



Samenwerking huisartsen en psychologen

# Mens GGZ: snel hulp bij psychische klachten

**Mensen met psychische klachten moeten sneller hulp kunnen krijgen. Met dat doel werd twee jaar geleden Mens GGZ opgericht. Een project van Zorg In Ontwikkeling (ZIO) en Mondriaan waarin huisartsen en praktijkondersteuners nauw samenwerken met psychologen. Na een start met zeven aangesloten praktijken en acht psychologen telt Mens GGZ nu zevenentwintig deelnemende praktijken in Maastricht-Heuvelland die een beroep kunnen doen op een team van vijftien psychologen. 'Onze patiënten krijgen nu veel sneller de juiste hulp.'**

Door **JOS CORTENRAAD** | Fotografie **PAUL ROUS**

**D**e wachttijden voor een consult of behandeling in de geestelijke gezondheidszorg kunnen oplopen tot wel vier of vijf maanden. Vaak met ernstige gevolgen. Mensen kunnen nog dieper in geestelijke nood raken, komen in de problemen op school of in de werksituatie en belanden soms zelfs in een crisissituatie. 'Dat wil je voorkomen', zegt Marijke van Dongen, die samen met haar man Toine sinds 1986 Huisartsenpraktijk Daalhof in Maastricht bestiert. 'Daarom zijn we twee jaar geleden meteen meegegaan met het idee van ZIO om het anders aan te pakken. Voor

harde cijfers is het nog wat vroeg, maar we kunnen nu veel meer betekenen voor patiënten die aankloppen met geestelijke klachten.'

Belangrijkste winst is dat niemand meer verwezen wordt zonder enige vorm van overleg, zegt Yvo Kesler, sinds zeven jaar werkzaam voor Huisartsenpraktijk Daalhof. Samen bespreken we de consulten en bepalen we waar de patiënt het beste geholpen kan worden. Dat kan zijn binnen de praktijk bij onze praktijkondersteuner GGZ of binnen de basis-GGZ of elders voor specialistische GGZ. Bij de

specialistische GGZ bestaan wachtlijsten, daarom is het goed eerst na te denken of de zorg dichtbij geleverd kan worden. Natuurlijk zijn er situaties waarbij dit niet kan. Denk dan aan acute problematiek zoals psychoses.'

## BETER BEELD

Precies, vult Marijke van Dongen aan. 'Ik denk dat we in het verleden misschien te snel doorverwezen naar de gespecialiseerde GGZ. We proberen nu eerst een beter beeld te krijgen van wat er echt aan de hand is. Soms zijn er onderliggende financiële problemen of gaat het om een conflict thuis of op het werk. Dan is enkel psychologische hulp niet altijd het juiste. Natuurlijk kun je je depressief voelen door hevige geldproblemen, maar dan is het wellicht geschikter om maatschappelijk werk in te schakelen of een adviescoach met verstand van geldzaken.'

## SNEL HANDELEN

Maar depressiviteit is toch niet iets om te negeren? 'Vanzelfsprekend niet', zegt Marjolein Huijts, die met collega Britt Pelzer het vaste psychologenteam van mens GGZ vormt voor Huisartsenpraktijk Daalhof. 'Indien psychologische hulp nodig is, dan zullen we iemand zien voor een startgesprek. Behandeltrajecten bij ons zijn vaak kortdurend en soms is iemand met een paar gesprekken al goed op weg en een stuk zelfredzamer. Onze wachtlijsten zijn relatief kort. Als we zo kunnen voorkomen dat mensen onnodig terechtkomen bij de specialistische GGZ, dan is dat winst, voor iedereen.' Marijke van Dongen: 'Dit betekent ook winst voor de mensen die wél die specialistische zorg nodig hebben en soms maanden op een wachtlijst staan. Zij komen eerder aan de beurt. Ik heb de laatste twee jaar in onze praktijk de nodige voorbeelden gezien en ben er heel blij mee.'

## PASSENDE BEHANDELING

De vijftien psychologen van Mens GGZ vormen samen een team met brede expertise. 'We hebben allemaal een basisopleiding en de verschillende psychologen uit ons team hebben vervolgoopleidingen gevolgd en eigen affiniteiten binnen de psychologie', zegt Britt Pelzer, net als Marjolein opgeleid in Maastricht. 'We kunnen veel aanbieden. Het mooie aan de samenwerking met de huisartsen is dat we vooraf goed kunnen overleggen over een eventuele verwijzing. Een huisarts kent de persoon meestal al langer, weet wat er speelt en of er eerder psychische klachten waren. Mijn uitgangspunt als iemand in behandeling komt, is om samen goed tot de kern te komen en te achterhalen wat de hulpvraag is. We staan daarbij uiteraard stil bij de klachten die iemand ervaart en hoe deze iemand beperken. Wat kan iemand doen om hier verandering in te brengen? Hoe vergroten we tegelijkertijd de zelfredzaamheid? Samen stippelen we een passende behandeling uit. Gericht op de méns.'

## DREMPELS VERLAGEN

Mens GGZ is opgericht om sneller hulp te bieden én om de drempels te verlagen. 'Er bestaat soms ook grote weerstand om naar de psycholoog of psychiater te gaan', weet Yvo Kesler. 'Nu is er regelmatig iemand van Mens GGZ bij ons in de praktijk aanwezig. Mensen ervaren dat als prettig. Bij hun eigen vertrouwde huisarts, zonder extra

reistijd. Een afspraak maken is eenvoudig. Het loopt allemaal makkelijker dan voorheen en is dus drempelverlagend om hulp te zoeken.'

## GGZ-HULP IN EIGEN HUISARTSEN-PRAKTIJK

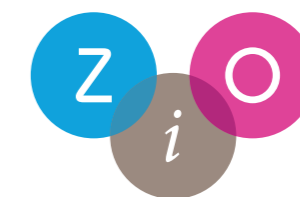
### KORTE LIJNEN

De huisartsen en praktijkondersteuners GGZ van Huisartsenpraktijk Daalhof overleggen elke week over de patiënten die zich melden met psychische klachten. 'Veelal digitaal vanwege corona', zegt Marijke van Dongen. 'Op zich is dat geen probleem. De lijnen zijn kort. Het gaat erom dat we vanuit verschillende invalshoeken bepalen wat de beste aanpak is. Onze informatie is wezenlijk voor de psychologen. Lichamelijke klachten, de sociale omgeving, knelpunten

uit het verleden; allemaal belangrijk. Andersom geldt dat evenzeer. Wij leren weer meer over onze patiënten.'

### GOEDE AANPAK

Mens GGZ is in twee jaar tijd met het aansluiten van steeds meer praktijken snel gegroeid. Marjolein Huijts verwacht dat die trend nog wel even doorzet. 'We zijn enthousiast over onze aanpak en horen ook positieve geluiden terug vanuit de huisartsenpraktijken en van onze patiënten. Daarbij staan er nog een aantal nieuwe initiatieven op stapel, waarmee we hopelijk de patiëntenzorg nóg beter kunnen maken.'



[WWW.ZIO.NL](http://WWW.ZIO.NL)

[WWW.MENSGGZ.NL](http://WWW.MENSGGZ.NL)

**Mondriaan**



[WWW.MONDRIAN.EU](http://WWW.MONDRIAN.EU)

## INFORMATIE

Mens GGZ wordt ondersteund door zorgverzekeraar VGZ en Mondriaan. Meer informatie op [www.mensggz.nl](http://www.mensggz.nl) en [www.mondriaan.eu](http://www.mondriaan.eu).

ZIO, Zorg In Ontwikkeling, is een eerstelijnszorgorganisatie die huisartsen, fysiotherapeuten en diëtisten in de regio Maastricht-Heuvelland ondersteunt op medisch inhoudelijk en organisatorisch gebied. ZIO streeft naar duurzame zorg. Dat is zorg die voor iedereen betaalbaar, toegankelijk, van kwalitatief hoog niveau en veilig is.

[www.zio.nl](http://www.zio.nl) en [www.blauwezorg.nl](http://www.blauwezorg.nl)