

Leefstijl



Leefstijlroer

Vereniging Arts en Leefstijl ziet leefstijlgeneeskunde als het fundament voor zorggerelateerde en geïndiceerde preventie als behandeling van chronische aandoeningen, zoals reumatische klachten. Het Leefstijlroer is een hulpmiddel ter ondersteuning van je gesprek hierover met de patiënt. Het geeft handvatten om de juiste koers te bepalen voor een gezonde leefstijl en het laat zien dat de patiënt zelf aan het roer staat en kan bijsturen.

Image



De zes pijlers van het Leefstijlroer zijn:

- Voeding
- Verbinding
- Middelen
- Beweging
- Ontspanning
- Slaap

Download direct een handzame pdf (A4-formaat) voor gebruik in je spreekkamer.

[Leefstijlroer downloaden](#)

Gebruikt met toestemming van Vereniging Arts en Leefstijl® www.artsenleefstijl.nl

Image



Source URL:

<https://www.pro.novartis.com/nl-nl/therapeutische-gebieden/reumatologie/axspa-psa/leefstijlgeneeskunde/leefstijlroer>