

Leefstijlzorgloket

Plattegrond

Vind het leefstijlzorgloket op route 172.

[Ga naar plattegrond \(/plattegrond?animate=true&id=route-172\)](/plattegrond?animate=true&id=route-172)

Een gezonde leefstijl kan helpen om ziektes te voorkomen en klachten te verminderen. Of kan leiden tot betere uitkomsten van een behandeling. Bij het Leefstijlzorgloket van Amphia kijken we samen naar uw leefstijl. Ook wordt u op weg geholpen naar passende hulp en advies op maat.

Wat is het Leefstijlzorgloket?

Het Leefstijlzorgloket is er voor patiënten van Amphia die willen werken aan hun leefstijl. Samen met de leefstijlmakelaar kijkt u naar wat u belangrijk vindt. En wat u zelf zou willen veranderen.

We kijken onder andere naar:

- Voeding
- Beweging
- Slaap
- Stress
- Roken en alcohol
- Hoe iemand zich voelt
- Familie en vrienden (sociaal netwerk)

Zo krijgt u een compleet beeld. En de beste ondersteuning.

U staat centraal

Iedereen is anders. Daarom kijken we samen wat mogelijk is binnen uw situatie. U hoeft niet in één keer alles te veranderen. Kleine stappen kunnen al veel verschil maken.

Voor wie?

Het Leefstijlzorgloket is voor patiënten die in behandeling zijn bij Amphia. Uw leefstijl kan invloed hebben op uw ziekte, uw klachten of de behandeling. Als dat zo is, kan uw arts u verwijzen naar het Leefstijlzorgloket.

Ervaringen van patiënten

Mevrouw Verbunt (42)

"De gynaecoloog zei dat mijn overgewicht een hoog risico op ernstige ziektes geeft. Zij stelde een gesprek bij het Leefstijlzorgloket voor. Eerst was ik niet zo enthousiast, want ik heb geen last van mijn gewicht. Ik vertelde ook dat ik niet van plan was om iets aan mijn leefstijl te veranderen zolang ik niet ziek ben. Na het gesprek bleef ik er wel over nadenken en besloot ik om toch iets te gaan doen. Ik ben gestopt met alcohol drinken en doe mee met een wandelgroep. Ook kook ik vaker vers, zonder zakjes. Ik vind het fijn om zelf te bepalen wat ik wil veranderen."

Mevrouw Zavelman (23 jaar)

"Ik kom al jaren bij de internist vanwege suikerziekte en overgewicht. Hij verwees mij naar het Leefstijlzorgloket. Daar vroeg ze wat ik aan mijn leefstijl zou willen veranderen. Ik weet wel dat ik ongezond eet en veel stress heb van mijn werk. Maar het was een fijn gesprek en ik kreeg informatie. Ze vertelde me ook over een GLI-programma waarbij ik 2 jaar lang ondersteuning krijg bij bewegen, voeding en stress. Dat vind ik spannend, want ik ben heel verlegen in nieuwe situaties. Maar ik heb me toch aangemeld en ga binnenkort starten."