De aanpak van overspanning: een kwaliteitsbevorderend project

Haio: Peeters Anneleen , KUL
Promotor: SCHOENMAKERS Birgitte , KUL
Praktijkopleider: Arras Greet , DOMS Véronique , HOMPES Daphne

Context: Huisartsen stellen steeds vaker de diagnose ‘overspanning’. Deze diagnose wordt gekenmerkt door spanningsklachten, een gevoel van controleverlies en een disfunctioneren als gevolg van een disbalans in draagkracht en draaglast in zowel maatschappelijke, werkgerelateerde en privé-domeinen. Voor diagnose en beleid in de huisartsenpraktijk bestaan momenteel een aantal richtlijnen die ondersteuning en houvast bieden, maar ze zijn vaak niet goed gekend waardoor consultaties moeizaam verlopen.

Onderzoeksvraag: In dit kwaliteitsbevorderend project wordt op zoek gegaan naar manieren om op basis van de bestaande NHG standaard ‘Overspanning en burn-out’ consultvoering in het kader van overspanning te vergemakkelijken voor huisartsen in de groepspraktijk ‘Huisarts en Co’.

Methode: De NHG standaard ‘Overspanning en burn-out’ en de Plan-Do-Study-Act (PDSA) cyclus vormen de basis van dit onderzoek.

Resultaten: Uit verschillende focusgroepgesprekken met de deelnemende huisartsen kwamen drie prioritaire werkpunten naar voren: ‘stagnatie’, ‘return to work’ en ‘verwijzing’. Op basis van concrete doelstellingen per werkpunt werd een actieplan ontwikkeld en geïmplementeerd in de praktijk, bestaande uit een flowchart, een bijbehorende leidraad, een flyer over de arbeidsarts en een psychosociale kaart. De flowchart benadrukt de stapsgewijze aanpak bij overspanning met bijbehorende richttermijnen en is een tool dat alle huisartsen wensen te blijven gebruiken in de toekomst.

Conclusie: De implementatie van dit actieplan zorgde voor nieuwe gewoontes en een betere bewustwording van het begrip overspanning bij de deelnemende huisartsen in de groepspraktijk ‘Huisarts en Co’.