**LC DZ Taak 1.6: Het beïnvloeden van het cardiovasculaire risico**

***Thema 6 jaar 1: Ischemie week: 20, 21, 22 en 23***

*Studentversie 17 december 2018*

De komende vier weken staat in het basisprogramma het thema Ischemie centraal.

De onderwerpen van de weken zijn:

Week 20: Principes van epidemiologie

Week 21: Benauwd

Week 22: Palpaties

Week 23: Perifeer vaatlijden

Deze LC taak vindt plaats in week 21 t/m 23

**Algemene informatie**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Titel taak** | **Het beïnvloeden van het cardiovasculaire risico** | | |
| **Doel van de taak** | Kennis ontwikkelen over cardiovasculair risicomanagement en preventieve interventies daarbij. Leren formuleren van een PICO en geven van voorlichting in de vorm van een Ted talk. | | |
| **Plaats in de bachelor opleiding** | De opdracht vindt plaats in jaar 1, semester 2, week 21 t/m 23. | | |
| **Duur van de gehele taak uitgedrukt in uren** | Onderwijsactiviteiten: 13 | Zelfstudie: 20 | Toetsing: Beoordeling van PICO en Ted talk |
| **Taal van de gehele taak** | Nederlands | | |
| **Coördinator** | lcdz@umcg.nl | | |

**Inleiding**

In deze LC DZ taak richten we ons op risicofactoren voor hart- en vaatziekten en de mogelijkheden van preventieve interventies daarbij. Je maakt kennis met verschillende risicofactoren en je gaat je verdiepen in een preventieve interventie gericht op bijvoorbeeld voeding, beweging, roken of stress. Hierover geef je in de coachgroepbijeenkomst voorlichting in de vorm van een Ted talk. Dit is een motiverende speech waarmee je het gedrag van een patiënt wilt proberen te beïnvloeden op basis van gevonden literatuur.

**Leerdoelen per competentie:**

*Gezondheid bevorderen*

De student:

* kent de risicofactoren voor het ontstaan van ischemie
* kan voorlichting geven over preventie van ischemie
* herkent weerstanden die optreden bij de noodzaak voor gedragsverandering
* kent de relatie tussen leefstijl en ischemie
* kan determinanten en risicofactoren van ischemie onderscheiden en persoonsgebonden-, leefstijl- en omgevingsfactoren benoemen

*Academische vorming*

De student:

* kan een PICO formuleren over het effect van een interventie op gesignaleerde risicofactoren bij ischemie
* kan gericht wetenschappelijke literatuur zoeken

**Beschrijving van de taak**

**Invulling coachgroepbijeenkomst 1**

In de eerste coachgroepbijeenkomst maak je kennis met risicofactoren voor hart- en vaatziekten en mogelijke (leefstijl)interventies hierbij. Ter voorbereiding op de coachgroepbijeenkomst bestudeer je de NHG-standaard over cardiovasculair risicomanagement (zie Ondersteunend materiaal). In deze standaard vind je informatie over cardiovasculair risicomanagement en de invloed van risicofactoren op hart en vaatziekten (tabel 1 en 2). In de coachgroepbijeenkomst gaan jullie je eigen cardiovasculaire risico berekenen, waarbij je ervan uitgaat dat je 35 jaar oud bent: <http://www.testuwrisico.nl/>. Jullie bespreken de uitslag. Wat verandert er aan je risico als je 75 jaar oud zou zijn? En verhoogt een hoge bloeddruk de kans op hart- en vaatziekten? (zie tabel 1, NHG- standaard cardiovasculair risicomanagement). Welke uitkomst (bv. risico op hartinfarct, risico op CVA, verkorte levensduur) is voor jou het belangrijkst en waarom?

Vervolgens gaan jullie het in de bijeenkomst hebben over de invloed van leefstijl op het cardiovasculaire risico. Welke leefstijlfactoren dragen bij aan het risico op hart- en vaatziekten? Stel er zijn aanpassingen nodig, van welke aanpassing in leefstijl verwacht je het meeste effect op het verlagen van het risico? Wat zouden belemmeringen kunnen zijn bij het aanpassen van iemands leefstijl? Over deze zaken gaan jullie nadenken en discussiëren in de coachgroep.

**Opdracht “Formuleren van een PICO”**

In deze taak ga je een PICO vraag formuleren over een (leefstijl)interventie voor patiënten met ischemie. Ondersteuning bij het maken van deze opdracht wordt gegeven in het practicum “Literatuur zoeken” op **7 februari** die verzorgd wordt door medewerkers van de Centrale Medische Bibliotheek. In het werkcollege wordt uitleg gegeven over de PICO en vervolgens ga je een PICO formuleren waarmee je in Pubmed gaat zoeken naar een effectstudie (Randomized Controlled Trial, RCT) van een (leefstijl)interventie bij ischemie. Denk hierbij aan een interventie gericht op roken, beweging, voeding of stress. Je mag zelf een interventie kiezen, maar zorg hierbij wel voor diversiteit in de coachgroep (dus: overleg met je medestudenten). De uitwerking van de PICO en het gevonden artikel vormen het eerste product in deze taak en dit onderdeel wordt door de coach beoordeeld op de competentie Academische Vorming d.m.v. het beoordelingsformulier (zie eind van deze taak en Nestor).

**Opdracht “Verzorgen van een Ted talk”**

Op basis van een van jullie PICO’s en het daarbij gevonden artikel gaan jullie in duo’s in de coachgroepbijeenkomst een Ted talk geven. In de eerste coachgroepbijeenkomst wordt hiervoor een indeling gemaakt. Jullie kiezen één van jullie PICO’s en de bijbehorende effectstudie/artikel naar een (leefstijl)interventie bij ischemie om de Ted talk over te geven.

Een Ted talk is een motiverende speech om gedrag te beïnvloeden. Houd daarbij rekening met de doelgroep. In dit geval zijn dat (fictief) mensen met ischemie. Je wilt hen bewust maken van de gevaren van ischemie en je wilt hen laten inzien welke interventie ischemie kan beïnvloeden. Kijk alvast voor inspiratie voor een goede Ted talk op:

<http://www.nrc.nl/nieuws/2012/11/24/speechen-kun-je-leren-tien-tedx-tips-voor-een-overtuigende-toespraak/> en

<http://lifehacking.nl/persoonlijk-tips/ted-talk-hoe-spreek-je-zo-dat-mensen-luisteren/>

De Ted Talk mag maximaal 7 minuten duren. Ondersteuning bij het geven van de Ted talk wordt geboden in de workshop “Het geven van een Ted talk” van drs. Van Es op 19 februari.

De Ted Talk (in duo’s) wordt beoordeeld door de coach op de competentie Gezondheid bevorderen d.m.v. het beoordelingsformulier (zie eind van deze taak en Nestor). Het door de coach ingevulde beoordelingsformulier van de Ted Talk neem je op in je Scorion e-portfolio.

**Afronding van de taak**

Uiterlijk **26 februari 2019** stuur je de Scorionuitnodiging voor het beoordelen van taak 1.6 naar je coach. Stuur met de uitnodiging de uitwerking van de PICO, het gevonden artikel en het door de coach ingevulde beoordelingsformulier van de Ted talk mee.

**Beoordeling van de taak**

Op basis van onderstaande vragen zal de beoordelaar zich een oordeel vormen over het product van de taak.

*Gezondheid bevorderen:*

Blijkt uit de beoordeling van de Ted talk dat de student….

* de risicofactoren voor het ontstaan van ischemie kent?
* voorlichting kan geven over preventie van ischemie?
* weerstanden die optreden bij de noodzaak voor gedragsverandering kan herkennen?
* de relatie tussen leefstijl en ischemie kent?
* determinanten en risicofactoren van ischemie kan onderscheiden en persoonsgebonden-, leefstijl- en omgevingsfactoren kan benoemen?

*Academische vorming:*

Blijkt uit de beoordeling van de PICO dat de student….

* een PICO kan formuleren over het effect van een interventie gesignaleerde risicofactoren bij ischemie?
* gericht wetenschappelijke literatuur kan zoeken?

De coach beoordeelt de producten met behulp van beoordelingsformulieren (zie bijlage en Nestor).

**Activiteiten gedurende thema 6, taak 1.6: “Het beïnvloeden van het cardiovasculaire risico”**

In dit thema zijn er naast de patiëntcolleges, het tutoronderwijs en het analytisch redeneren coachgroepbijeenkomsten, practica en werkcolleges die je ofwel helpen bij de leerdoelen van het basisprogramma (BP) ofwel nodig zijn om de taak goed te kunnen uitvoeren. Alle onderwijsactiviteiten bereid je voor. Indien niet vermeld in onderstaand overzicht kijk je altijd op Nestor of hier specifieke instructie voor wordt gegeven. Let op: wijzigingen voorbehouden. De roostergenerator is leidend.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wk 20:** | **Activiteit:** | **Ter onder-steuning van:** | **Voorbereiden:** |
| **4/2** | Introductie Epidemiologie I | BP |  |
| **4/2** | Werkcollege PICO-CAT and grading the evidence | BP |  |
| **4/2** | Werkcollege Specifity, sensitivity and predictive value | BP |  |
| **4.2** | JSM Meeting | BP |  |
| **5/2** | BLS AED deel 1 (op inschrijving) | BP |  |
|  |  |  |  |
| **Wk 21:** | **Activiteit:** | **Ter onder-steuning van:** | **Voorbereiden:** |
| **6/2** | Voortgangstoets | BP |  |
| **6/2** | Introductie Thema | BP |  |
| **6/2** | Introductie van de week | BP |  |
| **6/2** | Patiëntinterview | BP |  |
| **6/2** | **1 uur Kick-off 1.6: Voeding en gezondheid: de dokter 2.0 (Prof. dr. G.J. Navis)**  Dat gezonde voeding de basis vormt voor goede gezondheid is een van de allereerste uitgangspunten van de geneeskunde, al vijfduizend jaar geleden onderkend. Paradoxaal genoeg vormt leefstijl-gerelateerde ziekte, ondanks het hoge peil van onze huidige gezondheidszorg, nog steeds het merendeel van de ziektelast. Ergens gaat er dus iets heel erg fout tussen de beschikbare kennis en de weerbarstige praktijk. Aan de hand van de nieuwe Richtlijnen Goede Voeding en praktijkvoorbeelden bespreken we de mogelijkheden om als medische beroepsgroep anno 2019 te komen tot leefstijlbegeleiding en preventie die WEL werkt. | **Taak** |  |
| **6/2** | Tutorgroep | BP |  |
| **7/2** | BLS AED deel 1 (op inschrijving) | BP |  |
| **7/2** | **1 uur Practicum Literatuur zoeken: PICO en zoeken in Pubmed en UpToDate** **(i.s.m. CMB)**  Tijdens dit practicum ga je zelf een PICO opstellen en zoeken naar een effectstudie (Randomized Controlled Trial. Dit practicum is essentiële voorbereiding voor het formuleren van de PICO. | **Taak** |  |
| **7/2** | Practicum Longfunctieonderzoek (op inschrijving) | BP |  |
| **7/2** | JSM Course | BP |  |
| **8/2** | BLS AED deel 1 (op inschrijving) | BP |  |
| **8/2** | Practicum Thorax: basis en beeldvorming (op inschrijving) | BP |  |
| **8/2** | **2 uur Coachgroepbijeenkomst**  In de eerste coachgroepbijeenkomst maak je kennis met risicofactoren voor hart- en vaatziekten en mogelijke (leefstijl)interventies hierbij. Ter voorbereiding op de coachgroepbijeenkomst bestudeer je de NHG-standaard over cardiovasculair risicomanagement (zie Ondersteunend materiaal). | **Taak** | Bestuderen van NHG-standaard Cardiovasculair risicomanage-ment |
| **8/2** | **2 uur Werkcollege Ademarbeid (dr. H. van Duinen)** | **Taak** | Maken van voorbereidings-opdracht (zie Nestor) |
| **8/2** | Practicum Longfunctieonderzoek (op inschrijving) | BP |  |
| **11/2** | BLS AED deel 1 (op inschrijving) | BP |  |
| **11/2** | Practicum Thorax: basis en beeldvorming (op inschrijving) | BP |  |
| **11/2** | Practicum Longfunctieonderzoek (op inschrijving) | BP |  |
| **11/2** | Capita Selecta | BP |  |
| **11/2** | Tutorgroep | BP |  |
| **12/2** | Practicum Longfunctieonderzoek (op inschrijving) | BP |  |
| **12/2** | Introductie Practicum Anatomie “Hart en circulatie” | BP |  |
| **12/2** | Analytisch redeneren | BP |  |
| **12/2** | Responsie college | BP |  |
|  |  |  |  |
| **Wk 22:** | **Activiteit:** | **Ter onder-steuning van:** | **Voorbereiden:** |
| **13/2** | Practicum Hart en circulatie (op inschrijving) | BP |  |
| **13/2** | Introductie van de week | BP |  |
| **13/2** | Patiëntinterview | BP |  |
| **13/2** | Tutorgroep | BP |  |
| **14/2** | Practicum Hart en circulatie (op inschrijving) | BP |  |
| **14/2** | JSM Course | BP |  |
| **14/2** | Practicum Hart- en vaatonderzoek (op inschrijving) | BP |  |
| **14/2** | Introductie Zorgstage in Nederland | BP |  |
| **15/2** | BLS AED deel 1 (op inschrijving) | BP |  |
| **15/2** | Practicum Hart- en vaatonderzoek (op inschrijving) | BP |  |
| **15/2** | **2 uur Werkcollege Van membraanpotentiaal naar pomp (dr. H. Van Duinen)**  In dit werkcollege leer je hoe elektrische veranderingen in de hartcellen tot een verandering in pompfunctie leiden. | **Taak** | Maken van voorbereidings-opdracht (zie Nestor) |
| **15/2** | Versatest Cardiovasculair systeem | BP |  |
| **18/2** | BLS AED deel 1 (op inschrijving) | BP |  |
| **18/2** | Instructie Zorgstage | BP |  |
| **18/2** | Practicum Hart- en vaatonderzoek (op inschrijving) | BP |  |
| **18/2** | Capita Selecta | BP |  |
| **18/2** | Tutorgroep | BP |  |
| **19/2** | Versatest Cardiovasculair systeem |  |  |
| **19/2** | Practicum Hart- en vaatonderzoek (op inschrijving) |  |  |
| **19/2** | Analytisch Redeneren | BP |  |
| **19/2** | Responsie College | BP |  |
| **19/2** | **1 uur Workshop “Het geven van een Ted Talk” (op inschrijving) (drs. F.D. van Es)**  In deze workshop ga je aan de slag met technieken voor het geven van een pakkende Ted talk. Er wordt uitleg gegeven en er is ruimte om te oefenen met verschillende presentatietechnieken. Deze workshop is essentiële voorbereiding voor het geven van de Ted talk in de coachgroepbijeenkomst | **Taak** | Alvast voorbereiden van je Ted Talk die je in de coachgroep-bijeenkomst wilt gaan geven |
|  |  |  |  |
| **Wk 23:** | **Activiteit:** | **Ter onder-**  **steuning van:** | **Voorbereiding:** |
| **20/2** | Instructie Zorgstage | BP |  |
| **20/2** | Introductie van de week | BP |  |
| **20/2** | Patiëntinterview | BP |  |
| **20/2** | Tutorgroep | BP |  |
| **21/2** | BLS AED deel 1 (herkansing) | BP |  |
| **21/2** | JSM Course | BP |  |
| **22/2** | BLS AED deel 2 (op inschrijving) | BP |  |
| **22/2** | **2 uur Coachgroepbijeenkomst**  Deze bijeenkomst is gewijd aan de Ted talks. Ieder duo geeft een Ted talk van maximaal 7 minuten. Jullie Ted Talk wordt beoordeeld door de coach. | **Taak** | Formuleren van de PICO en zoeken van een artikel.  Voorbereiden van de Ted talk |
| **22/2** | Versatest Cardiovasculair systeem | BP |  |
| **25/2** | **2 uur Werkcollege Cardiovasculaire regulaties (dr. H. Van Duinen)**  Dit werkcollege gaat over hoe neurohumorale regulaties het cardiovasculaire systeem beïnvloeden. | BP | Maken van voorbereidings-opdracht (zie Nestor) |
| **25/2** | Capita Selecta | BP |  |
| **25/2** | Recap Thema 6 | BP |  |
| **25/2** | Tutorgroep | BP |  |
| **26/2** | BLS AED deel 2 (op inschrijving) | BP |  |
| **26/2** | Analytisch Redeneren | BP |  |
| **26/2** | Responsie College | BP |  |
| **27/2** | Toets | BP |  |

**Ondersteunend materiaal:**

* NHG standaard cardiovasculair risicomanagement: <https://www.nhg.org/standaarden/samenvatting/cardiovasculair-risicomanagement>
* Info over het geven van een Ted talk:
  + <http://www.nrc.nl/nieuws/2012/11/24/speechen-kun-je-leren-tien-tedx-tips-voor-een-overtuigende-toespraak/>
  + <http://lifehacking.nl/persoonlijk-tips/ted-talk-hoe-spreek-je-zo-dat-mensen-luisteren/>

|  |
| --- |
| **Samenvatting taak 1.6: Het beïnvloeden van het cardiovasculaire risico**  **Doel:**  Kennis ontwikkelen over cardiovasculair risicomanagement en preventieve interventies daarbij. Leren formuleren van een PICO en geven van voorlichting in de vorm van een Ted talk.  **Ondersteuning taak:**  Kick-off 1.6: Voeding en gezondheid: de dokter 2.0, practicum Literatuur zoeken, werkcollege Ademarbeid, werkcollege Van membraanpotentiaal naar pomp, workshop Het geven van een Ted Talk, werkcollege Cardiovasculaire regulaties, twee coachgroepbijeenkomsten.  **Product:**  PICO en gevonden artikel (individueel product) en Ted talk in coachgroepbijeenkomst (product in duo’s)  **Toetsing:**  Beoordeling van PICO en artikel en van de Ted talk door de coach.  **Deadline:**  26 februari 2019 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Naam student: Studentnummer:** | | | |
| **Naam coach:** | | | |
| **Datum beoordeling:** | | | |
| **Beoordelingsformulier PICO + gevonden artikel**  **(Competentie: Academische Vorming)**  **Taak 1.6: Het beïnvloeden van het cardiovasculaire risico** | **Not on track** | **On Track** | **Fast on track** |
| ***Adequate PICO geformuleerd***  *Toelichting door coach:* | ⃝ | ⃝ | ⃝ |
| **Passend artikel (RCT over een (leefstijl)interventie bij ischemie) toegevoegd**  *Toelichting door coach:* | ⃝ | ⃝ | ⃝ |
| ***Eindbeoordeling***  *Toelichting door coach:* | **⃝** | **⃝** | **⃝** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Naam student: Studentnummer:**  **Naam student: Studentnummer:** | | | |
| **Naam coach:** | | | |
| **Datum beoordeling:** | | | |
| **Beoordelingsformulier Ted Talk**  **(Competentie Gezondheid bevorderen)**  **Taak 1.6: Het beïnvloeden van het cardiovasculaire risico** | **Not on track** | **On Track** | **Fast on track** |
| ***Algemene presentatievaardigheden***  *Toelichting door coach:* | ⃝ | ⃝ | ⃝ |
| ***Motiverende Ted talk gericht op gedragsverandering***  *Toelichting door coach:* | ⃝ | ⃝ | ⃝ |
| ***Risicofactoren voor het ontstaan van ischemie worden benoemd***  *Toelichting door coach:* | ⃝ | ⃝ | ⃝ |
| ***Passende interventie voor het beïnvloeden van ischemie besproken***  *Toelichting door coach:* | ⃝ | ⃝ | ⃝ |
| ***De presentatie is toegespitst op de doelgroep (mensen met ischemie)***  *Toelichting door coach:* | ⃝ | ⃝ | ⃝ |
| ***Eindbeoordeling***  *Toelichting door coach:* | **⃝** | **⃝** | **⃝** |