

Gezondheidsvaardigheden

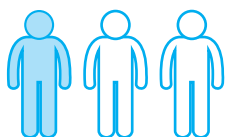
Een factsheet voor zorgprofessionals

Wat?

Gezondheidsvaardigheden zijn vaardigheden die iemand nodig heeft om (online) informatie over gezondheid te vinden, te begrijpen, te beoordelen en te gebruiken bij het nemen van gezondheidsgerelateerde beslissingen. Ook de mate van motivatie, zelfvertrouwen en verantwoordelijkheid zijn belangrijke aspecten van gezondheidsvaardigheden.

Wie?

1 op de 3 Nederlanders heeft beperkte gezondheidsvaardigheden



Risicogroepen

Laaggeletterden (16+)

2,5 miljoen laaggeletterd en/of laaggecijferd

Ouderen – we worden steeds ouder

2019: 3,3 miljoen 65-plussers

2040: 4,8 miljoen 65-plussers

Gevolgen

Mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden

- hebben moeilijker toegang tot de zorg
- hebben minder goede interactie met zorgverleners
- hebben moeite met zelfmanagement

Dit leidt tot

over het algemeen een slechtere gezondheid

meer (onnodig) zorggebruik

vaker ernstige medicatiefouten

hogere zorgkosten

eerder overlijden

Signalen

De patiënt heeft moeite met

- patiëntportaal Mijn UMC Utrecht
- op tijd op afspraak komen
- folders lezen
- formulieren en vragenlijsten invullen
- uitleg van de zorgverlener begrijpen
- (behandel)instructies opvolgen, zoals het juist innemen van medicijnen

Wat kun je doen?

Tijdens een gesprek

gebruik de terugvraagmethode

'Ik heb u veel verteld. Wat ziet u als grootste nadeel voor uzelf?'



geef uitleg met beelden, zoals tekeningen of filmpjes

Laat bijvoorbeeld zien aan een nierpatiënt waar de nieren zitten in het lichaam

Schriftelijk

maak korte zinnen en gebruik eenvoudige woorden

gebruik filmpjes of getekend voorlichtingsmateriaal

gebruik kopjes

gebruik woorden op B1-niveau, test dit bijvoorbeeld op www.ishetb1.nl

herhaal de belangrijkste punten

test voorlichtingsmaterialen bij patiënten



UMC Utrecht