Bestaande hulpmiddelen voor leefstijl, voor patiënten en zorgverleners

Leefstijlmodule	Handige bronnen
Algemeen	○ NHG praktijkhandleiding leefstijl overzicht ○ Leefstijlroer Huid ○ Zelfscan Leefstijl en Huid ○ Beter gezond – leefstijlzorg als structureel onderdeel van de zorg ○ Zorginstituut Nederland – gecombineerde leefstijlinterventie (GLI) ○ Gezond leven | Thuisarts ○ Psoriasis & Leefstijl: gesprekskaart | Psoriasispatiënten Nederland ○ Eczeem & Leefstijl in begrijpelijke taal: Steffie
Dieet en voeding	○ Huid & Voeding ○ NHG praktijkhandleiding - voeding ○ Richtlijnen goede voeding: eiwitbronnen en voedingspatronen 2025 | Gezondheidsraad ○ Thuisarts – ik wil gezond eten ○ Voedingscentrum – schijf van vijf ○ DAVO allergiediëtist
Voedingssupplementen	○ Huid: vitaminen, mineralen en supplementen ○ Voedingscentrum - voedingssupplementen ○ Krijg ik genoeg vitamines binnen? | Thuisarts
Alcohol en roken	○ Huid & Middelen ○ NHG praktijkhandleiding - alcohol ○ Thuisarts – alcohol ○ NHG praktijkhandleiding- roken ○ Thuisarts – stoppen met roken ○ Trimbos Instituut - Very brief Advice+
Stress	○ Huid & Stress en ontspanning ○ NHG praktijkhandleiding - chronische stress ○ Thuisarts - ik wil beter omgaan met stress ○ Leefstijlcoalitie – verwijskaart Natuur en je gezondheid

Bewegen	○ Huid & Bewegen ○ NHG praktijkhandleiding - bewegen ○ Thuisarts - ik wil gezond bewegen ○ Kenniscentrum Sport & Bewegen - beweegcirkel ○ Kennisentrum Sport & Bewegen – bewust bewegen met chronische aandoeningen