

Gesprekshulp Gezond Gewicht

Een snelle gids voor professionals



Wat?

- Online vragenlijst.
- Helpt patiënt inzicht te krijgen in interventies bij overgewicht.

Waarom?

- Ter ondersteuning van het gesprek tussen zorgverlener en patiënt.
- Om zo samen te beslissen over passende zorg.

De gesprekshulp **ondersteunt** het stappenplan van **behandelovergewicht.nl**.

1 Vraag

Vraag toestemming om over overgewicht te praten.

2 Stel vast

Bepaal het gewichtsgerelateerd gezondheidsrisico (GGR).

3 Onderzoek

Onderzoek onderliggende oorzaken.

www.checkoorzakenovergewicht.nl

6 Monitor

Monitor het behandeltraject.

5 Beslis samen

Maak een behandelplan in overleg met de patiënt.

4 Bespreek

Verken de persoonlijke situatie en motivatie.



Ondersteun

Laat je patiënt de gesprekshulp invullen.

Kijk ook op: www.keuzehulp.info/aha/gezondgewicht

Voorbeeldzinnen voor in de spreekkamer

Wil je meer weten over overgewicht? En wat je eraan kunt doen? Dan kun je de gesprekshulp invullen. Dan kunnen we er de volgende keer samen over praten.

Je kan de gesprekshulp invullen op je mobiel. Of op je computer. Het duurt 10-30 minuten. Vraag hulp als je niet zeker weet of het je alleen lukt. Bijvoorbeeld aan familie of vrienden.

Deze gesprekshulp is er om je te helpen. Zodat je beter begrijpt wat we kunnen doen bij overgewicht. En we samen kunnen beslissen wat we gaan doen.

Inhoud

1. Informeer jezelf over overgewicht
2. Breng jouw situatie in kaart
3. Vergelijk mogelijke interventies
4. Test je kennis
5. Ontdek je motivatie

Praktische tips

Gebruik de gesprekshulp in een van de volgende situaties, als:

- je moeite hebt om het gesprek over gewicht te beginnen;
- het gesprek over overgewicht stroef verloopt;
- je patiënt moeite heeft met gezondheidsinformatie;
- eerdere interventies niet werkten;
- er een andere interventie moet worden overwogen.

Laat de patiënt de hulp zelfstandig invullen. Lukt dat niet? Laat iemand uit de omgeving helpen, of bekijk de hulp samen.

Meer weten?

- Voorbeeldmail
- E-learning Effectief communiceren
- Meer ondersteuningsmateriaal

