragmatische meetmethoden kunnen al gebruikt worden om leefstijl laagdrempelig bespreekbaar en inzichtelijker te maken.



WAT LIGT VOOR ONS





Motie

Motie van het lid Diertens c.s. over leefstijlpsychiatrie

Stemmingsuitslag



1 februari 2021



32793-532



Motie

Aangenomen met handopsteken

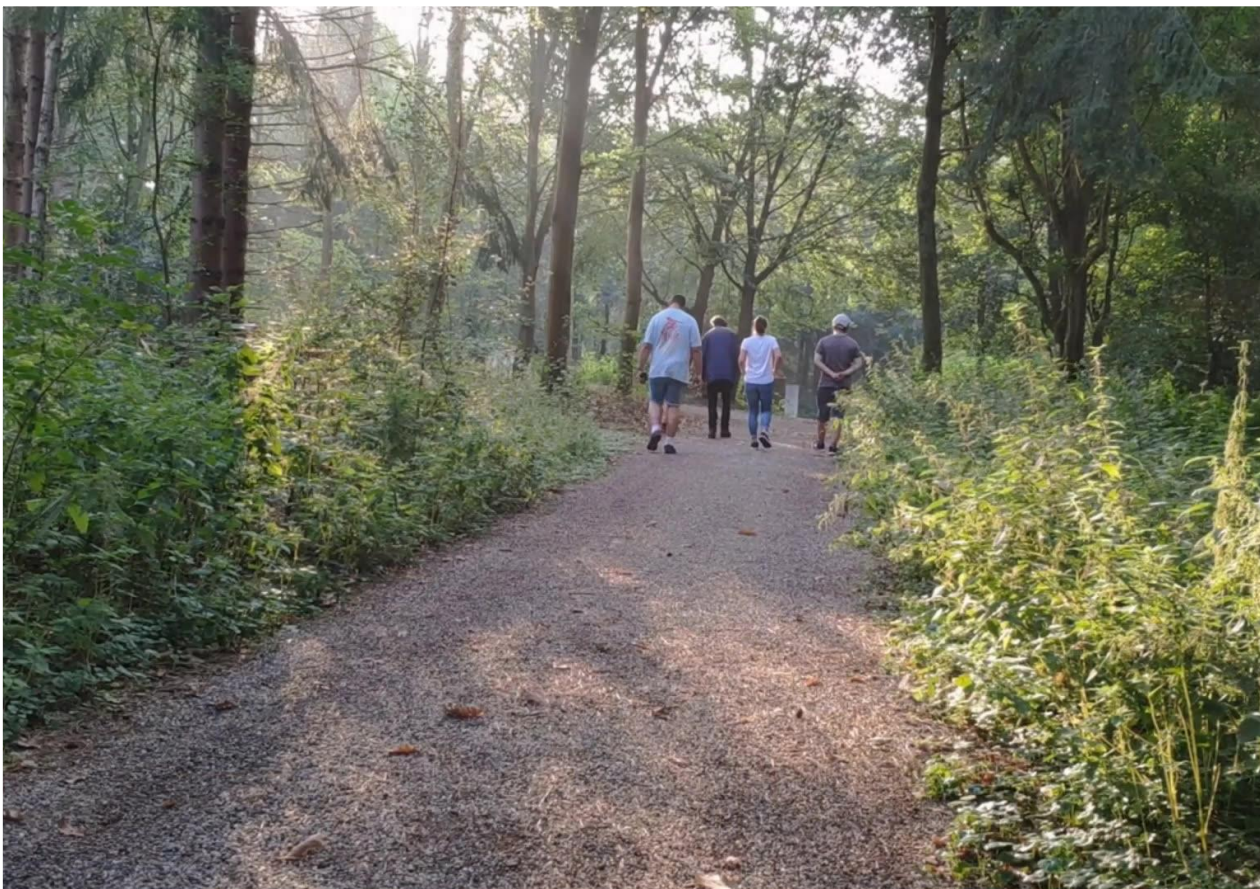
Voor

75

149

129

+ detail stemming



MET DANK AAN

Clënten en collega's, o.a.

Simon Rosenbaum

Philip Ward

Peter van Harten

Diederik Tenback

Ingrid Hendriksen

Felipe Schuch

Davy Vancampfort

Joseph Firth

Brendon Stubbs

Louise Czosnek



www.ggzcentraal.nl/leefstijl



@jdeenik



linkedin.com/in/jdeenik

j.deenik@ggzcentraal.nl



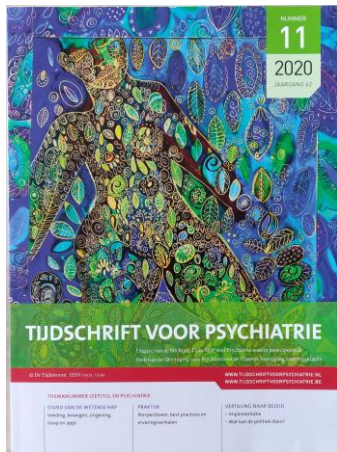
Maastricht University



school for
mental health
and neuroscience

Beschikbare informatie & scholing

[Klik op de titel voor meer informatie]



Deeltijd 'Leefstijl in de GGZ'

voor professionals in de GGZ – MBO & HBO variant

GGZ Ecademy module Leefstijl

gratis 2 uurs module voor alle zorgprofessionals

Masterclass 'Leefstijlpsychiatrie'

voor behandelaren in de GGZ (halfjaarlijks herhaald)

Online cursus 'Leefstijlinterventies'

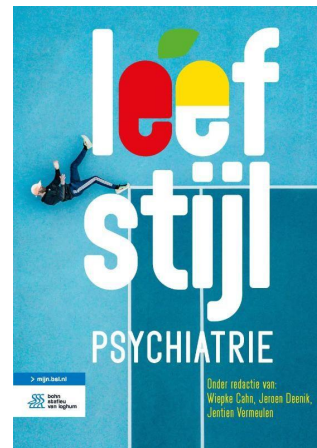
voor AIOS en medisch specialisten in de zorg

Leefstijl in Tijdschrift voor Psychiatrie

online open toegankelijk themanummer

Handboek 'Leefstijlpsychiatrie'

mei 2022





leef stijl

PSYCHIATRIE

> mijn.bsl.nl



Onder redactie van:
Wiepke Cahn, Jeroen Deenik,
Jentien Vermeulen

Congres

leefstijl psychiatrie

in de klinische praktijk

15 juni 2022, Vianen

