



MAATWERK

Zorgverlener en patiënt: Samen beslissen

Samen beslissen is belangrijk om keuzen te maken die passen bij de patiënt. Maar hoe doe je dat?

Samen beslissen is een proces waarin de zorgverlener en patiënt in samenspraak beslissen welk beleid het best past bij de wensen en verwachtingen van de patiënt. Dit gebeurt door voor- en nadelen van opties te bespreken, op basis van wetenschappelijke kennis en expertise van de zorgverlener én de ervaringen, voorkeuren en afwegingen van de patiënt. De meeste patiënten en zorgverleners

vinden Samen beslissen belangrijk, maar het blijkt complex te zijn om het toe te passen. Samen beslissen is vooral belangrijk als er medisch gezien meerdere opties zijn. Herkennen van deze situaties kan lastig zijn, want als zorgverlener kun je andere opties uit het oog verliezen. Dit is het geval als je zelf één duidelijke voorkeursoptie hebt of als je onzekerheid voelt bij de andere opties, bijvoorbeeld door gebrek aan kennis of ervaring. Patiënten kunnen een andere optie geschikter vinden, ook al is deze bijvoorbeeld minder effectief of geeft deze meer bijwerkingen. Realiseer je ook dat expectatief beleid ('niets doen') vrijwel altijd een optie is. Het Samen beslissen is te verdelen in vier fasen.

Wenselijkheid

Fase 1 is: bespreek de wenselijkheid om samen te beslissen met de patiënt.

De poh-ouderen is op visite bij mevrouw Veenstra (82 jaar). Zij vertelt steeds vergeetachtiger te worden. De poh vermoedt dementie en wil de vervolgstappen bespreken. Ze zegt: 'Er kan onderzoek worden gedaan naar dementie. Maar er is iets te kiezen. Of u wel of geen onderzoek wilt, hangt af van wat u belangrijk

Kernpunten

- Tijdens Samen beslissen bespreken de zorgverlener en patiënt welk beleid het best past bij de wensen en verwachtingen van de patiënt en wat medisch gezien nodig is.
- Het proces begint met benoemen dat er sprake is van een situatie waarin Samen beslissen belangrijk is.
- De mate waarin zorgverlener en patiënt samen kunnen beslissen, is afhankelijk van of de patiënt wil en kan meebeslissen, de aard van de beslissing en de beschikbaarheid van meerdere opties.
- Keuzekaarten en keuzehulp zijn hulpmiddelen voor Samen beslissen. Ze beschrijven de voor- en nadelen van opties. Verdiep je in de inhoud en toepassing voordat je deze gebruikt.

vindt. Dat is geen makkelijke keuze, dus ik ga u hierbij helpen.'

Het proces begint met benoemen dat er sprake is van een situatie waarin Samen beslissen belangrijk is. Dit is essentieel om de patiënt actief te laten meedenken. Als de patiënt liever een passieve rol heeft, probeer dan toch steeds zijn/haar omstandigheden, overwegingen en voorkeuren te verhelderen om de uiteindelijke keuze te laten aansluiten bij de patiënt. Na het introduceren van Samen beslissen lopen de volgende fasen vaak door elkaar heen. Deze kunnen afhankelijk van de context in meer of mindere mate worden uitgevoerd. Een metafoor hiervoor is de diskjockey die de knoppen op het mengpaneel openzet: wat meer als de patiënt wil en kan meebeslissen, wanneer de aard van de beslissing dit toelaat en als er meerdere opties zijn.

Opties

Fase 2 is: bespreek met de patiënt de opties voor het beleid.

De huisarts heeft meneer Bollen (28 jaar) met stemmingsklachten ingepland bij de poh-ggz. De poh benoemt de diagnose depressieve stoornis. 'Er zijn verschillende manieren om deze klachten te leren hanteren. Je kan begeleid worden met gesprekken, door mij of door een psycholoog buiten de huisartsen-

Keuzekaarten en keuzehulpen

Keuzekaarten en keuzehulpen kunnen ondersteunen bij fase 2 en 3 van Samen beslissen. Ze beschrijven de voor- en nadelen van opties in een bepaalde keuzesituatie. De inhoud is gebaseerd op onderliggende richtlijn(en) en informatie die relevant is voor patiënten. Beide tools helpen patiënten met wikken en wegen.

Een *keuzekaart* is een overzichtstabel van de verschillende opties, die worden vergeleken aan de hand van belangrijke waarde-verhelderende vragen van patiënten.

Een *keuzekaart in beeld* combineert begrijpelijke tekst met afbeeldingen. Daardoor is deze vorm ook geschikt voor patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden.

Een *keuzehulp* is een interactieve website waar ook informatie over de aandoening en waarde-verhelderende oefeningen, zoals stellingen, zijn opgenomen. Het is raadzaam om je vóór het gebruik te verdiepen in de inhoud en toepassing van deze hulpmiddelen.

praktijk. Online zelfhulp is ook mogelijk. Een andere optie is medicijnen. Heb je je hier al in verdiept?' Ze bespreken de voor- en nadelen van de opties.

Het is belangrijk om alle relevante opties zo neutraal en objectief mogelijk te bespreken. Zorgverleners willen graag hoop geven. Ze zijn daardoor vaak geneigd vooral de voordelen te benoemen en veel minder te informeren over risico's op bijwerkingen en behandellast, oftewel de praktische consequenties van het ondergaan van de behandeling. Ook sturen ze vaak (on)bewust door meer nadelen te bespreken van de opties die niet hun voorkeur hebben. Stem met de patiënt af welke informatie deze nodig heeft om een goede afweging te maken. Voor patiënten is het vaak belangrijk te weten wat de impact van de keuze is op hún leven. Voor het bespreken van de opties bij veelvoorkomende klachten in de huisartsenpraktijk kunnen ook keuzekaarten en keuzehulpen worden gebruikt



‘De keuze sluit aan bij de afwegingen van de zorgverlener én de patiënt’

van Thuisarts.nl (zie kader ‘Keuzekaarten en keuzehulpen’ en zie pagina 15).

Voorkeuren en afwegingen

Fase 3 is: verhelder de voorkeuren en afwegingen van de patiënt.

De pvk spreekt meneer Vaessen (70 jaar), die longkanker heeft. Hij twijfelt of hij zal starten met chemotherapie. De pvk zegt: ‘Ik weet er natuurlijk het fijne niet van, maar ik kan u wel proberen te helpen. Waar maakt u zich zorgen over en waar hoopt u op?’ Ze hebben een goed gesprek over wat voor meneer belangrijk is in de afweging, zoals kwaliteit van leven en lengte van leven, zodat hij voorbereid naar de longarts gaat.

Het verhelderen van de beleving en voorkeuren van de patiënt ten aanzien van de opties is onlosmakelijk verbonden met Samen beslissen. Daarnaast is het belangrijk stil te staan bij de motivatie, uitvoerbaarheid en haalbaarheid van de opties, vooral als de opties (veel) impact hebben op de patiënt. Soms kan het relevant zijn informatie over de patiënt in te winnen bij andere zorgverleners of naasten. Bijvoorbeeld om meer achtergrondinformatie over de patiënt te verkrijgen.

Gemotiveerd besluit

Fase 4 is: neem samen met de patiënt een gemotiveerd besluit.

De poh en mevrouw Wilkes (54 jaar) hebben de mogelijkheden voor stoppen met roken besproken. ‘Als ik u zo hoor, gaat uw voorkeur uit naar pillen, omdat dit het meest effectief is. U bent niet bang voor bijwerkingen. Heb ik dat goed begrepen?’ Ze bespreken wanneer mevrouw Wilkes gaat starten en maken een vervolgafspraken.

Het is niet van belang wie uiteindelijk de knoop doorhakt, zolang de uiteindelijke keuze aansluit bij de afwegingen van de zorgverlener én de patiënt. Stem af of de patiënt meer tijd nodig heeft om een goede afweging te kunnen maken: Samen beslissen kan worden verspreid over meerdere consulten. ■

Anouk Baghus schreef dit artikel in samenwerking met Angelique Timmerman (universitair docent vakgroep Huisartsgeneeskunde Universiteit Maastricht), Esther Girolidi (universitair docent vakgroep Huisartsgeneeskunde & vakgroep onderwijsontwikkeling en -onderzoek Universiteit Maastricht) en Trudy van der Weijden (hoogleraar vakgroep Huisartsgeneeskunde Universiteit Maastricht)

Extra informatie

- Voor meer informatie over Samen beslissen, ook voor patiënten: beginneengedegesprek.nl
- Er zijn e-learnings over Samen beslissen. Google op: ‘e-learning de kern van Samen beslissen’ of ‘NHG E-learning Samen beslissen’.
- Lees meer over de praktische toepassing van keuzekaarten en keuzehulpen in *Huisarts en Wetenschap*: Hoe gebruik je keuzekaarten en keuzehulpen in de spreekkamer?
- Lees meer over de praktische toepassing van keuzekaarten in beeld op: pharos.nl, zoek op: handleiding keuzekaart in beeld.

Voor een overzicht van alle keuzekaarten (in beeld) en keuzehulpen op Thuisarts.nl: klik op ‘Keuzekaarten’ of ‘Keuzehulpen’ onder de zoekbalk.