


**ELIPS**

**Effectiviteit van een leefstijlinterventie bij langdurig opgenomen SMI patiënten**

Dr. Frederike Jörg  
Senior onderzoeker GGZ Friesland  
Postdoc RGOc/ICPE/UCP

---





## Schizofrenie en mortaliteit

**Schizophrenia and increased risks of cardiovascular disease** American Heart Journal  
December 2005

Charles H. Hennekens, MD,<sup>1,2\*</sup> Alissa R. Hennekens, MSW,<sup>2</sup> Danielle Holler, PhD,<sup>2,3</sup> and Daniel E. Casey, MD<sup>4</sup>  
Boca Raton, FL, Boston, MA, and Portland, OR


**Table 1.** Life expectancy and absolute risks of death in the general population and among patients with schizophrenia

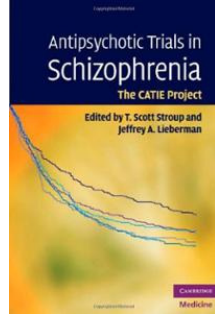


	General population	Patients with schizophrenia
Life expectancy (y)	76 (72 men and 80 women)	61 (57 men and 65 women)
Absolute risks of death		
Suicide (%)	1	10
CHD (%)	33	50-75


de Effectiviteit van Leefstijl Interventies in de Psychiatrie



Financiering:   






**Inhoud**

- Aanleiding tot leefstijlinterventiestudie
- Quiz
- Inhoud interventie
- Discussie







**phamous**  
pharmacotherapy monitoring and outcome survey





### Metabool syndroom



Prevalentie:

- In algemene bevolking ~20% (en stijgend!)
- GGZ populatie: 30-40%
- **GGZ verblijfspopulatie: 50%**



### Oorzaken somatische ongezondheid bij SMI patiënten



### Ongezondheid vaststellen




= ongezondheid behandelen?



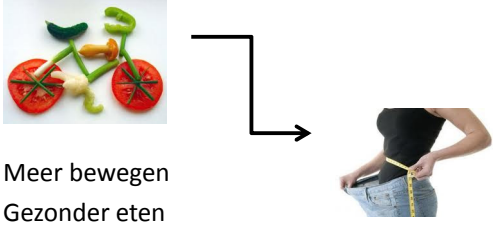
### De verblijfs GGZ: **Obesogene** omgeving



### Hoe?



### Onderzoek



- Meer bewegen
- Gezonder eten
- Aanpassing omgeving

?

**Efficacy of behavioural interventions in atypical antipsychotic weight gain**  
 J. M. Quattrone, P. M. Dubeux and R. P. Priebe

**PSYCHIATRIC SERVICES: An International Systematic Literature Review**  
 Leopoldo J. Zubizarreta, M. B. Z...

Studies tot nu toe:  
 -kort  
 -weinig deelnemers  
 -ambulant  
 -continuïteit?

De therapeutische waarde van bewegen voor mensen met schizofrenie

D. VAN CAMPFORT, J. KNAPEN, M. PROBST, R. VAN WINKEL, J. PEUSKENS, K. MAURISSEN, H. DEMUNTER, M. DE HERT

Schizophrenia Bulletin vol. 36 no. 4 pp. 667-677  
**Exercise Therapy for Schizophrenia**  
 Paul Gorczynski and Guy Faulkner




is Mental Illness.

**phamous**  
 pharmacotherapy monitoring and outcome survey

**Primaire uitkomstmaat:**

**ROM-PHAMOUS:**

- Gewicht, BMI
- Bloeddruk
- Glucose
- Cholesterol
- Triglyceriden
- PANNS
- CDSS
- Kwaliteit van leven

**elips** de Effectiviteit van Leefstijl Interventies in de Psychiatrie

**ZonMw**

**Toegevoegde metingen**

- Zorgconsumptie
- Kwaliteit van leven/functioneren (SF12)
- Lichaamssamenstelling (BIA)
- 6 minuten wandeltest
- Voedingsvragenlijst
- Kennis, attitude en self-efficacy medewerkers




**Opzet ELIPS**

GGZ Friesland

10 interventielocaties  
 - 4 klinisch wonen  
 - 6 beschermd wonen



5 interventielocaties  
 - 1 klinisch wonen  
 - 4 beschermd wonen

9 controlelocaties  
 - 3 klinisch wonen  
 - 6 beschermd wonen

5 controlelocaties  
 - 1 klinisch wonen  
 - 4 beschermd wonen

CAU

~900 patiënten

**QUIZ**

- Eens met de stelling:
- Oneens met de stelling:






## Quizvragen

- Producten zonder toevoegingen met een E-nummer zijn gezonder.
- Lange vingers of café noirs zijn een goed alternatief als je graag een koekje eet.
- Van vezelrijke voeding val je af.
- Yoghurtdrank is een gezonde dorstlesser.



## Antwoorden

- **Vruchtenhagel is gezonder dan hagelslag.**
- **In een glas volle melk zitten meer calorieën dan in een glas cola.**
- **Door al die toevoegingen is halvarine veel minder gezond dan de meer natuurlijke roomboter.**



## Antwoorden

- **Producten zonder toevoegingen met een E-nummer zijn gezonder.**
- **Lange vingers of café noirs zijn een goed alternatief als je graag een koekje eet.**
- **Van vezelrijke voeding val je af.**
- **Yoghurtdrank is een gezonde dorstlesser.**



## Quizvragen

- Producten gezoet met aspartaam moet je zo min mogelijk gebruiken.
- Eieren zitten boordevol vitamines, mineralen en antioxidanten.
- Om af te vallen, is de hele dag door een beetje bewegen effectiever dan 2 keer per week intensief sporten op de sportschool.
- Fietsen is gezonder dan lopen.



## Quizvragen

- Vruchtenhagel is gezonder dan hagelslag.
- In een glas volle melk zitten meer calorieën dan in een glas cola.
- Door al die toevoegingen is halvarine veel minder gezond dan de meer natuurlijke roomboter.



## Antwoorden

- **Producten gezoet met aspartaam moet je zo min mogelijk gebruiken.**
- **Eieren zitten boordevol vitamines, mineralen en antioxidanten.**
- **Om af te vallen, is de hele dag door een beetje bewegen effectiever dan 2 keer per week intensief sporten op de sportschool.**
- **Fietsen is gezonder dan lopen.**



## Quizvragen

- Nederland is een echt fietsland: de meeste verplaatsingen gaan per fiets.
- Met elke dag 5 minuten wandelen, ben je na een jaar een kilo afgevallen.
- Om niet dik te worden, kun je beter iets meer dan iets minder slapen.



## Antwoorden

- Heb je eenmaal het metabool syndroom ontwikkeld, kom je er niet meer van af.
- Je kunt obesitas hebben, en toch gezond zijn.
- Een leefstijlinterventie ter voorkoming van diabetes is effectiever en goedkoper dan medicatie.



## Antwoorden

- Nederland is een echt fietsland: de meeste verplaatsingen gaan per fiets.
- Met elke dag 5 minuten wandelen, ben je na een jaar een kilo afgevallen.
- Om niet dik te worden, kun je beter iets meer dan iets minder slapen.



## Quizvragen

- De meeste SMI patiënten hebben uit zichzelf geen interesse om te gaan sporten.
- Een leefstijlinterventie bij SMI patiënten lukt alleen als hun begeleiders zelf een gezonde leefstijl hebben.
- Een laagdrempelig, gevarieerd en uitgebreid sportaanbod voor patiënten maakt dat ze meer gaan sporten.



## Quizvragen

- Heb je eenmaal het metabool syndroom ontwikkeld, kom je er niet meer van af.
- Je kunt obesitas hebben, en toch gezond zijn.
- Een leefstijlinterventie ter voorkoming van diabetes is effectiever en goedkoper dan medicatie.



## Quizvragen

- De meeste SMI patiënten hebben uit zichzelf geen interesse om te gaan sporten.
- Een leefstijlinterventie bij SMI patiënten lukt alleen als hun begeleiders zelf een gezonde leefstijl hebben.
- Een laagdrempelig, gevarieerd en uitgebreid sportaanbod voor patiënten maakt dat ze meer gaan sporten.



## Quizvragen

- De Nederlandse Norm Gezond Bewegen stelt dat je dagelijks tenminste 20 minuten matig intensief moet bewegen.
- De hoeveelheid suiker in een anderhalve literfles cola staat gelijk aan het aantal calorieën uit 15 appels.
- Producten waarin de suiker is vervangen door fructose of dextrose zijn gezonder.



## Antwoorden

- Ontbijtkoek is een gezond tussendoortje.
- Je hebt per dag maximaal 6 gram zout nodig.
- Met 6 boterhammen per dag heb je helft van de maximale dosis zout al binnen.



## Antwoorden

- De Nederlandse Norm gezond bewegen stelt dat je dagelijks tenminste 20 minuten matig intensief moet bewegen.
- De hoeveelheid suiker in een anderhalve literfles cola staat gelijk aan het aantal calorieën uit 15 appels.
- Producten waarin de suiker is vervangen door fructose of dextrose zijn gezonder.



## Quizvragen

- Ontbijtkoek is een gezond tussendoortje.
- Je hebt per dag maximaal 6 gram zout nodig.
- Met 6 boterhammen per dag heb je helft van de maximale dosis zout al binnen.



ERROR: undefined  
OFFENDING COMMAND: f'

STACK: