

Bijlage 2 Inhoud GeZZond Check 2020-2021

GeZZond Check

- Conform NHG-standaard M84 Cardiovasculair risicomanagement (augustus 2019)
- Conform de multidisciplinaire richtlijn Preventief Medisch Onderzoek van KNMG

1.1. Tailleomvang, lichaamslengte, gewicht, BMI

Aan de hand van de door de deelnemers ingevulde vragenlijst begeleidt gekwalificeerd personeel van de zorgaanbieder de deelnemers bij het meten van de lichaamslengte en gewicht, het berekenen en noteren van de BMI en het noteren van de tailleomvang bij een BMI rond de 30.

1.2. Herhaalde bloeddrukmeting

Het meten van de bloeddruk door meting conform de NHG-standaard Cardiovasculair risicomanagement augustus 2019,. Hierbij dient gebruik gemaakt te worden van een gevalideerde elektronische arm tensiometer (type zoals geadviseerd in Farmaceutisch weekblad 2005, nr. 48).

1.3. Glucose, Totaal Cholesterol

Het afnemen van capillair bloed bij de deelnemer door middel van een vingerprik en bepaling ter plekke van de volgende bloedwaarden per deelnemer en het noteren van de bepaalde waarden in het 'Notitieboekje'.

- glucose (niet nuchter)
- totaal cholesterol

1.4. Diabetesrisicotest

Het begeleiden van het invullen van de schriftelijke Diabetesrisicotest van de NDF.

1.5. Longfunctieonderzoek

Uitvoering spirometrie volgens geldende afnamevoorschriften, conform de eisen van de ATS (American Thoracic Society) en/of ERS (European Respiratory Society). De werkwijze staat beschreven in de Praktijkwijzer Astma en COPD NHG (Nederlands Huisartsen Genootschap); zonder diagnostische toediening van inhalatie medicatie. De waarden FEV₁, FVC, FEV₁/FVC ratio en PEF worden gemeten en genoteerd in het notitieboekje voor deelnemers. Met de deelnemer wordt besproken dat in deze test COPD wel of niet voldoende is uitgesloten. Hiermee leveren de resultaten van de spirometrie een bijdrage aan de signalering van COPD-problematiek, in lijn met NHG standaard COPD M26, 1 april 2015. Daarnaast draagt de meting vooral bij aan de bewustwording van de longfunctie in relatie tot roken. Er wordt altijd een eenmalig stoppen met roken advies gegeven, conform NHG-behandelrichtlijn Stoppen met Roken oktober 2017 bij rokers.

1.6. Adviezen

a. Gezondheidsadvies

Het geven van professioneel en individueel mondeling en schriftelijk gezondheidsadvies op basis van alle gemeten en genoteerde waarden door of onder verantwoordelijkheid van een zorgaanbieder aan de deelnemer aan de GeZZond Check. Deze adviezen worden met een klantgerichte en flexibele instelling aan de deelnemer gegeven en genoteerd.

b. Voedingsadvies

Het geven van een professioneel en individueel mondeling en schriftelijk advies door een zorgaanbieder of onder verantwoordelijkheid van een zorgaanbieder aan de deelnemer met betrekking tot gezonde voeding en voedingspatronen tijdens de deelname aan de GeZZond Check.

c. Bewegingsadvies

Het geven van een professioneel en individueel mondeling en schriftelijk advies tijdens de deelname aan de GeZZond Check door een zorgaanbieder of onder verantwoordelijkheid van een zorgaanbieder aan de deelnemer met betrekking tot voldoende gezond bewegen.