

Stap 3. Algoritme tool UMCG

Hieronder vind je het algoritme van de tool zoals die in het UMCG tijdens het PIE=M project is gebruikt. Deze kan als voorbeeld dienen voor het ontwikkelen van een eigen algoritme voor een tool voor het voorschrijven van Bewegen als Medicijn. Deze is te gebruiken door de projectgroep en IT om inhoud te geven aan een tool voor implementatie van Bewegen als Medicijn.

In de linker kolom staan de vragen welke we aan de patiënt stelden met behulp van een digitale vragenlijst. Er werden vragen gesteld over het bewegen, de BMI, de motivatie en de diagnose. In de volgende kolom staat weergegeven welke antwoorden een patiënt kon geven. In de kolom daarnaast staat wat er naar aanleiding van een antwoord in het advies kwam te staan. In de meest rechtse kolom staat aangegeven wie de vraag invulde of hoe een score wordt gebruikt. Dit algoritme is een voorbeeld. Je kan de inhoud naar eigen inzicht veranderen.

| Vraag | Antwoord | Advies | Opmerking |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Bewegen | | | Deze antwoorden worden gegeven door de patiënt |
| Vraag: In een normale week, op hoeveel dagen beweegt u 30 minuten of meer matig intensief? (U kunt denken aan: wandelen, fietsen in de vrije tijd of als vervoer, tuinieren of sporten voor tenminste 10 minuten achter elkaar) | ≥ 5 dagen/week | Patiënt is voldoende actief | |
| | < 5 dagen/week | Patiënt is onvoldoende actief → <i>Patiënt is geschikt voor verwijzing naar een leefstijlcoach</i> | |
| Vraag: Beweegt u ten minste 2.5 uur (150 minuten of meer) in een normale week? | ≥150 min/week | Patiënt is voldoende actief | |
| | <150 min/week | Patiënt is onvoldoende actief → <i>Patiënt is geschikt voor verwijzing naar een leefstijlcoach</i> | |
| Body Mass Index (BMI) | | | Deze antwoorden worden gegeven door de patiënt |
| Vraag: Wat is uw lengte? Vraag: Wat is uw gewicht? (berekening BMI = gewicht / lengte ²) | ≤ 25 | Patiënt heeft een gezond gewicht | |
| | > 25 | Patiënt heeft overgewicht → <i>Patiënt is geschikt voor verwijzing naar een leefstijlcoach</i> | |
| Motivatie | | | Dit antwoord wordt gegeven door de patiënt |

| | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Vraag:</i> Op een schaal van 1-10, welk cijfer geeft u uw motivatie om meer te gaan bewegen? | 1-10 | | Deze score wordt gebruikt als indicator in welke mate de patiënt klaar is voor verandering |
| <i>Vraag:</i> Zou u uw beweeggedrag willen bespreken of heft u beweeg gerelateerde vragen voor uw behandelaar / leefstijlcoach? | Ja | Patiënt heft een beweeg gerelateerde vraag → <i>Patiënt is geschikt voor verwijzing naar een leefstijlcoach</i> | |
| | Nee | | Ook als de patiënt 'nee' antwoordt, dan wordt hij/zij toch verwezen als de patiënt te weinig beweegt of een te hoge BMI heeft |
| Diagnose | | | Dit antwoord wordt gegeven door de behandelaar |
| <i>Vraag:</i> Wat is de voorlopige eerste diagnose voor behandeling van deze patiënt? | (voor geformuleerde typen diagnoses) | Voor geformuleerde voordelen van bewegen per type diagnose | |