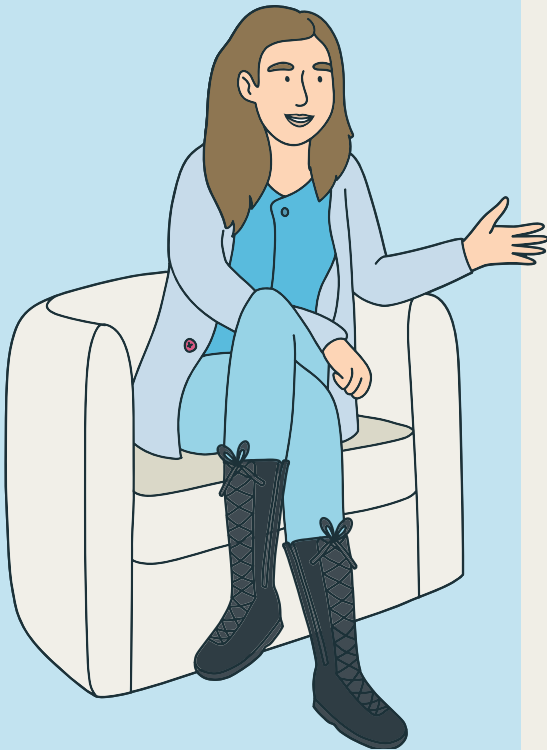


Psychische klachten in de huisartsenpraktijk

Aanbevelingen voor professionals

Psychische klachten in de huisartsenpraktijk



1. Wees alert dat [veel verschillende klachten, symptomen en omstandigheden kunnen wijzen op psychische problemen](#) (denk aan aanhoudende moeheid of lichamelijke klachten, concentratieproblemen, piekeren of slecht slapen) zonder dat iemand zelf dat als zodanig bestempelt.
2. Andersom: wees ook alert dat veel psychische klachten een uiting kunnen zijn van [onderliggende sociale problematiek](#) en dat de oplossing soms niet in het huisartsen of ggz domein ligt (denk aan armoede, schulden, huisvestingsproblematiek, zingeving, participatie, werkloosheid).
3. Richt de zorg op het [bevorderen van de kwaliteit van leven en het herstellen van veerkracht en vitaliteit](#) van de patiënt op basis van diens wensen en behoeften: verleen zorg op maat.
4. Stimuleer [een actieve rol van de patiënt](#) in het vaststellen van een probleemdefinitie en behandel-
doelen, om zo het inzicht en de motivatie te vergroten.
5. Richt de aanpak op [herstel van de dagstructuur](#) met aandacht voor slapen, (gezonde) voeding, beweging, ontspanning, sociale rollen, werk en andere dagactiviteiten.
6. Zorg voor een [goede samenwerking tussen huisarts en POH-GGZ](#) om de zorg voor patiënten met psychische klachten te optimaliseren.
7. De huisarts blijft tijdens de behandeling [verantwoordelijk](#) voor de continuïteit van zorg en de professionele grenzen, en betreft indien nodig de POH-GGZ voor verdere diagnostiek en behandeling.
8. [Volg actief](#) de toestand van de patiënt. Is er na vier weken geen verbetering te zien? Exploreer de klachten dan opnieuw en zoek naar factoren die de klachten in stand houden.