Leefstijlgesprek met uw patiënt

Stel open vragen, (ver)oordeel niet,
bied steun, motiveer, stimuleer
én geef natuurlijk zelf het goede voorbeeld.

Arts en Leefstijl
Voor de zorg van morgen

1 Maak leefstijl bespreekbaar

Benoem de pijlers van het Leefstijlroer.

- *Zullen we het over uw leefstijl hebben?*
- *Hoe denkt u over uw leefstijl?*
- *Wat zou volgens u beter kunnen?*

2 Tools in het gesprek

Willen

- *Waarom zou u uw leefstijl willen veranderen?*
- *Hoe graag wilt u dit veranderen?*

Kunnen

- *Hoeveel vertrouwen heeft u dat het gaat lukken?*

Omstandigheden

- *Wat houdt u daarbij tegen?*
- *Wat zou er in de weg kunnen staan?*

3 Verwijzing

- *Wat wilt u hierover afspreken?*
- *Wat heeft u hierbij nodig?*
- *Wat kan u helpen?*

Verwijs door als de patiënt meer wil weten of met leefstijlbegeleiding wil starten. *Zie achterkant voor doorverwijzing.*

4 Follow-up

Bespreek de leefstijl van de patiënt bij ieder bezoek.

- *Welke stappen heeft u gezet?*
- *Welke stappen wilt u nog zetten?*

Complimenteer en wees enthousiast.
Blijf stimuleren en motiveren.

© Vereniging Arts & Leefstijl en Beter Gezond
Ondersteund door AFAS Foundation

UMC-22146 Zakkaartje Beter gezond-A5-WTK2.indd 1 05-08-2022 10:28

Beter Verwijs

Verwijs uw patiënt naar de juiste leefstijlbegeleiding

www.beterverwijs.nl

Patiënt aanmelden → **Patiënt kiest leefstijl-begeleiding** → **Patiënt start leefstijl-begeleiding**

Een initiatief van

Radboudumc

Beter Gezond | BETER VERWIJS

UMC-22146 Zakkaartje Beter gezond-A5-WTK2.indd 2 05-08-2022 10:28