

KRACH-T IMPLEMENTEREN IN JE HUISARTSENPRAKIJK?

Zo doe je dat!

KRACH-T is een praktische methode om leefstijlgesprekken kort, krachtig en motiverend te voeren. Met deze 5 stappen integreer je KRACH-T succesvol in jouw praktijk.

1

Stel een coördinator aan



De coördinator is de verantwoordelijke om KRACH-T te implementeren in de huisartsenpraktijk. Daarbij zorgt de coördinator dat:

- ▶ Het team gemotiveerd blijft.
- ▶ Het project een vaste plaats krijgt in de praktijk bv. via protocollen.



2

Communiceer motiverend en herhaaldelijk

Waarom?

Om iets nieuws in de praktijk te implementeren is het belangrijk dat de coördinator de collega's motiveert om KRACH-T te gebruiken in de praktijk.

Acties:

- ▶ Breng het regelmatig op teamvergaderingen.
- ▶ Maak duidelijk dat leefstijlgesprekken verwacht worden.

Tip:

- ▶ Je kan maandelijks een leefstijlthema in de kijker zetten.

3



Ondersteun je collega's binnen de praktijk

Deze materialen helpen je:

- ▶ Leidraad: hoe gebruik je KRACH-T in de praktijk
- ▶ Steekkaarten: handvat om KRACH-T toe te passen tijdens de consultaties.
- ▶ Opname webinar over KRACH-T: toelichting KRACH-T met praktijkgerichte casussen besproken door een huisarts
- ▶ Vaardigheidstrainingen
- ▶ Folders: algemene informatie over leefstijl (voor patiënten)

4



Integreer het in je vaste werking

Waarom?

Aansluiten bij de bestaande werking verhoogt de kans op duurzame verankering.

Acties:

- ▶ Neem leefstijlgerelateerde gegevens standaard op in het patiëntendossier, zoals rookstatus, gewicht, enz.
- ▶ Neem in het functieprofiel op dat collega's het gesprek aangaan.
- ▶ Leg in protocollen vast dat er over leefstijl gesproken wordt, bv. bij elke intake.

5



Evalueer en verbeter

Evalueer de werking van KRACH-T binnen de praktijk. Feedback motiveert en verbetert de kwaliteit van de gesprekken.

Acties:

- A Gebruik een digitale vragenlijst.
Hoe? Creëer en hang een QR-code op naar de vragenlijst.
In dit filmpje tonen we hoe je dat doet.
- B Of kies voor een fysieke vragenlijst (bv. voor patiënten zonder smartphone)