

WHITEPAPER

De rol van POH GGZ

Nu en in de toekomst

SUPPOHRT

WHITEPAPER

De rol van POH GGZ
Nu en in de toekomst

Inhoudsopgave

Achtergrond POH GGZ 3
Gesignaleerde trends voor POH GGZ 6
Wat betekenen deze trends voor de rol van POH GGZ? 9
Conclusie 12
Direct contact met een specialist 12

© SUPPOHRT 2025. Alle rechten voorbehouden.

De inhoud van dit document wordt geacht correct te zijn op het moment van publicatie. SUPPOHRT benadrukt hierbij, dat de bevindingen, conclusies en aanbevelingen die zij in dit document geeft, zijn gebaseerd op informatie die is vergaard in goed vertrouwen, maar waarvan de nauwkeurigheid niet kan worden gegarandeerd. SUPPOHRT accepteert geen aansprakelijkheid voor activiteiten van derden die gebaseerd zijn op uit dit document afkomstige informatie, die achteraf niet correct is of niet juist geanalyseerd blijkt te zijn.

Inleiding

Met meer dan 10 jaar ervaring als aanbieder van POH GGZ zorg bij huisartsenpraktijken en gemeenten, hebben wij bij SUPPOHRT al veel gezien en meegemaakt. Onze visie van een mentaal veerkrachtig Nederland, met toegankelijke en persoonlijke geestelijke gezondheidszorg staat nog steeds als een huis. Tegelijk is de zorg een sector die continu in beweging is en we kunnen het ons voorstellen dat er vragen ontstaan over de rol die een POH GGZ inneemt in dit toch wel complexe zorgstelsel. En... hoe die rol zich zal ontwikkelen in de nabije toekomst.

Als grootste aanbieder van POH GGZ medewerkers (voor nu voornamelijk in de Randstad) voelen we de verantwoordelijkheid om te helpen bij het ontwikkelen van ons vakgebied. Daarom ontwikkelden wij dit whitepaper voor huisartsenpraktijken, gemeenten, maar ook aangesloten zorgpartners, zoals GGZ instellingen, om inzicht te geven in de rol die een POH GGZ speelt - of kán spelen - in het totale proces rondom een patiënt.

Achtergrond POH GGZ

Voor hen die nog niet zo ingevoerd zijn in de werkwijze van een POH GGZ, geven we nog wat achtergrondinformatie. De functie van Praktijkondersteuner Huisarts - Geestelijke gezondheidszorg (POH GGZ) is ontstaan uit de behoefte aan een geïntegreerde aanpak van geestelijke gezondheidsproblemen binnen de huisartsenpraktijk. Deze functie werd gecreëerd om de toegankelijkheid en kwaliteit van de geestelijke gezondheidszorg te verbeteren door laagdrempelige ondersteuning te bieden aan patiënten. Maatschappelijke trends, zoals de toename van psychosociale problemen én de toename van de complexiteit, maken de rol van de POH GGZ des te crucialer. Zeker nu wachtrijen bij GGZ instellingen berucht zijn om hun lengte, biedt een POH GGZ in veel gevallen een welkome eerste stap naar hulp bij geestelijke nood. Toegankelijk en vertrouwd bij hun eigen huisarts.

Taken van de POH GGZ

De POH GGZ vervult diverse cruciale taken binnen de huisartsenpraktijk:

- **Intakegesprekken**
  De eerste gesprekken met patiënten om hun geestelijke gezondheidsproblemen te beoordelen. Dit helpt bij het identificeren van de aard en ernst van de problemen en het bepalen van de juiste vervolgzorg. Bij vervolgzorg denk je dan bijvoorbeeld aan een doorverwijzing naar een psycholoog, behandeling bij een psychiater, maar ook zelfhulp, maatschappelijk werk en andere herstelgerichte programma's.

- **Behandelplannen**
  Het opstellen van behandelplannen afgestemd op de individuele behoeften van de patiënt. Deze plannen kunnen variëren van kortdurende interventies tot doorverwijzingen naar specialistische zorg. Bij de huisartsenpraktijk is doorgaans een goed, compleet beeld van de algehele gezondheid van de patiënt. Daardoor krijgt het behandelplan een holistische benadering, waarbij alle meespelende factoren meegewogen worden.

- **Kortdurende begeleiding**
  Bieden van kortdurende begeleiding en ondersteuning, gericht op herstel en welzijn van de patiënt. Dit omvat vaak wekelijkse of tweewekelijkse sessies waarin diverse therapieën en interventies worden toegepast. De begeleiding richt zich op het snel en effectief ondersteunen van patiënten met lichte tot matige psychische klachten en kan variëren van enkele weken tot een paar maanden, afhankelijk van de aard en ernst van de klachten. Als de patiënt niet verder geholpen kan worden binnen de huisartsenpraktijk, wordt er doorverwezen naar adequate vervolgzorg.

Impact op patiënten

Effectieve samenwerking tussen de POH GGZ, huisartsen en specialisten in de geestelijke gezondheidszorg is essentieel voor het verbeteren van de zorgverlening. Door nauwe samenwerking kunnen zorgverleners geïntegreerde en holistische zorg bieden, wat leidt tot betere behandeluitkomsten voor patiënten.

Toegankelijke geestelijke gezondheidszorg binnen de huisartsenpraktijk draagt significant en aantoonbaar bij aan het welzijn van de patiënten. De aanwezigheid van een POH GGZ maakt het voor patiënten makkelijker om hulp te zoeken en te ontvangen zonder de barrières die vaak gepaard gaan met doorverwijzingen naar gespecialiseerde zorginstellingen. Hierdoor kunnen patiënten sneller en efficiënter geholpen worden.



Gesignaleerde trends voor POH GGZ

In de afgelopen vijf jaar zijn er enkele belangrijke trends zichtbaar in de geestelijke gezondheidszorg. Sommige trends brengen een uitdaging met zich mee en andere geven juist eerder een oplossingsrichting:

Meer aandacht voor middelen en financiën voor mentale gezondheid
Er is gelukkig een bredere maatschappelijke erkenning van het belang van mentale gezondheid, met meer investeringen en initiatieven gericht op het bevorderen van mentale veerkracht. Echter, een tekort aan (financiële) middelen kan de beschikbaarheid en kwaliteit van de geboden zorg beperken. De recent aangekondigde stijging van de NZA-tarieven is een positieve ontwikkeling, maar verdere structurele oplossingen zijn nodig. Zonder structurele oplossing voor beperkte financiering, lopen de beschikbaarheid en de kwaliteit van de zorg risico. Bovendien kan de werkdruk voor zorgverleners leiden tot burn-outs, wat de capaciteit vervolgens alleen maar verder doet dalen.

Structurele oplossingen worden vooral gezocht in een verhoging van budgetten, maar ook verbeteringen in efficiency, scholing en integrale samenwerking tussen zorgverleners. Daarbij worden (lange) wachtlijsten een steeds grotere uitdaging, wat ertoe leidt dat er vaker behoefte is aan overbruggingscontacten om cliënten in de wachttijd toch enigszins te ondersteunen.

Stijgende zorgvraag
Er is een toenemende zorgvraag, gevoed door maatschappelijke factoren zoals demografische trends, sociale druk en economische onzekerheid. Demografische trends, zoals bevolkingsgroei en vergrijzing spelen een belangrijke rol. Op sociaal gebied zien we toenemende werkdruk, prestatiedruk en sociale verwachtingen leiden tot stress en burn-out. Bij jongeren zien we een impact van overmatig gebruik van technologie en sociale media, die in verband gebracht worden met een toename van geestelijke gezondheidsproblemen.

Tegelijk zien we een verhoogde bewustwording van het aanbod van psychische hulp, mede dankzij campagnes en publieke discussies en wordt het stigma om te werken aan geestelijke issues kleiner.
Het gevolg is dat meer mensen sneller op zoek gaan naar hulp. Wat natuurlijk goed is, maar dit legt een grote druk op de bestaande zorgcapaciteit.

Bij specifieke doelgroepen, zoals ouderen, speelt ook een groeiend probleem van eenzaamheid. Daarnaast ervaren zij vaak angst om deel te nemen aan het verkeer of gebruik te maken van het openbaar vervoer, vooral in stedelijke gebieden. De toename van individualisme versterkt dit gevoel van isolatie nog verder, waardoor ook in deze groep de vraag naar geestelijke ondersteuning stijgt.

Toename van digitale zorg

De zorgvraag neemt dus toe en het aanbod kan niet meegroeien, onder meer door een personeelstekort. Digitalisering van de geestelijke gezondheidszorg biedt een uitkomst, met een grotere rol voor eConsults en digitale hulpmiddelen om de toegankelijkheid en efficiëntie van de zorg te verbeteren.

Naast eConsults zien we de opkomst van digitale zelfhulptools, al dan niet aangedreven door kunstmatige intelligentie. AI-algoritmen helpen bijvoorbeeld al bij het stellen van diagnoses door het analyseren van medische beelden en patiëntgegevens. Ook zullen wearables zoals smartwatches en fitnesstrackers meer data gaan leveren en analyseren; bijvoorbeeld van hartslag, slaapkwaliteit en fysieke activiteit.

Het Elektronisch PatiëntenDossier (EPD) is ook een onderdeel van de digitalisering van de zorg. Zorgverleners zullen via EPD systemen sneller toegang hebben tot relevante medische geschiedenis, testresultaten en bijvoorbeeld behandelplannen. Patiënten zelf krijgen ook meer vat op hun eigen medische gegevens door de opkomst van patiëntenportalen. Hierin kunnen zij zelfs soms al direct communiceren met zorgverleners en bijvoorbeeld afspraken maken.

Samenwerking en netwerkzorg

Er is een groeiende trend naar samenwerking binnen de zorgketen en het opzetten van netwerkzorg om holistische en geïntegreerde zorg te bieden. Voor een POH GGZ is de eerste en belangrijkste samenwerking die met de huisarts. Maar ook zien we steeds meer samenwerking met maatschappelijk werkers, verpleegkundigen, apotheken, onderwijsinstellingen en gemeentelijke diensten.

Samenwerkingen binnen de zorgketen zijn essentieel voor de POH GGZ om geïntegreerde en holistische zorg te bieden. Door samen te werken en door gebruik te maken van digitale technologieën, kan de POH GGZ de zorg voor hun patiënten verbeteren en de toenemende zorgvraag effectiever beheren.

Preventie en vroege interventie
Er is meer focus op preventieve zorg en vroege interventies om geestelijke gezondheidsproblemen te voorkomen en sneller te behandelen.

Preventie richt zich op het identificeren van risicofactoren en vroege symptomen van geestelijke gezondheidsproblemen voordat deze zich volledig manifesteren. Door gebruik te maken van screeningsinstrumenten en preventieve programma's in bijvoorbeeld scholen, werkplekken en de eerstelijnszorg, kunnen zorgverleners snel ingrijpen en passende ondersteuning bieden. Dit kan variëren van lichte interventies zoals adviesgesprekken en zelfhulpmodules, tot intensievere begeleiding en therapie wanneer nodig.

Daarnaast spelen vroege interventies een cruciale rol bij het verkorten van de duur en het verminderen van de ernst van geestelijke gezondheidsproblemen. Door snel te reageren op de eerste signalen van problemen zoals angst, depressie of stress, kan worden voorkomen dat deze problemen escaleren tot chronische aandoeningen.

Effectieve preventie en vroege interventie leiden niet alleen tot betere gezondheidsuitkomsten voor individuen, maar verminderen ook de druk op de gezondheidszorgsystemen op de lange termijn.



Wat betekenen deze trends voor de rol van POH GGZ?

SUPPOHRT heeft een heldere visie op de toekomst van POH GGZ. De trends die we waarnemen, zullen ongetwijfeld hun uitwerking hebben op de rol die onze POH GGZ professionals spelen in het totale welzijn van patiënten. Dit zijn enkele ontwikkelingen die we zien ontstaan:

Uitbreiding takenpakket
De rol van de POH GGZ zal zich waarschijnlijk uitbreiden om aan de groeiende behoeften van patiënten te voldoen, inclusief meer preventieve en langdurige zorg. Dat vraagt van de POH GGZ om creatief en vindingrijk te zijn in het inzetten van digitale oplossingen, zoals eHealth-modules, zelfhulpapps en digitale behandeltools. Door slim gebruik te maken van deze middelen kan de POH GGZ patiënten meer zelfregie geven en tegelijkertijd de druk op fysieke consulten verlichten.

Daarnaast wordt kennis van systemisch werken steeds belangrijker, waarbij de POH GGZ niet alleen kijkt naar de individuele patiënt, maar ook naar de bredere sociale en relationele context waarin problemen ontstaan en in stand worden gehouden.

Ook wordt een meer proactieve houding verwacht in de samenwerking met ketenpartners, zoals maatschappelijk werk, GGZ-instellingen en wijkteams. Door actief samenwerkingsafspraken te maken en het netwerk rondom de patiënt te versterken, kan de POH GGZ bijdragen aan meer samenhang en continuïteit in de zorg.

Tegelijkertijd blijft een duidelijke profilering van het vakgebied essentieel. De POH GGZ moet oog houden voor welke taken wél en niet tot het eigen werkveld behoren. Specialistische behandelingen zoals EMDR of het uitvoeren van crisisinterventies vallen daar bijvoorbeeld niet onder en vereisen verwijzing naar de tweede lijn.

De uitbreiding van het takenpakket en de groeiende complexiteit brengen ook risico's met zich mee. Zo neemt het risico op handelingsverlegenheid toe: het gevoel van onvermogen of onzekerheid bij het handelen in complexe of acute situaties. Daarom is er ook meer aandacht nodig voor zelfzorg en het versterken van het professioneel zelfvertrouwen van de POH GGZ.

Wat betekent dit voor de huisarts?
Voor de huisarts kan deze ontwikkeling betekenen dat de werkdruk verder toeneemt, onder andere door een mogelijke toename van crisisgevoelige casuïstiek en het feit dat patiënten vaker in een vroeger stadium van psychische klachten aankloppen. Dit vraagt om een nauwere samenwerking en mogelijk ook een uitbreiding van de inzet van POH GGZ-uren binnen de huisartsenpraktijk om de groeiende zorgvraag op te kunnen vangen.

Interprofessionele samenwerking
Versterking van de samenwerking tussen verschillende zorgprofessionals om een geïntegreerde en efficiënte zorgverlening te waarborgen. Dit omvat ook samenwerking met gemeenten en tweede lijn GGZ instellingen.

Voor de POH GGZ betekent dit dat kennis en bekendheid van de sociale kaart en de ketenpartners steeds belangrijker wordt. Alleen door goed inzicht te hebben in het netwerk van beschikbare voorzieningen en specialisten kan de POH GGZ patiënten gericht doorverwijzen en de juiste ondersteuning organiseren.

Daarnaast vraagt deze manier van werken om meer aandacht voor indirect patiëntgebonden tijd. Dit betekent investeren in samenwerken, het onderhouden van relaties met ketenpartners en het maken van samenwerkingsafspraken die bijdragen aan soepele doorstroming en gedeelde zorg.

Wat betekent dit voor de huisarts?
Voor de huisarts kan deze ontwikkeling betekenen dat er meer tijd gaat naar overleg en afstemming, wat mogelijk leidt tot een toename van indirect patiëntgebonden tijd. Dit vraagt om een tijdsinvestering die niet altijd direct declarabel is, maar wel cruciaal is om de zorg rondom de patiënt goed te organiseren en de samenwerking met de POH GGZ en andere partners optimaal te laten verlopen.

Focus op preventieve zorg
Meer nadruk op preventieve maatregelen en vroegtijdige interventies om geestelijke gezondheidsproblemen te voorkomen en te minimaliseren. Dit kan helpen om problemen in een vroeger stadium te identificeren en te behandelen, wat op de lange termijn kosten kan besparen en de kwaliteit van leven van patiënten kan verbeteren.

Voor de POH GGZ betekent dit een verlegging van de focus richting de principes van de ‘nieuwe GGZ’, waarbij eigen regie van de patiënt, normaliseren van klachten en samenwerken binnen netwerken centraal staan.

Om patiënten echt te ondersteunen in hun zelfredzaamheid, is het belangrijk dat de POH GGZ kennis heeft van interventies die daarop gericht zijn, zoals ACT (Acceptance and Commitment Therapy), CRA (Community Reinforcement Approach), Motiverende Gespreksvoering (MGV), competentiegericht of oplossingsgericht werken en systemisch werken.

Binnen de behandeling krijgt psycho-educatie een prominente rol. Door patiënten meer inzicht te geven in hun aandoening of psychische klachten, kunnen zij beter omgaan met hun situatie en wordt hun zelfmanagement versterkt.

Dit vraagt ook om een gedegen kennis van psychiatrische en psychologische ziektebeelden en problematieken, zodat de POH GGZ klachten vroegtijdig kan herkennen, normaliseren waar passend en tijdig kan verwijzen wanneer specialistische zorg nodig is.

Wat betekent dit voor de huisarts?
Voor de huisarts betekent deze ontwikkeling dat er meer samenspel nodig is met de POH GGZ om vroegtijdige signalering en preventie structureel vorm te geven binnen de praktijk. Door preventie een duidelijke plek te geven in het zorgaanbod, kunnen huisartsen en POH's samen bijdragen aan het voorkomen van zwaardere problematiek en het verminderen van de druk op de tweede lijn.

Conclusie

De POH GGZ vervult een centrale rol in de geestelijke gezondheidszorg binnen de huisartsenpraktijk. Het aanpakken van de huidige uitdagingen en het omarmen van de toekomstperspectieven zijn cruciaal voor de verdere verbetering van de geestelijke gezondheidszorg.

Voor meer informatie, bezoek onze website SUPPOHRT of neem contact met ons op via info@suppohrt.nl.

Direct contact met een specialist

Direct en vrijblijvend meer weten over het inhuren van een POH GGZ? Neem direct contact op met Diederik Bollen, operationeel directeur bij SUPPOHRT. Hij vertelt u alles over de ins en outs.



Tel: **+31 6 29 29 08 47**
Mail: **diederik@suppohrt.nl**

SUPPOHRT
Wilgenweg 18C
1031 HV Amsterdam

www.suppohrt.nl

(020) 262 04 00
info@suppohrt.nl