

Bestaande hulpmiddelen voor leefstijl, voor patiënten en zorgverleners

Leefstijlmodule	Handige bronnen
<i>Algemeen</i>	○ 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
<i>Dieet en voeding</i>	○ Huid & Voeding ○ NHG praktijkhandleiding - voeding ○ Richtlijnen goede voeding: eiwitbronnen en voedingspatronen 2025 Gezondheidsraad ○ Thuisarts – ik wil gezond eten ○ Voedingscentrum – schijf van vijf ○ DAVO allergiediëtist
<i>Voedingssupplementen</i>	○ Huid: vitaminen, mineralen en supplementen ○ Voedingscentrum - voedingssupplementen ○ Krijg ik genoeg vitaminen binnen? Thuisarts
<i>Alcohol en roken</i>	○ Huid & Middelen ○ NHG praktijkhandleiding - alcohol ○ Thuisarts – alcohol ○ NHG praktijkhandleiding- roken ○ Thuisarts – stoppen met roken ○ Trimbos Instituut - Very brief Advice+
<i>Stress</i>	○ Huid & Stress en ontspanning ○ NHG praktijkhandleiding - chronische stress ○ Thuisarts - ik wil beter omgaan met stress ○ Leefstijlcoalitie – verwijskaart Natuur en je gezondheid

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