

## Wat werkt bij de gecombineerde leefstijlinterventie

Mei 2019

---

**Succesvol aan de slag met de gecombineerde leefstijlinterventies kan vanaf nu met het gelijknamige Wat werkt dossier voor de behandeling van overgewicht bij volwassenen. Staatssecretaris Paul Blokhuis zette het nieuwe dossier op Loketgezondleven.nl vandaag zelf live tijdens zijn werkbezoek aan het RIVM. In dit dossier zet het RIVM belangrijke feiten en werkzame elementen van de gecombineerde leefstijlinterventie op een rij. Ook biedt het gemeenten, zorgprofessionals en zorginkopers handvatten hoe deze preventieve aanpak efficiënt en laagdrempelig te organiseren.**

Met de gecombineerde leefstijlinterventie, die sinds 2019 valt onder de basisverzekering, werken volwassenen aan hun leefstijl met aandacht voor gezonde voeding, bewegen en factoren die een gezonde leefstijl beïnvloeden (bijvoorbeeld stress en slaapgebrek). Huisartsen en specialisten kunnen mensen met ernstig overgewicht doorverwijzen naar een gecombineerde leefstijlinterventie. Huisarts Karolien van den Brekel van Julius Gezondheidscentra in Leidsche Rijn is er blij mee: 'Ik heb nu echt iets om patiënten naar te verwijzen. Omdat de gecombineerde leefstijlinterventie vergoed wordt, kan ik overgewicht nog beter bespreekbaar maken.'

Op dit moment voldoen Beweging, Coaching op Leefstijl (Cool) en SLIMMER aan de voorwaarden voor vergoeding. Maar niet in elke regio is al een gecombineerde leefstijlinterventie gestart. Ook worden patiënten nog maar beperkt doorverwezen. Bij gemeenten en (zorg)professionals bestaan vragen over wat de interventie inhoudt en hoe men er lokaal mee aan de slag kan gaan.

Het Wat werkt dossier beantwoordt vragen zoals: wat is precies een gecombineerde leefstijlinterventie en hoe zorg je voor goede samenwerking tussen zorgaanbieder, huisarts en het sport- en beweegaanbieders rond deze interventie. Ook bevat het dossier cijfers over overgewicht bij volwassenen: de helft van de volwassenen in Nederland heeft overgewicht en 15 procent ernstig overgewicht (obesitas). Voor 3,5 miljoen Nederlanders brengt dit gewichtsgerelateerde risico's met zich mee, zoals Diabetes Type 2, artrose en slaapapneu.

### Kansen voor gemeentelijk beleid

Het Wat werkt dossier beschrijft wat professionals in de gemeente concreet kunnen doen voor een goede doorstroom naar het sport- en beweegaanbod. Om het gewichtsverlies te behouden is het nodig dat deelnemers voldoende gaan bewegen. Begeleiding bij alledaags bewegen wordt echter niet vergoed vanuit de basisverzekering. Een goede doorstroom van de interventie naar het lokale sport- en beweegaanbod is dus van groot belang. Gemeenten kunnen een belangrijke rol spelen in het contact tussen de interventieaanbieder, zoals leefstijlcoaches, fysio- en oefentherapeuten en de buurtsportcoach. Buurtsportcoaches zijn veelal goed bekend met het lokale sport- en beweegaanbod.

Het ministerie van VWS, Zorginstituut Nederland, Zorgverzekeraars Nederland, Nederlandse Zorgautoriteit en RIVM zetten zich samen in om de gecombineerde leefstijlinterventie beschikbaar en bereikbaar te maken.

### Zie voor meer informatie

- Het Wat werkt dossier op Loketgezondleven.nl, met onder andere een link naar de RIVM-publicaties Aan de slag met en Werkzame elementen van gecombineerde leefstijlinterventies.