



Utrecht – 2 maart 2017

‘Dokter ik ben zo moe’: zorgprofessionals Utrecht gaan gesprek aan over slaapproblematiek

Woensdag 22 februari waren meer dan 50 huisartsen, POH-GGZ en apothekers samen in de Utrechtse binnenstad om door middel van een interactief theaterdebat het gesprek aan te gaan over slaapproblematiek. De aanwezige zorgprofessionals werden geprikkeld om anders te kijken naar slaap en waren in de gelegenheid om ervaringen te delen en vragen te stellen aan een panel van slaapexperts. Uit het theaterdebat komt naar voren dat het gesprek met een patiënt over slaapproblemen vaak als ingewikkeld wordt ervaren. Slapeloosheid is een groot probleem, waarmee slechts een kwart van de mensen naar de huisarts gaat, maar medicatie is niet altijd de oplossing op de lange termijn. Aan het einde van de avond werd het innovatieve zorgprogramma Slaapstraat gepresenteerd.

Vernieuwende aanpak

Huisarts Bart van Pinxteren pleit voor deze vernieuwende aanpak: “in de tweede lijn is uitvoerige diagnostiek mogelijk en veel kennis aanwezig, ik wil dat wij in de eerste lijn meer mogelijkheden krijgen om goed in kaart te brengen waar het probleem ligt”. Dr. ir. Robbert Jan Beun, assistent professor aan de Universiteit Utrecht en ervaringsdeskundige, vertelde over de toepassing van eHealth oplossingen bij slaapproblematiek. Hij heeft samen met andere onderzoekers van de TU Delft en de UvA op de Universiteit Utrecht een app ontwikkeld (SleepCare). Deze app werkt met persuasieve technologie en vertelt gebruikers wat ze moeten doen bij slaapproblemen, juist op de momenten dat ze geen toegang hebben tot zorgverleners. “Het valt mij met name op dat artsen de problemen van gedragsverandering onderschatten.” Dr. Laurien Teunissen, neuroloog en somnoloog van het St. Antonius Ziekenhuis, vertelde kort over hoe slaap neurologisch in elkaar steekt en gaf aan dat leefstijladviezen niet voor iedere patiënt hetzelfde zouden moeten zijn. De zaal werd in de gelegenheid gesteld vragen voor te leggen en maakte daar zowel tijdens het debat als bij het ‘slaapmutsje’ goed gebruik van. Na het debat gaven meerdere gasten aan dat ze meer te weten wilden komen over slaap om daarmee betere zorg te kunnen leveren.

Breed initiatief

Slaapstraat, een initiatief van een aantal Geïntegreerde Eerstelijns Zorg (GEZ) organisaties in Utrecht, Huisartsen Utrecht Stad en de Hersenstichting, faciliteert huisartsen in Utrecht bij de aanpak van slaapproblemen. Er wordt een training aangeboden in de huisartsenpraktijk, waaraan het team van huisartsen, POH-GGZ en assistentes deelnemen. Meer weten over Slaapstraat? Kijk op www.slaapstraat.nl. Slaapproblemen komen niet alleen voor binnen de grenzen van Utrecht. Daarom is Slaapstraat ook inzetbaar in andere regio's in Nederland.

Noot voor de redactie: voor meer informatie neemt u contact op met Stéphanie van Emmerik, projectleider Slaapstraat via info@slaapstraat.nl // 06-48335658 of Freek Baars, communicatieadviseur Slaapstraat via communicatie@slaapstraat.nl // 06-40234776