

Bij de NHG-Standaard Obesitas

De huisarts moet bij obesitas roeien met korte riemen... We weten nog maar weinig over de pathofysiologie van de aandoening. Er is geen medicatie ter ondersteuning van de begeleiding, die vooral bestaat uit gecombineerde leefstijlinterventies met motiverende gespreksvoering en vormen van cognitief-gedragstherapie. Het effect van deze begeleiding is niet groot maar bij mensen met een verhoogd risico wel kosteneffectief. Bij de aanpak van obesitas zijn verschillende sectoren gemoeid; de rol van de huisarts daarbij is beperkt maar belangrijk.

Rol van de huisarts

Obesitas is een ernstige aandoening die leidt tot een verminderde kwaliteit van leven en een kortere levensverwachting. Het gaat bovendien om een breed maatschappelijk probleem, dat dan ook vraagt om een brede aanpak vanuit diverse geledingen, waarvan de gezondheidszorg slechts een deel is. Leefstijladvisering vraagt om samenwerking met vele anderen.

Tegen deze achtergrond geeft de NHG-Standaard de huisarts handvatten voor diagnostiek en begeleiding. De standaard gaat uit van obese patiënten die om hulp vragen bij gewichtsverlies, van patiënten die comorbiditeit hebben waarbij gewichtsverlies van belang is, en van patiënten met een verhoogd cardiovasculair risico. Aan volwassenen met overgewicht en een ernstig vergrote middelomvang biedt de huisarts actief hulp aan. Zo ook bij overgewicht met samenhangende comorbiditeit, zoals een verhoogd cardiovasculair risico of diabetes mellitus. Als het gaat om kinderen met overgewicht werkt de huisarts eveneens vraaggestuurd, maar bij obese ogende kinderen onderneemt de huisarts zelf actie, ongeacht de reden van het spreekuurbezoek.

Hulpmiddelen

Voor de diagnostiek gaat de standaard uit van de BMI. Om de BMI bij kinderen en volwassenen te berekenen is een calculator beschikbaar op de website (www.nhg.org/bmi).

De standaard legt de meting van de middelomtrek uit. De middelomtrek heeft voor volwassenen wel grenswaarden, maar voor kinderen zijn deze niet bekend. De middelomtrek wordt naast het absolute getal vooral gebruikt voor het volgen van gewichtsverlies.

Bij obesitas gaat het bij de aanvullende diagnostiek om een cardiovasculair risicoprofiel, en om screening op diabetes mellitus en eventueel op hypothyreoïdie. Na het stellen van de diagnose en het exploreren van de hulpvraag heeft de huisarts een belangrijke taak in voorlichting. Ter ondersteuning daarvan kan hij gebruikmaken van een viertal NHG-Patiëntenbrieven: *Obesitas bij volwassenen*, *Obesitas bij kinderen*, *Voedingsadviezen bij overgewicht* en *Beweegadviezen bij overgewicht* (zie: www.nhg.org, rubriek Patiëntenvoorlichting).

Mens sana...

Medicatie ter behandeling van obesitas wordt ontraden. Er moet aan een aantal praktijkvoorwaarden zijn voldaan als de huisarts kinderen met obesitas diagnosticeert en behandelt. Naast communicatievaardigheden als motiverende gespreksvoering gaat het ook om gezond verstand: een obese patiënt is niet gebaat bij een eenvoudig advies om te gaan hardlopen. Begeleiding-op-maat vraagt om structurele samenwerking met een aantal andere hulpverleners, zoals de diëtist, fysiotherapeut, maatschappelijk werker, opvoedingsdeskundige, allochtone zorgconsulent of Voorlichting in Eigen Taal en Cultuur (VETC), psycholoog

en kinderarts. Dat veronderstelt dat er voldoende aanbod is van effectieve leefstijlprogramma's op regionaal niveau en dat in de ketenzorg met deze beroepsgroepen samenwerkingsafspraken worden gemaakt. Een handvat voor deze samenwerkingsafspraken is te vinden op www.nhg.org, rubriek Kennis > richtlijnen > samenwerkingsafspraken > LESA > Diabetes Mellitus. Deze LESA is destijds opgesteld tussen huisartsen en verschillende paramedische beroepsgroepen.

Meer informatie

In het voorjaar van 2011 komt een NHG-Programma voor Individuele Nascholing over obesitas uit.

Er zijn veel websites waar de huisarts terecht kan voor informatie:

- www.gezondheidsraad.nl (richtlijnen goede voeding);
- www.aktiefadvies.nl (van het Partnership Huisartsenzorg In Beweging, waarin het NHG participeert);
- www.beweegkuur.nl (de Beweegkuur, die per 1 januari 2012 in het basispakket zal komen).

De huisarts kan zijn patiënt wijzen op:

- www.voedingscentrum.nl;
- www.nisb.nl (sportadviezen voor allerlei doelgroepen);
- www.obesitasvereniging.nl (patiëntenvereniging);
- www.lekkerbelangrijk.nl (voor kinderen).

In H&W is ruimte gereserveerd voor de implementatie van onderwerpen die elders in het nummer worden besproken. Lourens Boomsma vat de NHG-inbreng samen (l.boomsma@nhg.org).