



PRISMA staat voor *PRo-actieve Interdisciplinaire Self-MAnagement* en is een groepseducatieprogramma speciaal ontwikkeld voor mensen met leefstijlgerelateerde ziekten of verhoogde kans daarop zoals (risico op) diabetes type 2, CVRM en hart- en vaatziekten.

Missie

De missie van PRISMA is om de mens met een (verhoogde kans op) leefstijl gerelateerde ziekte expert te maken, waarna de persoon zelf eigen weloverwogen keuzes kan maken over leefstijl en omgang met zijn/haar (risico op) ziekte.

Werkwijze

PRISMA staat voor een aanpak waarbij de patiënt centraal staat. Door eerlijke en volledige (groeps)educatie, steunende en respectvolle begeleiding wordt er gestreefd naar het bereiken van een voor de patiënt zelf zo hoog mogelijke kwaliteit van leven.

PRISMA helpt de deelnemer een persoonlijk actieplan te formuleren. In dit plan wordt gekozen welke risicofactor de deelnemer wil beïnvloeden, welke actie daarvoor nodig is, hoe die actie tot uitvoer gebracht gaat worden, wat de voorwaarden zijn en hindernissen en hoe deze worden opgelost.

PRISMA biedt een aanstekelijke nieuwe werkwijze voor hulpverleners en zorgorganisaties waarin respect voor de patiënt, plezier, integriteit en dienstbaarheid voorop staan.

Doelgroep deelnemers aan PRISMA

PRISMA richt zich op volwassen mensen met een (verhoogd risico op) ziekte waarbij leefstijlaanpassing tot de behandeling behoort, zoals hart en vaatziekten en diabetes type 2. De risicofactoren die centraal staan zijn bloeddruk, cholesterol, middelomvang/gewicht, lichaamsbeweging, bloedglucose, roken, stemming.

1.500 mensen worden dagelijks in het ziekenhuis opgenomen vanwege hart en vaatziekten. Meer dan 1 miljoen mensen leven met hart en vaatziekten en de gevolgen daarvan.

Ruim 800.000 mensen leven met diabetes en 750.000 mensen hebben een verhoogd risico op het krijgen van diabetes.

De PRISMA cursussen worden gegeven door daarin getrainde praktijkondersteuners of verpleegkundigen, diëtisten, huisartsen, fysiotherapeuten, apotheker(sassistenten) of psychologen.



Eigenschappen

- Multi-inzetbaar, ziekte-overstijgend en interdisciplinair. PRISMA biedt een filosofie die gaat over patiënt-benadering, educatie, steun en begeleiding binnen chronische zorg.
- Is theoretisch onderbouwd en evidence based (gebaseerd op het effectieve DESMOND-programma uit Engeland)
- Sluit aan bij de positieve gezondheid: 'Gezondheid als het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren, in het licht van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven.'
- Is interdisciplinair
- Hanteert kwaliteitsborging door de train-de-trainercursus, praktijkobservatie en trainerscommunity
- Is succesvol geïmplementeerd in Nederland door zorggroepen, gezondheidscentra en ziekenhuizen en wordt op dit moment door meer dan 200 trainers gegeven.
- Wordt goed beoordeeld door zowel patiënten als zorgverleners.
- Innoveert door het doen van beschrijvend onderzoek.
- Is ontwikkeld door VUmc, in samenwerking tussen de afdelingen medisch psychologie, interne geneeskunde, het diabetescentrum, en diëtetiek en Voedingswetenschappen.

Effecten

- Cursisten geven aan zich vaker aan een dieet te houden, meer te bewegen, vaker hun voeten te controleren en vaker aan zelfcontrole te doen (bij insulinegebruik).
- Meer relevant gewichtsverlies, verkleining middelomvang, verlaging bloeddruk.
- Meer ziekte kennis: een coherenter beeld van de ernst van de ziekte en de eigen invloed hierop. Ook krijgen ze meer controle en inzicht. Ze weten vaker hun eigen medische waarden te benoemen.
- Hulpverleners die PRISMA geven zien dit als een verrijking van hun werk en hun vaardigheden.
- Er ontstaat beter contact met de patiënten en betere samenwerking met andere hulpverleners
- Zorggroepen laten door het faciliteren van PRISMA zien dat ze werken aan patiëntgerichte zorg en aan kwaliteitsverbetering.
- PRISMA borgt in een klein tijdsbestek op een efficiënte manier alle educatie die nodig is om zelfmanagement bij de patiënt mogelijk te maken.