



Werkboek 'Familiaire hypercholesterolemie'

Een handreiking voor huisartsen om met
HIS-spiegelinformatie
de zorg in de praktijk te verbeteren



© 2025 Amsterdam UMC



Inhoudsopgave

1. **Introductie**

1.1	Spiegelaar werkwijze	4
1.2	Familiaire hypercholesterolemie (FH)	5

2. **Plan**

2.1	Algemene informatie voormeting (eerste spiegelbijeenkomst)	6
2.2	Spiegelinformatie ontwikkelen FH	6
2.3	Enquête FH bij de eerste spiegelbijeenkomst	7
2.4	Voorbeeld PowerPoint presentatie eerste spiegelbijeenkomst	7

3. **Doen**

3.1	Algemene informatie	8
3.2	Voorbeelden van verbeterplannen FH	8

4. **Controleren**

4.1	Algemene informatie nameting (tweede spiegelbijeenkomst)	10
4.2	Spiegelinformatie ontwikkelen en tweede spiegelbijeenkomst houden	10
4.3	Enquête FH bij de tweede spiegelbijeenkomst	11
4.4	Voorbeeld PowerPoint presentatie FH tweede spiegelbijeenkomst	11

5. **Actualiseren**

5.1	Algemeen	12
5.2	FH	12

6. **Bijlagen**

Bijlage 1.	Voorbeeld presentatie spiegelinformatie eerste spiegelbijeenkomst	13
Bijlage 2.	Voorbeeld enquête eerste spiegelbijeenkomst	13
Bijlage 3.	Voorbeeld enquête tweede spiegelbijeenkomst	13
Bijlage 4.	Voorbeeld presentatie spiegelinformatie tweede spiegelbijeenkomst	13

Introductie

1.1 Spiegelaar werkwijze

Als huisarts wil je zelf de verantwoordelijkheid nemen over de kwaliteit die je samen met je team levert. Dit gedachtengoed wordt onderschreven door landelijke huisartsenorganisaties. Daarbij is het bespreken van eigen spiegelinformatie een beproefde manier om met collega's te reflecteren op geleverde zorg en daaruit lessen te trekken om deze te verbeteren. Data uit het eigen HIS zijn hiervoor aantrekkelijk: actueel, dichtbij het eigen handelen en vaak beïnvloedbaar. Maar hoe bespreek je eigen HIS data op een effectieve, motiverende manier met je collega huisartsen in de wijk? Dit werkboek neemt je mee met praktische tips en een stappenplan volgens de Spiegelaar werkwijze, die de Plan-Do-Check-Act cirkel van Deming volgt.

De Spiegelaar-werkwijze is een coproductie van huisartsen in Amsterdam, de Amsterdamse Huisartsenalliantie (AHa) en de afdeling Huisartsgeneeskunde van het Amsterdam UMC. De pilot vond plaats in de structurele samenwerking van het Academisch Netwerk Huisartsgeneeskunde Amsterdam UMC (ANHA). In de Spiegelaar-pilot verzorgde het ANHA de spiegelinformatie. Het ANHA maakte ook de vertaalslag van de vraag van een wijkgroep naar dataselectie uit het HIS, analyseerde deze, maakte de presentatie met grafieken en tabellen en hielp bij duiding van de HIS-cijfers voor de wijkgroep.



Figuur 1: Systematisch spiegelen volgens de PDCA-cyclus

Aan de slag:

- Bekijk desgewenst de algemene Spiegelaar handreiking voor huisartsen die met (HIS-) spiegelinformatie aan de slag willen in hun wijkgroep: [Handreiking](#)
- In deze handreiking staat de volgende checklist met een stappenplan als hulpmiddel in de voorbereiding: [checklist](#)
- Suggestie voor verder lezen: Van Groningen, J., Van der Winden, D., Slottje, P., Van Dijk, N. & Bont, J. (2021). Effectief spiegelen in de praktijk, wat werkt? Huisarts en Wetenschap. Geraadpleegd op <https://www.henw.org/artikelen/effectief-spiegelen-de-praktijk-wat-werkt>

1.2 Familiaire hypercholesterolemie (FH)

Waarom dit onderwerp en afbakening

Tijdige opsporing en behandeling van FH biedt potentieel grote gezondheidswinst voor patiënten en hun families, maar ca. 30.000 van de ca. 60.000 FH-patiënten zijn nog niet opgespoord. Het aantal opgespoorde FH-patiënten en familieonderzoeken is drastisch gedaald sinds het stopzetten van het bevolkingsonderzoek (StOEH).

Doel: opfrissen van kennis over FH en de organisatie van opsporing van FH, nagaan of de FH-patiënten in de praktijk goed in beeld en onder behandeling zijn en of hun familieleden ingelicht zijn.

Centrale vraag: Hebben wij onze FH-patiënten opgespoord en goed in beeld (diagnose geregistreerd, follow-up en behandeling)? Wat kan beter? Hoe kijken we tegen onze rol als huisarts aan in het opsporen van familieleden en hoe handelen we daarnaar?

‘Doel’ en ‘Centrale vraag’ kunnen aangepast worden naar eigen inzicht en behoefte. In dit werkboek is bovenstaande het vertrekpunt geweest.

Bronnen en relevante links en literatuur suggesties (niet uitputtend)

Website [LeefH](#), hierop bijvoorbeeld:

- LEEFH diagnosekaart met stroomschema
- Aanvraagformulier FH DNA-diagnostiek
- Een brief waarmee een FH-index patiënt zijn (eerstegraads) familieleden kan informeren over die diagnose en wat dat voor hen betekent
- Informatie over consequenties voor eigen risico en verzekeringen

NHG:

- Thuisarts.nl [FH patiëntenbrief](#)
- Naslag: [NHG Standpunt FH \(2006\)](#)
- Naslag: [NHG standaard CVRM](#)

Nascholing:

- E-learning Familiaire Hypercholesterolemie, via website [Heartlife](#)
- Huisarts en genetica [Familiaire hypercholesterolemie en premature atherosclerose | Arts en Genetica](#)
- [Gen-Equip module Familiaire hypercholesterolemie](#)

Overig:

- Transmurale zorgafspraken FH, zie: [Amsterdam Transmuraal \(amsterdam-transmuraal.nl\)](#)
- Medicatie die onder ATC C10 vallen: [ATC code C10 - Wikipedia](#)

PLANNEN: Bereid het spiegelen voor

2. Plan

2.1 Algemene informatie voormeting (eerste spiegelbijeenkomst)

Kijk in de Spiegelaar checklist naar de stappen onder "Plan": [checklist](#)

Tips voor de gespreksleider:

- Plan voldoende tijd in voor de voorbereiding.
- Regel ondersteuning bij de duiding van de spiegelcijfers.
- Tijdens de spiegelinformatiesessie: stimuleer het gesprek, neem de leiding over de discussie (vraag door), maar wees niet teveel aan het woord. Laat iedereen aan bod komen.
- Plan voldoende tijd in voor de presentatie van de spiegelinformatie, reflectie en het formuleren van verbeteracties binnen de spiegelbijeenkomst. Ook is het aangeraden de afspraken SMART te formuleren, zowel op individueel als op praktijk- en groepsniveau.
- Let op tijdsbewaking.

Tips voor het maken van de spiegelinformatie:

- Kies meetbare gegevens die representatief zijn voor kwaliteit en die de verschillen die in de toetsgroep bestaan zichtbaar maken.
- De spiegelinformatie kan geleverd worden door verschillende leveranciers. Belangrijk is om van tevoren zicht te hebben waar deze op gebaseerd zijn.
 - Welke periode beslaan de gegevens?
 - Welke patiënten worden geïnccludeerd? Is het mogelijk naar leeftijd te differentiëren?
 - Kan er per huisartsenpraktijk vergeleken worden? Of per huisartsenorganisatie, bijvoorbeeld wijkgroep of hagro?
- Ga op tijd in overleg met de leverancier: houd rekening met (enkele maanden) doorlooptijd voor het leveren van de spiegelinformatie. Als er op maat aanpassingen nodig zijn, kan het langer duren. De in dit werkboek opgenomen spiegelinformatie is ontwikkeld met huisartsen in de structurele samenwerking met de afdeling huisartsgeneeskunde in het academisch netwerk huisartsgeneeskunde Amsterdam UMC (ANHA).

2.2 Spiegel informatie ontwikkelen FH

- Op de website LEEFH.nl is veel informatie voorhanden. In het voorbeeld dat is opgenomen in dit werkboek (**bijlage 1**) is gekozen om de spiegelinformatie op praktijkniveau, op toetsgroepniveau en op nog hoger niveau (met meer praktijken tezamen) te presenteren. Omdat het voorkomen van FH relatief laag is, is het aantal patiënten met FH per praktijk laag. De potentiële verbeteracties spelen vooral op praktijkniveau, dus die cijfers zijn wel het meest relevant.

2.3 Enquête FH bij de eerste spiegelbijeenkomst

- Kies of je de enquête wilt uitzetten. Doe dat minstens 3 weken van tevoren. De voorbeeld enquête (**bijlage 2**) bevraagt relevante kennis, attitude en handelen in de praktijk. De HIS-spiegelinformatie sluit daarop aan en maakt inzichtelijk of de geregistreerde zorg dit ook laat zien. Samen geven ze een goede basis om met elkaar in gesprek te gaan en verbeterpunten te signaleren.
- De vragen in de enquête zijn deels gebaseerd op bevindingen uit gesprekken met deskundigen en huisartsen. Voorbeelden hiervan zijn potentiële kennislacunes en verschillen in houding of inzicht ten aanzien van de noodzaak van DNA-diagnostiek (versus klinische diagnose) en de rol van de huisartsen bij het informeren van familieleden van FH-patiënten. Nodig en daag elkaar uit om hierover gedachten uit te wisselen, ook over hoe dit het handelen in de praktijk kan beïnvloeden. Wat zijn dilemma's in de praktijk en hoe wordt daarmee omgegaan? In **bijlage 1** zijn ook de antwoorden en toelichting daarbij opgenomen.

2.4 Voorbeeld PowerPoint presentatie eerste spiegelbijeenkomst

In **bijlage 1** staat een voorbeeld presentatie waarin de opbouw, tijdsindicatie, enquête en HIS-spiegelinformatie geïntegreerd in volgorde aan bod komen. Per dia staat een toelichting. Neem deze presentatie erbij of print deze uit en lees de toelichting in de volgende paragrafen.

Tijd:

Als de volledige voorbeeld PowerPoint presentatie (**bijlage 1**) wordt doorlopen, reken dan op ca. 1 uur. Het kan voorkomen dat er minder tijd beschikbaar is en/of de groep nog weinig ervaring heeft met spiegelen. Kies er dan voor om een specifiek onderdeel van de presentatie te behandelen. Uit ervaring is gebleken dat het versneld behandelen van de presentatie het gezamenlijk leren van de resultaten in de weg staat.

DOEN: Voer de geplande verbeteracties uit

3. Doen

3.1 Algemene informatie

Kijk in de Spiegelaar checklist naar de stappen onder "Doen": [checklist](#)

Tips voor alle deelnemers:

- Schrijf de verbeterdoelen op en probeer hier voldoende tijd voor uit te trekken! Een verbeterplan is de uitwerking van goede voornemens naar concrete acties en het maken van werkafspraken.
- Notulist: Zorg dat de gemaakte afspraken (notulen) op korte termijn worden verspreid onder de deelnemers na de eerste spiegelbijeenkomst.
- Als gespreksleider kun je aan het einde van de eerste spiegelbijeenkomst de aanwezigen aanmoedigen om terugkoppeling aan de andere collega's in de praktijk te organiseren.
- Voor elke praktijk geldt: Zorg dat iemand "eigenaar" blijft van de verdere coördinatie van de voorgenomen verbeteracties.
- Plan tussentijdse reminders in de eigen praktijk en tussen praktijken: houdt elkaar scherp (hoe gaat het met verbeteracties?) en inspireer elkaar (hoe krijgen anderen het voor elkaar?).

3.2 Voorbeelden van verbeterpunten FH

Voorbeelden van individuele, praktijk- en wijkgroepverbeterpunten zijn:

- Individueel/praktijk: informatie over FH delen met POH en werkafspraken wat te doen bij LDL > 5.
- Individueel: website LEEFH doornemen – navragen hoe als huisarts diagnostiek naar FH aan te vragen is.
- Individueel: bij FH- patiënten navraag doen naar hun kinderen i.v.m. belang hen eerder te behandelen.
- Collectief/wijkgroep: nalopen patiënten met ICPC A29.01 en T93.04: juiste ICPC-code/diagnose FH?
- Collectief/wijkgroep: nalopen patiënten met LDL >5 jaar zonder ICPC en zonder cholesterolverlagende middelen: is FH-diagnostiek overwogen/ingezet?

Van verbeterpunten naar actieplannen:

De kunst is om deze verbeterpunten SMART te formuleren (Specifiek, Meetbaar, Acceptabel, Realistisch en Tijdgebonden) en om er een actieplan bij op te stellen: wie doet wat, wanneer en hoe ga je eventuele voorziene belemmeringen beslechten? Tip: gebruik een actieplan format. Deze staat als bijlage in de handreiking over de Spiegelaar werkwijze: [handreiking](#). Zorg er ook voor dat iemand hier eigenaar van blijft (per praktijk) en dat anderen geïnformeerd worden over hoe ze dit doel kunnen bereiken.

CONTROLLEREN: bespreek het resultaat in de nameting

4. Controleren

4.1 Algemene informatie nameting tweede spiegelbijeenkomst

Kijk in de Spiegelaar checklist naar de stappen onder "CONTROLLEREN": [Checklist](#)

Tips voor de voorbereiding van de nameting:

- Het is nuttig om een bepaalde tijd later het onderwerp nogmaals te agenderen en samen terug te kijken op de lessen en voorgenomen acties. Zo houd je elkaar scherp en kunnen ervaringen uitgewisseld worden. Wat werkte wel en niet en waarom?
- Maak bewust een keuze of nieuwe HIS-spiegelinformatie op wijkgroep niveau de moeite waard is: zijn er verbeteracties die met HIS-data opgevolgd kunnen worden? Zijn dit 'collectieve' verbeteracties die door meerdere huisartsen(praktijken) opgepakt worden, zodat je weer onderling wilt spiegelen? Bij individuele acties is spiegelen binnen de betreffende praktijk wellicht een optie. Als er op wijkgroepniveau onderling gespiegeld wordt, plan dan op tijd de nameting en het opvragen, c.q. (laten) maken van HIS-spiegelinformatie, gericht op die verbeteracties.
- Maak bewust een keuze of een enquête ingezet kan worden om te spiegelen op gerapporteerde veranderingen sinds de voormeting. Is in kennis, attitude en/of handelen in de praktijk (al dan niet gericht op de eigen verbeteracties) iets veranderd?
- Het kan als gespreksleider goed zijn om aan het begin van de wijkgroepbijeenkomst vast te stellen hoeveel van de aanwezigen ook bij de eerste spiegelbijeenkomst waren. Bedenk hoe je met nieuwe deelnemers omgaat. Een optie is om de presentatie van de voormeting resultaten met de agenda mee te sturen, om zo het geheugen op te frissen en nieuwelingen de gelegenheid te bieden deze alvast door te nemen.
- Neem de spiegelinformatie van tevoren door en bepaal of en welke resultaten je wilt uitlichten: zijn er opvallende resultaten geboekt (door sommigen)? Of juist niet? Het kan zinniger zijn om bijvoorbeeld op bepaalde delen dieper in te gaan (waarom is het zo lastig om dit te veranderen?) dan het geheel oppervlakkiger door te nemen. Ook kan het nuttig zijn om hulp in te schakelen bij de duiding (voorbereiding) van de spiegelinformatie.
- In veel gevallen zal in dezelfde bijeenkomst gelijk ook de volgende stap gezet worden, zie 'Actualiseren': stel verbeteracties bij en borg bereikte verbeteringen. Plan daarom voldoende tijd in voor beide onderdelen.

4.2 Spiegelinformatie ontwikkelen en tweede spiegelbijeenkomst houden

Tips:

- Tussen de periode van de voor- en de nameting mag best wel enige tijd zitten, 1 tot 2 jaar. Een langere doorlooptijd kan leiden tot meer representativiteit van de HIS cijfers.
- Stuur halverwege de periode een reminder om de verbeterplannen levendig te houden.

Met betrekking tot FH kan er op basis van de discussie en actiepunten uit de eerste spiegelbijeenkomst gekozen worden of en welke cijfers er (opnieuw) gespiegeld gaan worden.

4.3 Enquête FH bij de tweede spiegelbijeenkomst

De enquête voor de tweede spiegelbijeenkomst (**bijlage 3**) kan worden uitgezet en geanalyseerd worden voorafgaand aan de spiegelbijeenkomst. In de voorbeeldenquête zijn kennisvragen herhaald en wordt gevraagd naar voornemens en eventuele veranderingen sinds de voormeting.

Met betrekking tot FH kan er, op basis van de discussie- en actiepunten uit de eerste spiegelbijeenkomst, gekozen worden of en welke kennisvragen en/of stellingen aan bod komen.

4.4 Voorbeeld PowerPoint presentatie FH tweede spiegelbijeenkomst

- In **bijlage 4** staat een voorbeeld van een presentatie waarin de opbouw, tijdsindicatie en enquête en HIS-spiegelinformatie geïntegreerd in volgorde aan bod komen. Per dia staat een toelichting aangegeven. Neem deze presentatie erbij of print deze uit en lees de toelichting in de volgende paragrafen.
- Als de volledige voorbeeld PowerPoint presentatie (**bijlage 4**) wordt doorlopen, reken dan op ruim 1 uur (5 minuten introductie, 40 minuten enquête en HIS-spiegelinformatie en bespreking, 20 minuten lessen trekken, actualiseren verbeterplannen of borging resultaten). Als er minder tijd beschikbaar is en/of de groep nog weinig ervaring met spiegelen heeft en/of een aanzienlijk deel van de groep niet bij de voormeting aanwezig was, kies er dan voor om een specifiek onderdeel van de presentatie te behandelen. Uit ervaring is gebleken dat het versneld behandelen van de presentatie het gezamenlijk leren van de resultaten in de weg staat.

ACTUALISEREN: stel verbeteracties bij en borg verbeteringen

5. Actualiseren

5.1 Algemeen

Kijk in de Spiegelaar checklist naar de stappen onder "ACTUALISEREN": [Checklist](#)

In veel gevallen zal deze stap gelijktijdig in de nameting gebeuren: zorg dat hier voldoende tijd voor over blijft.

5.2 FH

Afhankelijk van de behoefte kunt u het thema terug laten komen. Bijvoorbeeld als eerder gekozen is om het hele pakket op te knippen in onderdelen.

6. Bijlagen

Bijlage 1 Voorbeeld presentatie spiegelinformatie eerste spiegelbijeenkomst

Bijlage 2 Voorbeeld enquête eerste spiegelbijeenkomst

Bijlage 3 Voorbeeld enquête tweede spiegelbijeenkomst

Bijlage 4 Voorbeeld presentatie spiegelinformatie tweede spiegelbijeenkomst