De huisarts als rolmodel: hoe is het gesteld met onze eigen gezondheid?

Haio: CLAES Helena , KUL
Promotor: SCHOENMAKERS Birgitte , KUL
Praktijkopleider: ROELOFS Annemiek , WUYTS Anne-Marie

Context: Preventie wordt steeds belangrijker in de huidige gezondheidszorg. Een huisarts die zijn eigen gezondheidsadvies opvolgt, blijkt beter en meer motiverend advies te geven aan zijn patiënten.

Onderzoeksvraag: Hoe is het gesteld met de gezondheid van de Vlaams huisarts?

Methode: De studie bestaat uit een literatuurstudie gevolgd door een dwarsdoorsnede onderzoek door middel van een online vragenlijst verstuurd via de huisartsenkringen van Vlaams-Brabant. De studiepopulatie bestaat uit huisartsen uit Vlaams-Brabant met volgende inclusiecriteria: de huisartsen moeten bereikt worden via het gebruikte medium, tussen 25-65 jaar zijn en actief zijn in een huisartsenpraktijk. Er zijn geen exclusiecriteria. De uitkomstmaten in deze studie zijn fysieke activiteit, voeding en gewicht, alcohol- en rookgedrag en algemene preventieve maatregelen.

Resultaten: De vragenlijst werd ingevuld door 76 huisartsen waarvan er 57 werden ge?ncludeerd. Wat betreft fysieke activiteit waren de huisartsen ofwel zeer actief ofwel eerder sedentair. De meerderheid van de huisartsen gaf aan dat ze de voedingsdriehoek meestal toepasten en dat ze een normale Body Mass Index en normale middelomtrek hadden. Het BMI bleek afhankelijk te zijn van het geslacht. Twee derde van de huisartsen gaf aan nog nooit gerookt te hebben met slechts 9% huidige rokers. Ook het rookgedrag bleek afhankelijk van het geslacht. De alcoholfrequentie was hoog met twee derde van de huisartsen die meerdere keren per week dronken. Deze frequentie bleek afhankelijk te zijn van het geslacht en het aantal uren werk per week. Depressieve gevoelens en interesseverlies bleken bij iets meer dan 10% van de ondervraagden voor te komen. De preventieve maatregelen werden goed gevolgd met drie vierde van de huisartsen die in orde waren met hun tetanusvaccinatie.

Conclusie: Algemeen kan er gesteld worden dat de huisartsen uit deze enqu?te gezonder leven dan de populatie waardoor ze hun functie als rolmodel kunnen vervullen. Als uitzondering hierop ligt het alcoholgebruik bij de huisarts duidelijk te hoog en wordt er te weinig aandacht besteed aan zelfzorg.