

# Leefstijl als vast onderdeel van onze pijnzorg

DC Klinieken behandelt jaarlijks ruim 28.000 mensen met chronische pijn. Een gezonde leefstijl kan de kwaliteit van leven verbeteren en pijn verminderen. Daarom is leefstijl nu structureel geïntegreerd in ons zorgpad.

## Hoe we dit doen

- Elke patiënt vult de **digitale leefstijlcheck** vooraf in. Dat geeft zowel de zorgverlener als de patiënt inzicht.
- Toegankelijke informatie via **folders, website en animatievideo's** (ontwikkeld met Landelijke Pijn Organisatie & Pharos).
- **Scholing voor zorgverleners**, waardoor zij hebben geleerd hoe ze het leefstijlgesprek kunnen voeren.
- Lokale **netwerken uitbreiden** zodat we makkelijk kunnen doorverwijzen.



Scan de QR-code en bekijk onze animatievideo's en leefstijleducatie



## Wat het oplevert

- Leefstijlinterventies worden vastgelegd in het dossier en zijn daardoor **meetbaar**.
- Via **PROMs en klikdata** zien we wat werkt en wat patiënten gebruiken.
- Patiënten ervaren **meer inzicht**. Ze waarderen het dat het gesprek gevoerd wordt.
- Het zorgt voor betere, interessantere **gesprekken** voor zorgverleners.

## Tips

Begin klein en bouw stapsgewijs; leefstijl integreren kost tijd en energie.

Zorg voor hoge motivatie om te veranderen en blijf de boodschap herhalen.

Betrek de directie zodat de visie breed wordt uitgedragen voor duurzame integratie.