

# Algemene informatie over obesitas (behandelingen) bij volwassenen

November 2024

## Algemene adviezen

Screening op onderliggende oorzaken van obesitas

[www.checkoorzakenovergewicht.nl](http://www.checkoorzakenovergewicht.nl) (thuis in te vullen door de persoon met obesitas)

Dit betreft een gratis online diagnostische (en gevalideerde) vragenlijst, die iemand thuis kan invullen. Hierbij worden volgens de landelijke richtlijn overgewicht en obesitas 2023 alle oorzaken uit de tabel 1 op pagina 3 van dit document) gecheckt, alsmede enkele bijkomende ziekten zoals artrose (NICE criteria) en slaap apneu syndroom. De uitslag die gegenereerd wordt, kan patiënt meenemen naar de (huis)artsenpraktijk. Die kan ook meegestuurd worden bij een eventuele doorverwijzing naar een internist in een 2<sup>e</sup> lijns ziekenhuis

[www.behandelovergewicht.nl](http://www.behandelovergewicht.nl) (samenvatting nieuwe obesitas richtlijn en praktische (verwijs)links voor (huis)artsen, POH-ers en andere zorgverleners)

Op deze website voor (huis)artsen, medisch specialisten en andere zorgverleners vindt u de praktische samenvatting van de richtlijn overgewicht en obesitas 2023 en kunt u ook handige links vinden die hulp kunnen bieden bij de bevindingen uit de hierboven genoemde online obesitas oorzaken screener. Op de vakjes van de tabel kunt u dubbelklikken voor nadere praktische informatie. Deze webpagina wordt frequent vernieuwd met nieuwe verwijslinks naar hulp of zorg in de regio's.

## Leefstijlinterventies

Indien er op het gebied van leefstijl nog zaken te verbeteren zijn, kan iemand met overgewicht of obesitas verwezen worden naar lokale begeleiding op leefstijlgebied middels een gecombineerde leefstijlinterventie (GLI) die uit het basispakket vergoed wordt. Dit betreft een 2-jarig leefstijlprogramma waarbij begeleiding bij zowel gezond eten, beweging, stress reductie en gezonder gedrag/gewoonten in samenhang en in groepsverband wordt aangeboden. Aanbieders van een vergoede GLI te vinden op:

<https://www.loketgezondleven.nl/leefstijlinterventies/gecombineerde-leefstijlinterventie/erkende-gli-basisverzekering>

Sinds mei 2024 zijn er ook online varianten van de GLI die RIVM erkenning hebben zoals Keer Diabetes Om (diabetesGLI) en MiGuide (vergoed via basispakket en aanmelden via [info@miguide.nl](mailto:info@miguide.nl) of via Zorgdomein). Ook Ancora Health is RIVM erkend, maar nog niet vergoed. Mensen krijgen dan online (live met een echte leefstijlcoach) coaching in groepsverband om thuis de gezonde leefstijl toe te passen. Ca 1x per maand. Een GLI heeft een behandelfase van 6-8 maanden, gevolgd door een onderhoudsfase van in totaal twee jaar.



## Obesitas farmacotherapie

Bij onvoldoende effect van een basis GLI programma kan in de huisartsenpraktijk of in een ziekenhuis aanvullend anti-obesitas medicatie overwogen worden.

Actuele informatie over vergoeding van obesitas medicatie is te vinden:

- Voor zorgverleners op de website van Zorgverzekeraars Nederland (ZN):

<https://www.partnerschapovergewicht.nl/2023/vraag-en-antwoord-over-inzet-en-vergoeding-gewichtsverlagende-medicatie/>

- Voor mensen met overgewicht en obesitas op de NVOO (patiëntvereniging) website:

[Vraag en antwoord over de vergoeding van gewichtsverlagende medicijnen \(nvo.nl\)](#) (of google op: NVOO vergoeding medicatie)

## Bariatrische/metabole chirurgie

Ook kan in de situatie van onvoldoende effect van een (gecombineerde) leefstijlinterventie onder strikte voorwaarden een bariatrische operatie als optie worden overwogen als de BMI  $\geq 40$  kg/m<sup>2</sup> of BMI  $\geq 35$  kg/m<sup>2</sup> met bepaalde bijkomende aandoeningen.

# Oorzakelijke, bijdragende en/of in standhoudende factoren van overgewicht/obesitas

Tabel 1

	1. Leefstijl	2. Sociaal economisch	3. Psychisch	4. Medicatie	5. Hormonaal	6. Hypothalaam	7. (Mono)genetisch / Syndromaal
Voorbeelden	Veelvoorkomend	Veelvoorkomend	Veelvoorkomend	Veelvoorkomend	Veelvoorkomend	Zeldzaam	Zeldzaam
	Ongezond eetpatroon Te weinig beweging Chronisch slaaptkort Obstructief slaap-apneusyndroom Nachtdiensten Timing van maaltijden Fors alcoholgebruik Stoppen met roken Culturele of sociaal-economische factoren	Financiële zorgen Eenzaamheid Niet meer (zelfstandig) kunnen deelnemen aan samenleving Overlijden of ernstige ziekte partner/familie, verlies van werk, mini-mum inkomen, armoede Moeite met lezen, schrijven, rekenen, begrip (laaggeletterdheid, verminderde gezondheidsvaardigheden) Culturele gewoonten	Depressie Chronische stress Psychotrauma Kindermishandeling (fysiek of emotioneel) in verleden Seksueel misbruik in verleden Eetbuistoornis zoals Binge eating disorder en Boulimia Nervosa	<b>Antihypertensiva:</b> β-blockers, α-blockers <b>Pijnmedicatie:</b> pregabaline, amitriptyline <b>Diabetes medicatie:</b> insuline, glimepiride <b>Antidepressiva:</b> mirtazapine, citalopram, paroxetine <b>Anti-epileptica:</b> carbamazepine, valproïnezuur, gabapentine <b>Corticosteroiden (langdurig gebruik):</b> oraal, injecties en soms lokaal	Hypothyreoidie Polycysteus ovarium syndroom (PCOS) Mannelijk hypogonadisme Behoud extra gewicht na zwangerschap Menopauze	Zeldzaam Hypopituitarisme (Cyclisch) Cushing's syndroom Groeihormoon tekort	Hypothalame schade na bestraling, operatie of hoofd-trauma Hypothalame tumor Craniopharyngeoom Malformatie
							Voorbeelden: Mutaties in genen van MC4R, POMC, leptine, leptine-receptor, PCSK1
							Voorbeelden: Prader-Willi, Bardet-Biedl, 16p11.2 deletie, pseudohypoparathyreoidie type 1 (PHP1a), Alström syndroom

Deze tabel uit de richtlijn overgewicht en obesitas vindt u op [www.behandelovergewicht.nl](http://www.behandelovergewicht.nl) (inclusief links op de vakken van de verschillende categorieën). Op de vakken op de website zelf kunt u dubbelklikken voor meer informatie.

## Meer informatie over de recente ontwikkelingen op het gebied van overgewicht en obesitas:

### Voor mensen met overgewicht of obesitas

*via de eigen favoriete podcast platforms / kanalen zoals Spotify:*

- Huisarts Podcast voor Patiënten aflevering "Obesitas"
- Boek "VET Belangrijk, feiten en fabels over voeding, verbranding en verborgen dikmakers" (te leen bij de bibliotheken en in 10 talen beschikbaar, ook verkrijgbaar als luisterboek of bij de (online) boekhandels)

### Voor zorgverleners

- Praktische Handleiding Overgewicht en Obesitas in de Huisartsenpraktijk: een handzame uitwerking van de landelijke multidisciplinaire richtlijn 2023

*verkrijgbaar via Stichting Langerhans (ongesponsorde nascholingen voor de zorgverleners) en (online) boekhandels.*

- Huisarts Podcast aflevering "Obesitas" via de eigen favoriete podcast platforms /kanalen zoals Spotify
- Prisma Podcast (4-delig) over obesitas voor (huis)artsen, POH en andere zorgverleners

*via de eigen favoriete podcast platforms /kanalen zoals Spotify*

- Artikel "Farmacotherapie voor Obesitas" in Huisarts en Wetenschap. Van Rossum en Boon, Sept 2024