

# ReumaNederland en Voeding Leeft ontwikkelen leefstijlbehandeling voor reuma

In Nederland is er nog te weinig aandacht voor leefstijlprogramma's voor chronisch zieken, terwijl internationaal steeds meer duidelijk wordt dat het aanpassen van de levensstijl een positief effect kan hebben op de ziektelast van allerlei aandoeningen. ReumaNederland is ervan overtuigd dat een gezonde leefstijl ook helpt voor mensen met reuma en werkt daarom samen met Voeding Leeft aan een leefstijlbehandeling voor de meer dan 2 miljoen mensen in Nederland met een reumatische aandoening. ErasmusMC is betrokken bij het wetenschappelijke kader van de leefstijlbehandeling.

## Vier pijlers centraal in leefstijlprogramma reuma

De laatste (internationale) wetenschappelijke inzichten en recente studies over voeding, leefstijl en verschillende vormen van reuma worden in het leefstijlprogramma meegenomen. Het voedingspatroon heeft als basis het Mediterrane dieet.



Het leefstijlprogramma dat naast voeding bestaat uit de pijlers beweging, ontspanning en slaap moet in 2021 starten. De komende maanden wordt het programma samen met ervaringsdeskundigen, onderzoekers en zorgverleners ontwikkeld. Deelnemers krijgen door het programma handvatten aangereikt krijgen om een nieuwe, gezonde leefstijl te implementeren die een positief effect heeft op bijvoorbeeld de

vermoeidheid die veel mensen met reuma ervaren.

## Verankering in zorgverzekering essentieel

Sija de Jong, manager Patiëntenbelangen ReumaNederland: “Leefstijlprogramma’s moeten een serieuze plek krijgen binnen de zorgverzekering. Het is van groot belang dat er ook bij politiek en zorgverzekeraars veel meer aandacht komt voor wat levensstijl kan betekenen voor de verbetering van het dagelijks leven van mensen met reuma. Veel mensen met reuma geven aan dat als ze goed in hun vel zitten, ze minder last hebben van de aandoening en beter kunnen meedoen in het dagelijks leven. Ons ultieme doel is dan ook om dit leefstijlprogramma vergoed te krijgen voor alle mensen met reuma.”

Martijn van Beek, directeur Voeding Leeft: “Deze samenwerking is bijzonder en uniek. We gaan ervoor om als eerste een bewezen effectieve leefstijlbehandeling voor mensen met reuma in het basispakket te krijgen. Om de kwaliteit van leven voor mensen met reuma te vergroten met een leefstijlbehandeling naast of misschien wel in plaats van medicatie. Oftewel betere zorg, tegen lagere zorgkosten; dat is onze missie.”

Het programma wordt mede gefinancierd door de Noaber Foundation.



## Over Voeding Leeft

Voeding Leeft is een non-profit organisatie die zich bezighoudt met het ontwikkelen en exploiteren van leefstijlprogramma's samen met wetenschappers, artsen en andere professionals. Vanuit de visie dat elk individu gezondheidswinst kan behalen door zich een gezonde leefstijl eigen te maken. Naast het

verhogen van de levenskwaliteit van mensen met een chronische ziekte, vloeit daar ook een ander doel uit voort: het verminderen van maatschappelijke zorgkosten. Voeding Leeft is de ontwikkelaar van het succesvolle programma Keer Diabetes2 Om waarbij al duizenden mensen hun diabetes hebben omgekeerd en dat vergoed wordt door VGZ en Menzis. Ook zijn zij de grondleggers van de programma's Eet voor Reuma, Anders Eten bij MS en IBD-Eet je mee?

*(Bron: ReumaNederland)*