

**Verdiepingsstage/ profileringsstage:**

**Leefstijl en Integratieve Kindergeneeskunde**

**Duur: 3-6 maanden**

**Wat gaat de AIOS leren**

**Beschrijving van de afdeling/het deelspecialisme:**

* Integratieve kindergeneeskunde omvat leefstijlgeneeskunde en “evidence based” complementaire geneeskunde.
* Rijnstate is als ziekenhuis onderdeel van het Consortium Integrale Zorg en Gezondheid (CIZG, [www.cizg.nl](http://www.cizg.nl)). De afdeling kindergeneeskunde werkt volgens de principes van positieve gezondheid en integratieve Kindergeneeskunde
* Doordat het Rijnstate Integrative Medicine en leefstijlgeneeskunde in de ziekenhuisstrategie heeft verankerd en het Rijnstate tevens een erkend kinderobesitascentrum is, is dit ziekenhuis een perfecte plek om je verder in gezondheid en preventie in plaats van ziekte te verdiepen!

**Wat houdt de stage voor u in:**

**Patiëntenzorg**

Als AIOS neem je deel aan de wekelijkse patiëntenzorg rondom leefstijl en Integrative Medicine.

Je ziet patiënten op het Integrative Medicine kinderspreekuur, ingericht rondom ziektebeelden zoals ALK (algemene lichamelijke klachten), ME/CVS (myalgische encefalomyelitis/ chronisch vermoeidheidssyndroom), long-covid. Daarnaast begeleid je op dit spreekuur kinderen met (chronische) ziektes, zoals astma/ jeugdreuma/ IBD in hun zoektocht naar meer eigen regie, op gebieden van voeding/ beweging/ / andere aanvullende behandelingen. Bij dit spreekuur ligt de nadruk op welzijn en kwaliteit van leven, waarbij je patiënt en ouders wetenschappelijk onderbouwd advies geeft rondom werkzaamheid/ veiligheid/ kosteneffectiviteit.



Inzet van leefstijl als ‘medicijn’. Je neemt actief deel als AIOS op de polikliniek kinderobesitas, op de polikliniek post-bariatrie voor tieners, aan multidisciplinaire overleggen van het expertisecentrum kinderobesitas en het leefstijlloket/ gezondheidsplein.

**Aanvullende taken**

Specifieke projecten tijdens de stage zijn onder andere het maken dan wel uitbreiden van Integrative Medicine/ leefstijl gerelateerde protocollen voor veel voorkomende klachten/ziektes op de kinderleeftijd.

Het is ook mogelijk om een eigen idee uit te werken tot een implementatievoorstel/ werkproject, zowel poliklinisch als voor gebruik op het kindercentrum.

**Leerdoelen:**

**Bij het afronden van de stage integratieve kindergeneeskunde heeft de AIOS;**

**Kennis**

* Algemene kennisbasis opgebouwd ten aanzien van Integratieve Kindergeneeskunde en kan de AIOS patiënten en hun ouders van behandeladvies voorzien vanuit de vier pijlers van dit vakgebied:
  + de gelijkwaardige zorgverlener – zorgvrager relatie (zorgverlener als coach, zorgvrager centraal),
  + het voorkomen van ziekte en bevorderen van gezondheid (m.b.v. de bouwstenen van leefstijl: voeding, beweging, ontspanning, slaap, sociale relaties en zingeving )
  + het combineren van reguliere behandeling met evidence-based aanvullende behandelingen met als doel het bieden van de meest
  + effectieve en de minst invasieve, toxische en kostbare behandelstrategie
  + het bewerkstelligen van een helende omgeving.



* Inhoudelijke verdieping opgedaan over aanvullende behandelingen; zoals yoga, accupunctuur, mindfulness, massage en de toepassing bij verschillende ziektebeelden en leeftijden
* Mogelijkheid tot het volgen van verschillende mini-stages vanuit ons bestaande netwerk/ verwijscircuit (zie folder Rijnstate extern verwijscircuit integrale zorg voor kinderen/ jongeren)
* Kennis opgedaan over veel gebruikte en betrouwbare bronnen in de integratieve kindergeneeskunde, zoals de nccih.nih.gov

**Vaardigheden**

* Kan de AIOS patiënten en hun ouders adviseren over passende aanvullende therapieën op basis van de hiërarchie van bewijslast en advisering conform het ethisch raamwerk Integratieve Geneeskunde.
* Heeft de AIOS op 4 vlakken coaching vaardigheden ontwikkeld;
  + - Coaching die gericht is op eigen regie van de patiënt
    - (zelf) coaching en reflectie die gericht is op eigen functioneren
    - Coaching die gericht is op samenwerking (netwerkgeneeskunde)
    - Coaching in het kader van begeleiding van mede-professionals
* Kan de AIOS Ondersteuning bieden bij gedragsverandering op basis van motivational interviewing, systemisch werken/ oplossingsgerichte gezinstherapie
* Leert de AIOS werken met het leefstijlroer, positieve gezondheids-tool, Medisch Ethisch Raamwerk



**Attitude**

* Je hebt geleerd te kijken met een open kritische houding,
* Je hebt aandacht voor pluralisme in de gezondheidszorg,
* Je hebt aandacht voor diversiteit en inclusiviteit.

**Persoonlijke aansluiting op de opleiding**

Bij de verdiepingsstage leefstijl en Integrative Medicine wordt voorafgaand en voor start van de stage samen met de stagebegeleider en opleider, een individueel plan gemaakt voor de desbetreffende AIOS om aansluiting te vinden bij de leerdoelen van de AIOS. Om een goede balans te vinden in de persoonlijke doelen en vaste onderdelen van de stage.

**Sollicitatie en contact**

Indien u meer wilt weten over deze stage neemt u dan contact op met kinderarts en expert Integrative Medicine Ines von Rosenstiel ([ivonrosenstiel@rijnstate.nl](mailto:ivonrosenstiel@rijnstate.nl))

**Rijnstate**

Rijnstate behoort tot de top van de topklinische opleidingsziekenhuizen in Nederland. Wij hebben de ambitie om verder te groeien en hechten daarom veel waarde aan persoonlijke ontplooiing en ontwikkeling.

Deze instelling maakt deel uit van de [OOR Oost-Nederland (ON)](http://www.ooron.nl/)

Contact

Wagnerlaan 55

6815 AD

Arnhem

088-005 8888

<http://www.rijnstate.nl/web/Over-Rijnstate/Leren-werken-bij-Rijnstate.htm>



**Wat is van belang te leren volgens AIOS:**

* Werken met concept van je eigen gezonde tuin met 3-4 belangrijke pijlers: Voeding, beweging, ontspanning/ slaap, zingeving
* Werken met tool ‘’positieve gezondheid’’ van Hubert
* Leeftstijlroer
* Werken met Ethisch Raamwerk Integrative Medicine
* Poliklinische ervaring opdoen met Integrative Medicine

**Ideeën voor mini-stages**

* Basis- en of verdiepingscursus praktijk ‘’Rode Beuk’’
* Accupunctuur Ilse Tomassen, theorie & basiskennis over accupunctuur
* E-learning Kathy Kamper over basiskennis van supplementen/ kruiden/ potentiële interacties (of via samenwerking met gespecialiseerd apotheker/ herbal medicine – evt thuisstudie Herborist, bijvoorbeeld via Laudius college)
* Extra kennis over slaap(stoornissen) & bioritme – Slaapexpertise centrum Kempenhaege of Slaapcentrum Gelderse Vallei te Ede
* Stress & polyvagaaltherapie/ Familie-opstellingen Marjan Meddens?
* Training Mindful ouderschap Suzan Bögels – Amsterdam
* Infant mental health - Arnhem
* Ademcoaching (intensieve ademtraining van Methode Steinmetz) – Centrum voor Adem Arnhem
* Immuunmodulatie/ voedings-diëten via Berber Vlieg