

Toolkit POH-GGZ

Startpakket voor POH-GGZ

Welkom! Voor je ligt het startpakket van RegiozorgNU om jou als POH-GGZ een goede start te geven. In dit pakket lees je praktische zaken die handig zijn voor jou als startende/nieuwe POH-GGZ in onze regio. RegiozorgNU is een regionale organisatie voor huisartsenzorg in Noordwest-Utrecht. In opdracht van de aangesloten huisartsen verbeteren en vernieuwen we samen de eerstelijnszorg, spoedzorg en chronische zorg.

WERKGROEP GGZ

De werkgroep ggz van RegiozorgNU is aanspreekpunt voor huisartsen en POH's-GGZ die knelpunten ervaren of ideeën hebben voor verbetering. We maken ons sterk voor een regionale samenwerking met ggz-partijen en sociaal domein ten behoeve van een betere doorstroom. Elke maand nemen wij deel aan de ggz-transfertafel. Dit is een overleg met alle ggz-partijen en regionale huisartsenorganisaties in de regio Utrecht. Aan deze tafel worden knelpunten besproken en verbetervoorstellen bedacht en uitgevoerd. Daarnaast werken wij veel samen met regionale huisartsenorganisaties in de regio Utrecht in het beïnvloeden van de samenwerkingsafspraken die voortvloeien uit het Integraal Zorgakkoord, zoals 'Netwerken Mentale Gezondheid' en 'Verkenkende Gesprekken'. Gemeenten, ggz-instellingen en ervaringsdeskundigen zijn daarin belangrijke partners. Leden van de werkgroep ggz zijn:

- Alike Machielsen, kaderhuisarts ggz
- Lidewij Wind, kaderarts ggz en gedragswetenschapper
- Annemarie Pucks, POH-GGZ
- Britta Vos, POH-GGZ
- Mijndert Pon, huisarts
- Doortje Boshuizen, programmaleider ggz RegiozorgNU

HERSTELGERICHT WERKEN

Een belangrijke landelijke ontwikkeling is dat we het werken vanuit het diagnose/behandel-model loslaten. In plaats daarvan richten we op herstel. De werkgroep ggz van RegiozorgNU heeft de visie herstelgericht werken ontwikkeld, waarbij de patiënt centraal staat. Wat kan en wil de patiënt zelf om de zelfredzaamheid te vergroten. Wat heeft hij nodig om zich beter te voelen? Welke hulpbronnen kan hij daarbij gebruiken? Tools om herstelgericht werken te bevorderen zijn onder andere de [Netwerking](#) en [Positieve gezondheid](#).

REGIONAAL ONDERSTEUNINGSPLAN GGZ

De werkgroep ggz ontwikkelde een [Regionaal ondersteuningsplan ggz](#). De doelen zijn:

1. Mensen met psychische klachten in de huisartsenvoorziening laagdrempelige en goede zorg bieden zonder wachttijden.
2. Vanuit de huisartsenvoorziening soepel samenwerken met ggz-partners en sociaal domein op het moment dat andere of aanvullende hulp of zorg nodig is.

Bijna alle huisartsen uit de regio Utrecht-West nemen deel aan het Regionaal ondersteuningsplan ggz. Vraag jouw praktijkhouder hiernaar. We financieren de activiteiten uit het plan met een deel van het budget dat jouw huisarts van de zorgverzekeraar heeft ontvangen.

ACTIVITEITEN

Vanuit het Regionaal ondersteuningsplan ggz organiseren we de volgende activiteiten:

- **ggz scholingen**

De werkgroep ggz organiseert 4x per jaar een leerzame ggz-scholing voor huisartsen en POH-GGZ. Als de praktijk is aangesloten bij het Regionaal ondersteuningsplan ggz kan je deze scholing gratis volgen en hopen we ook dat je er bij bent. Om je aan te kunnen melden voor de scholingen heb je een account nodig via [Corpio](#). Bij de aanmeldlink van de scholing wijst dit vanzelf.

- **Mogelijkheid tot consultatie**

Er is mogelijkheid tot [consultatie](#) van de kaderhuisartsen ggz via VIPLive. Denk hierbij aan een vraag over medicatie, mogelijkheden voor begeleiding/behandeling of verwijzing. Indien nodig schakelt de kaderarts ggz met een psychiater. Om consultatie te kunnen doen heb je een VIPLive-account nodig, gekoppeld aan het HIS (Huisartsen Informatie Systeem). Vraag de praktijkhouder of praktijkmanager om een account aan te maken.

- **Overlegtafel**

Huisartsen en POH's-GGZ kunnen een complexe patiëntcasus inbrengen in de [overlegtafel](#). Dit overleg vindt één keer per week of één keer in de twee weken online plaats waarbij diverse disciplines aan tafel zitten zoals ggz-aanbieders, sociaal team van de gemeente, ambulante begeleiders, huisartsen, POH's-GGZ en kaderhuisartsen ggz.

- **Blended care en e-health**

[Blended care](#) betekent een mix van face-to-face contacten en (online) huiswerkopdrachten. Dit stimuleert het zelfplossende vermogen van de patiënt en biedt kansen om de wachttijden bij de POH-GGZ te verminderen. Deze programma's geven patiënten de kans om meer eigen regie te nemen door zelfstandig aan hun behandeling te werken. Ze kunnen de programma's in hun eigen tijd en tempo thuis doornemen en vervolgens tijdens face-to-face gesprekken met de POH-GGZ de voortgang en bevindingen bespreken. Dit hybride zorgmodel, ook wel de blended care methode genoemd, biedt een gebalanceerde mix van online en persoonlijke begeleiding.

Er zijn tegenwoordig veel verschillende e-health programma's beschikbaar die het werk van de POH-GGZ effectief kunnen ondersteunen. E-health in onze regio wordt voornamelijk geleverd door Therapieland. Er zijn ook enkele praktijken die Karify gebruiken als e-health programma.

Als POH-GGZ kun je via het e-health programma mensen online begeleiden en adviseren, bijvoorbeeld via e-mail of directe interactie binnen het programma zelf. Dit maakt het voor de patiënt mogelijk om zelfstandig verder te gaan. Er is altijd de mogelijkheid om tijdens een face-to-face gesprek dieper op specifieke onderwerpen in te gaan. Een bijkomend voordeel van deze e-health programma's is dat de POH-GGZ de patiënt op deze manier minder vaak hoeft te zien. Dit verlicht de werkdruk, biedt meer ruimte voor afstemming met collega's en netwerkpartners of om meer patiënten te kunnen ondersteunen.

Vanuit RegiozorgNU streven we ernaar dat de mogelijkheden van blended care en e-health optimaal worden benut door alle POH's-GGZ. We bouwen voort op wat al goed gaat en richten ons op het versterken van het gebruik van deze tools, zodat zowel nieuwe als ervaren POH's-GGZ deze nog beter kunnen inzetten in hun dagelijkse werk.

Annemarie Pucks, POH-GGZ en lid van de werkgroep ggz, heeft veel ervaring met het gebruik van blended care. Zij kan op uitnodiging huisartsen en POH's-GGZ in hun praktijk wegwijs maken in het programma en vragen beantwoorden.

- **Intervisie**

De complexiteit van casussen en het gegeven dat je als POH-GGZ vaak solistisch werkt, maakt dat de functie van POH-GGZ soms best veel van jou vraagt. Intervisie kan je helpen inzicht te krijgen in je eigen rol, gedrag en stijl van werken. Intervisie met collega's zien wij als een belangrijk onderdeel van je functie. We hopen dat elke POH-GGZ in onze regio een intervisiegroep heeft.

Vanaf 2025 is er de mogelijkheid tot begeleide intervisie via RegiozorgNU. Mocht je hier interesse in hebben dan kun je contact opnemen met [Britta Vos](#).

- **WhatsApp groepen**

Er is een gesloten Whatsapp groep waarin nieuwsberichten vanuit de regio gedeeld worden. De leden van de GGZ-werkgroep zijn de beheerders. Er kan niet op de berichten gereageerd worden.

Er is ook een open Whatsapp groep waarin iedereen die deelneemt berichten kan delen en beantwoorden. Hierin komt bijvoorbeeld een vraag of iemand een Spaanstalige GZ-psycholoog kent in de regio.



- **Maatje faciliteren:**

Het is mogelijk om via RegiozorgNU in contact te komen met POH's-GGZ in de directe omgeving van de praktijk waar je werkt. Indien je het prettig vindt om in contact te komen met collega's POH's-GGZ dan kun je contact opnemen met [Annemarie Pucks](#). Zij kan je in contact brengen met collega's.

Wat is verder belangrijk als (startende) POH-GGZ?

SAMENWERKINGSOVEREENKOMST:

Wij adviseren je om bij de start van je werkzaamheden in de huisartsenpraktijk, met de huisarts afspraken vast te leggen in een samenwerkingsovereenkomst. Hierin maak je afspraken over o.a.: verwachtingen, verwijsbrieven, suïcidaliteit bij een patiënt, scholing, overlegmomenten, enz. Je kunt hierbij ook kijken in het [Functie- en competentieprofiel POH-GGZ](#).

Ook in de toolkit POH-GGZ: werving-werkgeverschap is hier meer over terug te lezen.

Het is goed om te beseffen dat je onder de verantwoordelijkheid van de huisarts werkt. Hierbij is het belangrijk dat je zelf ook initiatief neemt om de huisarts op de hoogte te stellen. Dit kan via een overleg 1x in de 2-4 weken. Het is ook wenselijk dat wanneer nodig ad hoc overleg plaatsvindt.

Voor duidelijke afspraken rondom scholing en intervisie kun je de [CAO Huisartsenzorg](#) erbij pakken. Intervisie en scholingen kunnen in overleg in werktijd plaatsvinden.

SOCIALE KAART:

Het is belangrijk dat je als POH-GGZ op de hoogte bent van de sociale kaart. Wij adviseren dan ook vooral contact te hebben met de POH's-GGZ bij jou in de gemeente, zodat je deze samen kan delen.

Via onderstaande websites kun je een idee krijgen wat er allemaal mogelijk is op het gebied van GGZ.

- <https://stichtsevecht.socialekaartnederland.nl/rubrieken/psychische-gezondheid/>
- <https://utrecht.jekuntmeer.nl/sociale-kaart>
Hierbij een overzicht van het Sociaal Domein in de provincie Utrecht.
- <https://www.woerdenwijzer.nl/>
Woerden, Harmelen, Kamerik en Zegveld kunnen gebruik maken van Woerden Wijzer.
- <https://momenz.nl/>
Stichtse Vecht hieronder vallen de volgende plaatsen: Breukelen, Kockengen, Loenen aan de Vecht, Maarssendorp, Maarssenbroek, Nieuwer ter Aa, Nieuwersluis, Nigtevegt, Loenersloot, Oud-Zuilen, Tienhoven en Vreeland kunnen een beroep doen op Momenz.
- <https://www.buurtteamsutrecht.nl/ buurtteam/vleuten/>
Vleuten Dorp, Vleuterweide en Haarzuilens kunnen gebruik maken van buurtteam Vleuten.
- <https://www.buurtteamsutrecht.nl/ buurtteam/de-meern/>
De Meern kan gebruik maken van buurtteam De Meern.
- <https://www.buurtteamsutrecht.nl/ buurtteam/leidsche-rijn/>
Leidsche Rijn, Terwijde, De Wetering, Het Zand, Leidsche Rijn-Centrum, Grauwaart, Hoge Weide, Leeuwesteyn, Parkwijk, Langerak en Rijnvliet kunnen gebruik maken van Buurtteam Leidsche Rijn.
- <https://www.swomontfoort.nl/ondersteuning-vanuit-het-sociaal-team>
Montfoort en Linschoten kunnen gebruik maken van het sociaal team.
- https://gemeente.derondevenen.nl/Wonen_en_leven/Zorg_en_ondersteuning
Abcoude, Mijdrecht, Vinkeveen en Wilnis vallen onder de gemeente De Ronde Venen, zij kunnen voor informatie over het sociaal domein terecht bij Zorg en Ondersteuning.

OVERIGE HANDIGE LINKS:

- RegiozorgNU GGZ: <https://www.regiozorgnu.nl/zorg/ggz/>
- Salaris onderbouwing: <https://www.lhv.nl/wp-content/uploads/2022/03/Functieprofiel-POH-GGZ-per-1-mei-2022.pdf>
- NHG Standaarden: <https://richtlijnen.nhg.org/> zie P. Psychische problemen
- GGZ standaarden: <https://www.ggzstandaarden.nl/>
- Thuisarts.nl: www.thuisarts.nl
- Kwaliteitsregister POH-GGZ: <https://anpg.nl/kwaliteitsregister-poh-ggz>
- Landelijke vereniging POH-GGZ : <https://poh-ggz.nl/>