

Laaggeletterdheid & gezondheidsvaardigheden



***Begint met een
persoonlijk verhaal...***

***Irma van Leerdam, taalambassadeur & professional
&
Gwenda Pelupessy, POHggz & trainer Pharos***

Laaggeletterdheid

Zoveel moeite met lezen, schrijven en rekenen
dat je niet goed kunt functioneren in het
dagelijks leven



Amount Per Serving/Cantidad Por Ración	
Calories/Calorías 40	Fat Cal./Cal. de Grasa 20
% Daily Value*/% Valor Diario*	
Total Fat/Grasa Total	2 g 3%
Sat. Fat/Grasa Sat.	1.5 g 7%
Trans Fat/Grasa Trans	0 g
Cholesterol/Colesterol	10 mg 3%
Sodium/Sodio	30 mg 1%
Potassium/Potasio	90 mg 3%
Total Carb./Carb. Total	3 g 1%
Sugars/Azúcares	3 g
Protein/Proteínas	2 g 4%



Wat is laaggeletterdheid?

Laaggeletterdheid is een overkoepelende term voor mensen die grote moeite hebben met lezen en schrijven.

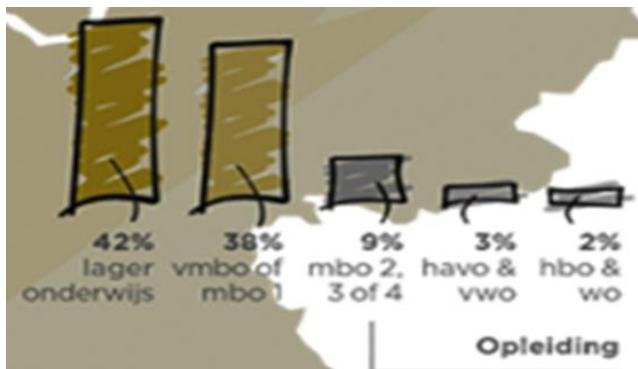
Een laaggeletterde is iemand met taalniveau 1F (het niveau waarmee een kind de basisschool hoort te verlaten) of lager.

Een laaggeletterde ervaart problemen als hij/zij niet zelfstandig kan meedoen in de maatschappij.



Omvang laaggeletterdheid Nederland

- 2,5 miljoen laaggeletterden/laaggecijferden
- 2/3 is autochtoon
- vaker voor bij laag opgeleiden, ouderen en niet-westerse eerste generatie migranten
- 58% laaggeletterden heeft een baan



filmtip: het verhaal van Lisa

<https://www.youtube.com/watch?v=zEwRHSf2ZCU>

Gezondheidsvaardigheden,

36,4 % v.d. Nederlandse bevolking heeft hier problemen mee

Vaardigheden om mondelinge en schriftelijke informatie over gezondheid te verkrijgen, begrijpen en toe te passen

3 soorten:

Functionele

Communicatieve

Kritische



lezen en schrijven

verkrijgen van informatie

analyseren en interpreteren

Oorzaken van laaggeletterdheid

- **Thuissituatie en sociale omgeving**

- Opgroeien in een 'taalarme omgeving'
- Bij ouderen: vroeg werken vanwege financiële situatie

- **Het onderwijs**

- Onvoldoende aandacht en begeleiding op school
- Weinig aandacht voor taal tijdens de opleiding

- **Individuele factoren**

- Algemene leer- en gedragsproblemen
- Concentratiestoornis
- Taalzwakte en dyslexie
- Weinig opleiding (bijv. ziekte, lichamelijke handicap, spijbelen, voortijdig schoolverlaten, reizend bestaan)



Relatie beperkte gezondheidsvaardigheden en gezondheid



- Ongezonde leefstijl
- Meer astma en COPD, diabetes, kanker, hart- en vaatziekten en psychische problemen
- Diabetes: basisonderwijs: 14,4%, WO opleiding: 3,2%
- Minder therapietrouw / meer onjuist medicatie gebruik

Gezondheidsverschillen

Levensverwachting

AMBITIE
verschillen
niet groter

+ 82



HBO / WO

+ 75



basisonderwijs

+ 86



HBO / WO

+ 80



basisonderwijs

Alles is gezondheid...

Vermoeden en dan?



Maak het bespreekbaar:

- Zorg voor een vertrouwde veilige sfeer
- Ik hoor van veel mensen dat ze moeite hebben met het invullen van formulieren, hoe is dat voor u? (“normaliseren”)



- **ICPC codering**

- Z07.01 analfabetisme / laaggeletterdheid
- Z04 taalbarrière

Communiceren met laaggeletterden I

- Veronderstel geen basiskennis menselijk lichaam
- Beperk de hoeveelheid informatie
- Wees zo concreet mogelijk
- Gebruik beeldmateriaal

Begrijp je lichaam

Hoe_gebruik_ik_BegrijpJelichaam.nl

Hart en bloedvaten



- Algemene informatie
- Hoge bloeddruk
- Te hoog cholesterol
- Bloedvatvernauwing
- Hartkramp
- Hartaanval

Luchtwegen



- Algemene informatie
- Verkoudheid
- Keelontsteking
- COPD
- Astma

Maag-darmstelsel



- Algemene informatie
- Maagpijn
- Brandend maagzuur
- Prikkelbare darm
- Verstopping

Diabetes



- Algemene informatie
- Lage bloedsuiker
- Hoge bloedsuiker
- Blaasontsteking
- Bloedvatvernauwing
- Hartkramp
- Hartaanval
- Beroerte
- Etalagebenen
- Retinopathie
- Nefropathie

www.begrijpjelichaam.nl



Herkenningwijzer lees- en schrijfproblemen voor artsen

Nederland telt 1,5 miljoen laaggeletterden. Het gaat dus om zo'n één op de 10 Nederlanders. Mogelijk raakt het ook één van uw patiënten, want laaggeletterdheid komt voor in alle geledingen van de samenleving.

Laaggeletterden (ook wel functioneel analfabeten genoemd) hebben vaak wel enige scholing gehad, maar kunnen onvoldoende lezen en schrijven om volwaardig mee te draaien in de maatschappij en in het arbeidsproces. (Functioneel) analfabeten kunnen hun probleem goed verbergen en doen dit vaak al jaren achtereen.

Beroepsmatig en als vrouwenspersoon bent u één van de aangewezen personen om mensen met lees- en schrijfproblemen door te verwijzen. Wij hopen dat deze herkenningwijzer u daarbij op weg helpt.

Wat kunt u doen?

Vertel uw patiënt allereerst dat het niet raar is en dat er veel meer mensen zijn die niet of nauwelijks kunnen lezen en schrijven. En er is iets aan te doen, bijvoorbeeld door cursussen voor volwassenen. Bij deze cursussen gaat het er heel anders aan toe dan vroeger op school. Het zijn vaak kleine groepen met zeer professionele docenten.

Geef uw patiënt het landelijk nummer

0800 – 023 4444

(gratis en 24 uur per dag bereikbaar)

De beller wordt gewezen op de mogelijkheden voor een passende cursus voor volwassenen in de omgeving.



Communiceren met laaggeletterden II

- Stel open vragen: ‘Welke vragen heeft u nog?’
- **Terugvertelmethode:** ‘Ik wil graag weten of ik het goed heb uitgelegd. Kunt u mij vertellen hoe u het medicijn gaat gebruiken?’
- Communiceer (met toestemming pt) met andere hulpverleners – bv. huisarts – apotheek – thuiszorg



Terugvertel methode



- *Na uitleg / instructie:*
- *1. Ik wil weten of ik het goed uitgelegd heb*
- *2. Kunt u me vertellen...*
 - ... wat u nu moet doen*
 - ... wat ik verteld heb*
 - ... hoe u de medicijnen gaat innemen*

Door het herhalen blijft het beter hangen

Je kunt aanvullen wat niet overgekomen is

Geeft jou info: op welk niveau moet je communiceren?



www.huisarts-migrant.nl

Dé website voor huisartsen en andere zorgverleners met vragen over zorg en gezondheid voor migranten, vluchtelingen en patiënten met beperkte gezondheidsvaardigheden.



Zorg voor laaggeletterden,
migranten en sociaal kwetsbaren
In de huisartsenpraktijk
Praktische tips en inspirerende voorbeelden

Take home message

- Wees alert op herkennen van laaggeletterden en beperkte gezondheidsvaardigheden.
- Gebruik de terugvertel methode!
- Gebruik beeldmateriaal
- Zorg op maat & samenwerking



Handige websites

- Website Pharos: www.pharos.nl
- LHV toolkit laaggeletterdheid: www.lhv.nl/service/toolkit-laaggeletterdheid
- Begrijp je lichaam: www.begrijpjelichaam.nl
- Handboek diabetes: www.pharos.nl/diabetes
- www.gezondheidsvaardigheden.nl
- www.huisarts-migrant.nl
- www.thuisarts.nl
- www.bijsluiterinbeeld.nl
- www.lezenenschrijven.nl
- www.taalmaaktgezonder.nl
- <https://gezondheidsvaardigheden.nl>



Disclosure belangen spreker

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Geen
	 Tot ziens