

Groene Psychiatrie

-Handreiking-



INHOUDSOPGAVE

1. Inleiding & doelen	4
2. Mission Statement van de NVvP inzake klimaat- en eco-crisis	5
3. Top tien adviezen voor psychiaters voor een meer duurzame praktijkvoering	7
4. Aansluiten bij Green Deal en Groene Zorgalliantie	8
5. Actievere inzet op gezondheidsbevordering (thema 1 Green Deal 3.0)	9
6. Vergroten van kennis & bewustwording, duurzaamheid in de curricula van zorgonderwijs (thema 2 Green Deal 3.0)	10
7. Verlagen van CO2 uitstoot (thema 3 Green Deal 3.0)	11
8. Verminderen van primair grondstoffengebruik (thema 4 Green Deal 3.0)	12
9. Terugbrengen van milieubelasting door medicatie(gebruik) (thema 5 Green Deal 3.0)	12
10. Bibliografie	13
11. Tot slot	13

De doelen van deze handreiking zijn:

- U te informeren over de doelstelling die de werkgroep Groene Psychiatrie zich gesteld heeft (H2)
- Onze top tien prioriteiten voor een meer duurzame praktijkvoering met u te delen (H3)
- U te informeren over de basisaspecten van de Green Deal 3.0 en de Groene Zorgalliantie en hoe we als psychiaters in de dagelijkse praktijk zoveel mogelijk onze bedrijfsvoering kunnen aanpassen om het behalen van deze doelen mogelijk te maken (H4)
- Per thema van de Green Deal 3.0 suggesties te delen over hoe psychiaters, de NVvP en instellingen zoveel mogelijk beleid in lijn met de Green Deal 3.0-doelstellingen kunnen gaan maken (H5-9)

1. INLEIDING & DOELEN

Het is helder dat het hoognodig is om te proberen de klimaatontwikkelingen bij te draaien en het verlies aan biodiversiteit te stoppen. Willen we de aarde leefbaar houden, dan moeten er grote aanpassingen komen in de manier van leven van met name het welvarende deel van de wereldbevolking. Deze aanpassingen moeten op elk niveau gedaan worden, dus wij zijn allemaal aan zet.

De gevolgen van het gebrek aan duurzaamheid op allerlei niveau's zullen het eerst gevoeld worden door de meest kwetsbare mensen, dieren en planten, in de meest kwetsbare landen. Aan hen zijn wij verplicht om alles op alles te zetten. Maar ook aan onze patiënten, aan onszelf en aan de generaties die na ons komen.

De Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie (NVvP) heeft een werkgroep opgericht met inzet van betrokken collegae: de werkgroep **Groene Psychiatrie**. In november 2022 tekende deze werkgroep namens de NVvP de Green Deal 3.0, waarmee de NVvP zich onder andere committeert aan het *“Verlagen van CO2-uitstoot, met als doel 30% CO2-reductie in 2026 en klimaatneutraal in 2050 voor vastgoed en vervoer.”* (milieuplatformzorg.nl)

Voor u ligt de Handreiking Groene Psychiatrie, het eerste product dat de werkgroep heeft opgeleverd. Deze handreiking bevat adviezen en tips, alsook een aantal voornemens van de NVvP en de werkgroep. Wij hopen u met dit document te ondersteunen in uw bijdrage aan duurzaamheid.

Het doel van dit document is om de psychiaters te helpen in hun werk een positieve bijdrage te leveren voor een groenere en betere toekomst. Hoe kunnen wij met zijn allen bijdragen om klimaatverandering tegen te gaan en biodiversiteit te herstellen, vanuit de wetenschap dat je samen veel kan bereiken?

Voor een actueel en snel veranderd onderwerp als klimaatverandering en de raakvlakken met de psychiatrie geldt uiteraard dat informatie snel achterhaald kan zijn. Daarom zijn wij voornemens wanneer de tijd daarvoor rijp is een versie 2.0 samen te stellen. Wij nodigen u dan ook van harte uit commentaar te leveren op de huidige versie van de handreiking.

2. MISSION STATEMENT INZAKE KLIMAAT- EN ECO-CRISIS VAN DE NVvP ¹

Klimaatverandering en de vernietiging van het ecosysteem vormen een bedreiging voor het leven op aarde, die ernstiger is dan ooit eerder in de geschiedenis heeft bestaan.

Het is de missie van de NVvP om een ecologische en duurzame mentale gezondheidszorg te bevorderen en de kennis over *planetary health* en duurzaamheid te vergroten via wetenschappelijk onderzoek en onderwijs. De NVvP onderkent dat er sprake is van een snel verergerende noodtoestand voor het klimaat en ecosysteem. De klimaat- en biodiversiteitscrises hebben *grote gevolgen voor de fysieke en mentale gezondheid*.

Relevante aspecten voor de mentale gezondheid:

- Stress door rechtstreekse gevolgen van klimaatverandering:
Toegenomen neerslag met mogelijk overstromingen en aardverschuivingen, bosbranden, hitte, droogte en stijging van de zeespiegel zullen zorgen voor stress en grote maatschappelijke kosten.
- Toename van psychiatrische stoornissen:
Klimaatverandering leidt tot toename van psychiatrische stoornissen, van aanpassingsstoornissen en angst-, depressieve stoornissen tot psychotische stoornissen met als gevolgen apathie en verminderd functioneren. Naarmate het klimaat ernstiger en sneller verslechtert, zal de prevalentie toenemen en de behandelbaarheid afnemen. Deze gevolgen zijn helaas al aanwezig en de verwachtingen zijn dat deze snel zullen toenemen.
- Hittestress:
Toename van hittegolven zal ertoe leiden dat zowel activiteiten overdag als de slaap bemoeilijkt worden.
- Stress door sociale veranderingen:
Implementatie van klimaatbeleid zal snelle aanpassing van de economie en juridische aanpassingen vergen, met kansen en uitdagingen.
- Migratie zal waarschijnlijk verder toenemen:
Door onder andere hitte, droogte, mislukte oogsten, overstromingen en gewapende conflicten, met daarbij voorspelde toenames in incidentie van psychotische, stress-gerelateerde en andere stoornissen.
- Belang van biodiversiteit en een natuurlijke omgeving voor psychisch welbevinden:
De eco-crisis die gepaard gaat met de klimaatcrisis tast de natuur aan. Het ervaren van natuur dichtbij huis is van belang voor psychisch welbevinden van mensen. Bovendien helpt ervaren van natuur bij het herstel van een psychische stoornis.

¹ Referents: Royal College of Psychiatrists (2021) Position Statement PS03/21: Our planet's climate and ecological emergency. Cianconi P, Betro S and Janiri L (2020) The impact of climate change on mental health: a systemic descriptive review. Front. Psychiatry 11:74. doi: 10.3389/fpsy.2020.00074

Zoals in de nieuwe gedragscode voor artsen van de KNMG staat, is het onze verantwoordelijkheid als arts om ons ook in te zetten voor een gezonde leefwereld en een duurzame zorgsector.

De klimaatcrisis is *bij uitstek van belang voor ons als psychiaters*:

- De gevolgen van de klimaatcrisis zullen extra hard aankomen bij mensen die al kwetsbaar zijn, onder wie veel van onze patiënten.
- De GGZ is momenteel al overbelast met personeelstekorten en toenemende wachtlijsten. Door bovenstaande factoren zal de vraag naar psychiatrische hulpverlening waarschijnlijk toenemen en leiden tot een verdere disbalans tussen zorgvraag en zorgaanbod.

Om de klimaat- en biodiversiteitscrises het hoofd te bieden, is actie op verschillende niveaus noodzakelijk: individueel, van de instelling, de NVvP en op landelijk niveau. Als psychiaters zijn we experts op het gebied van psychische functies en afweermechanismen, en kunnen we vanuit onze expertise een bijdrage leveren aan het publieke debat en het ontwikkelen van nieuw, duurzaam, groen beleid.

In de volgende hoofdstukken gaan we in op de verschillende niveaus waar we invloed kunnen uitoefenen.

3. TOP TIEN ADVIEZEN VOOR PSYCHIATERS VOOR EEN MEER DUURZAME PRAKTIJKVOERING

Top tien adviezen: 'Begin, doe, motiveer en stimuleer verandering'

1. Begin ergens! We dragen allemaal verantwoordelijkheid; weet daarbij dat ook iets kleins doen al helpt. Kies een of meerdere concrete acties, bijvoorbeeld uit de hieronder genoemde mogelijkheden.
2. Zet een 'green team' op binnen uw organisatie of sluit u aan bij gelijkgestemden als die zich al verenigd hebben binnen de organisatie waar u werkt.
3. Stimuleer bewustwording, draag het uit.
4. Voorkom medicatieverspilling.
5. Nuttig zoveel mogelijk plantaardig voedsel, zo weinig mogelijk vlees, vis, eieren, zuivel.
6. Verduurzaam reisbewegingen van patiënten en personeel.
7. Verduurzaam vastgoed, maak terreinen en omgeving biodiverser.
8. Motiveer pensioenfondsen en zorgverzekeraars om duurzamer te beleggen.
9. Stimuleer hergebruik van grondstoffen.
10. Stimuleer onderzoek naar en onderwijs over gevolgen van klimaatverandering en verlies aan biodiversiteit, inclusief de raakvlakken met de psychiatrie.

4. AANSLUITEN BIJ GREEN DEAL EN GROENE ZORGALLIANTIE

Green Deal

In 2015 nam het Milieu Platform Zorg (MPZ) het initiatief voor de Green Deal Zorg ‘Nederland op weg naar Duurzame Zorg’ om verduurzaming in de zorg te versnellen. Dit bracht ruim 100 zorgaanbieders en tientallen overheden in beweging.

Na drie jaar, in 2018, startte de Green Deal Zorg 2.0: brancheorganisaties, zorgverzekeraars, banken, ministeries en veel partijen sloten ook aan. Op 4 november 2022 is de Green Deal Zorg 3.0 een feit: ‘Samen Werken aan Duurzame Zorg’. Na de deals gericht op stimuleren is het nu een deal die niet meer ontkomt aan de Europese verplichtingen en resultaten. De NVvP heeft de Green Deal Zorg 3.0 ondertekend, waarmee we ons verbinden aan de doelen op 5 thema’s:

1. Actievere inzet op gezondheidsbevordering.
2. Vergroten van kennis & bewustwording, duurzaamheid in de curricula van zorgonderwijs.
3. Verlagen van CO₂-uitstoot, met als doel 30% CO₂-reductie in 2026 en klimaatneutraal in 2050 voor vastgoed en vervoer.
4. Verminderen van primair grondstoffengebruik, met als doel 25% minder restafval in 2026 en maximaal circulaire zorg in 2050.
5. Terugbrengen van de milieubelasting door medicatie(gebruik).

Deze thema’s worden in deze handreiking uitgewerkt in hoofdstukken 5 tot en met 9, waarbij we ons hoofdzakelijk zullen beperken tot de adviezen, tips en mogelijke acties, dit in de veronderstelling dat u bekend bent met de achtergrond of dit zo nodig zelf kunt nalezen. Hiervoor wordt in hoofdstuk 8 verwezen naar lezenswaardige boeken, artikelen, websites.

Groene Zorgalliantie

De werkgroep Groene Psychiatrie heeft zich ook aangesloten bij de Groene Zorgalliantie, een initiatief waarbij op allerlei manieren kennis wordt gedeeld ten behoeve van duurzame zorg.

5. ACTIEVERE INZET OP GEZONDHEIDSBEVORDERING

(thema 1 Green Deal 3.0)

Planetary Health is het vakgebied van de raakvlakken tussen de gezondheid van de mens en die van de planeet. Heel in het algemeen kan gesteld worden dat er gezondheidsbevorderende maatregelen zijn die tevens duurzaamheid of Planetary Health in het algemeen bevorderen, en daardoor ook weer preventief werken tegen de nadelige effecten van de klimaatverandering en het verlies in biodiversiteit. Met andere woorden, het mes snijdt aan twee kanten, er zijn koppelkansen, er is vaak sprake van win-win. In dat kader worden de volgende punten aangedragen:

Voor psychiaters:

- Gezonde voeding, plantaardige eiwitten zijn gezonder. Veganisme zoveel mogelijk bevorderen.
- Voldoende bewegen.

Voor het NVvP-bestuur:

- Handreiking ontwikkelen voor hulpverleners.
- Adresseren van onderstaande punten bij derde partijen.

Voor derde partijen:

- Natuurlijke werkomgeving bevorderen, groene omgeving, groene daken.
- Het GGZ-systeem voorbereiden op grotere zorgvraag vanwege te verwachten toename van psychische stoornissen ten gevolge van klimaatverandering en andere bedreigingen van het ecosysteem.
- Extra inzetten op preventie, samenwerkingen in het sociale domein en politiek om andere sociale factoren die psychische problemen verergeren te verminderen.
- Ontwikkelen van publieke voorlichting over hoe om te gaan met adaptieve emotionele reacties op de klimaat- en biodiversiteitscrises, om te voorkomen dat deze gemedicaliseerd worden en daardoor de druk op de GGZ vergroten, en om de betreffende individuen te helpen.

6. VERGROTEN VAN KENNIS & BEWUSTWORDING, DUURZAAMHEID IN DE CURRICULA VAN ZORGONDERWIJS

(thema 2 Green Deal 3.0)

Er is geen wetenschappelijke twijfel meer dat klimaatverandering en verlies aan biodiversiteit nu aan de gang zijn en dat dit door menselijk handelen wordt veroorzaakt. Tegelijkertijd is er nog steeds gebrek aan urgentie om tegenmaatregelen te nemen. Dit is helaas zowel bij de meeste burgers het geval, als bij de overheden (zowel in Nederland als elders). Hoewel er wel een positieve kentering is, gaat dit niet snel genoeg om de relevante klimaatdoelen te halen en de kans op 'tipping points' in ecosystemen te verlagen. Meer inzet op bewustwording is essentieel. Het is belangrijk dat wij als psychiaters onze steen bijdragen aan het vergroten van de bewustwording en de urgentie.

Onderstaande doelstellingen zijn hierbij van belang:

a. Voor de NVvP:

- In het publieke debat aandacht vragen voor de gevolgen van klimaatverandering voor de geestelijke gezondheid, met name voor mensen die al aan psychische stoornissen lijden, beklemtonen van de mogelijkheden die de GGZ heeft voor het opvangen van deze gevolgen en het belang van een goed functionerend GGZ-systeem daarvoor.
- Duurzaamheid als criterium opnemen in richtlijnen.
- Planetary Health en duurzame zorg in onderwijs van AIOS en psychiaters integreren en stimuleren dat universiteiten het onderwerp opnemen in het curriculum voor Geneeskunde, en dat het onderwijsbureau deze opneemt in het studiemateriaal voor AIOS.
- Stimuleren en uitvoeren van wetenschappelijk onderzoek naar de bidirectionele relaties tussen geestelijke gezondheid (zorg), klimaat en milieu. Wij pleiten sterk voor het vrijmaken van gelden voor een eerste promotietraject in Nederland op dit gebied en andere mogelijkheden wetenschappelijk onderzoek te faciliteren.
- Patiëntenfolder / poster duurzaamheid samenstellen.
- Hét moment waar NVvP-leden elkaar ontmoeten is het Voorjaarscongres. Het is daarmee een uitgelezen kans om de missie van de NVvP gestalte te geven door:
 - Circulariteit en andere duurzame maatregelen op elk Voorjaarscongres als uitgangspunt te nemen.
 - Op het congres een vast tijdsblok in te ruimen voor het thema Klimaat en Psyche/Psychiatrie.

b. Voor psychiaters (in GGZ-instellingen, algemene of universitaire ziekenhuizen, zelfstandige praktijken):

- Bevorderen van het opzetten van en daadkracht geven aan greenteams en een milieu- of duurzaamheidscoördinator in organisaties.
- Uitdragen van onze visie op alle mogelijke manieren, van individueel tot landelijk.

7. VERLAGEN VAN CO₂ UITSTOOT

(thema 3 Green Deal 3.0)

De noodzaak om CO₂-uitstoot te verminderen en daarmee de opwarming van de aarde tegen te gaan zijn goed bekend. Dit geldt natuurlijk ook voor andere broeigassen.

Doelstellingen om de CO₂-uitstoot terug te brengen:

- a. Voor de NVvP:
 - Duurzaamheid op het Voorjaarscongres vergroten met onderstaande mogelijkheden:
 - Duurzaam reizen stimuleren (bijpassende actie is bv aanbieden van een combiticket congres-OV of aanbieden extra fietsen op NS Station).
 - Catering alleen plantaardig, biologisch en fair trade inkopen.
 - Geen wegwerpmateriaal gebruiken bij de catering.
 - Herbruikbare waterflessen te koop aanbieden.
 - Monitoren van de CO₂-uitstoot van het congres (bijvoorbeeld met een soort live overzicht in taartdiagram op groot scherm) en sturen op neerwaartse curve.
 - Bij- en nascholing die uitsluitend voor Nederlandstalige psychiaters georganiseerd wordt op locaties die niet vlot met o.v. bereikbaar zijn niet meer accrediteren, omdat deze met eenzelfde resultaat dichterbij georganiseerd kan worden met minder uitstoot.
 - Kritisch zijn op wanneer face-to-face meerwaarde heeft. Meer digitale symposia en digitale/hybride vergaderingen.
 - De GGZ loopt helaas fors achter als het gaat om duurzaamheidsbeleid voor internationale reisbewegingen. Wij adviseren daarom een gedragscode en beleid t.a.v. internationale reisbewegingen op te stellen, zoals bijv. recent door de Universiteit Utrecht en het Radboud gedaan.
 - Betrokkenheid leden en medewerkers vergroten, bijvoorbeeld door ideeën-box voor leden en medewerkers inrichten (online en fysiek) op het Voorjaarscongres.
- b. Congressen i.h.a.: via deze link vindt u een overzicht om congressen te verduurzamen.
- c. Voor de psychiaters (in GGZ-instellingen, algemene of universitaire ziekenhuizen, zelfstandige praktijken):

Stuur in je werkomgeving actief op de volgende zaken (of dring er bij het management op aan):

 - Gezonde en duurzame voeding op afdelingen voor patiënten en in personeelsrestaurants: liefst geen vlees, geen vis, geen zuivel en vooral veganistisch.
 - Energiegebruik in gebouwen verminderen, gebruik Milieuthermometer Zorg ².
 - Reisbewegingen beperken en zo niet vergroenen, van zowel medewerkers als patiënten, onder andere door daar waar mogelijk digitaal te werken.
 - Pensioenfondsen en zorgverzekeraars aanspreken op duurzaamheid: duurzaam beleggen van de Pensioenfondsen, o.a. Zorg en Welzijn en SPMS bevorderen.

² <https://milieuplatformzorg.nl/milieuthermometer/>

8. VERMINDEREN VAN PRIMAIR GRONDSTOFFENGEBRUIK

(thema 4 Green Deal 3.0)

Hergebruik van primaire grondstoffen is te prefereren boven het uit de aarde halen van de grondstoffen. Immers, dat laatste gaat altijd gepaard met verlies van natuur en met milieuschade.

- Sta stil bij de vraag of aankoop van een bepaald product echt nodig is.
- Kies voor producten die van milieuvriendelijk/duurzaam materiaal gemaakt zijn, vanaf moment van inkoop tot gescheiden inzamelen van afval en goede verwerking hiervan.
- Zet in op afvalpreventie door niet te veel in te kopen, minder wegwerpproducten, minder verpakkingsmateriaal).
- Gebruik zo min mogelijk papier, bijvoorbeeld door tijdschriften zo veel mogelijk digitaal aan te bieden.
- Zie verder ook maatregelen bedacht door de Groene Zorgalliantie.

9. TERUGBRENGEN VAN MILIEUBELASTING DOOR MEDICATIE(GEBRUIK)

(thema 5 Green Deal 3.0)

Hierbij gaat het voor de psychiatrie om het vergroten van kennis over de nefaste effecten van psychotrope medicatie op ecosystemen / biodiversiteit, deze voor Nederland in kaart te brengen en beleid te ontwikkelen om dergelijke effecten te beperken.

Te denken valt aan de volgende acties:

1. Onderzoek naar de effecten van medicamenteuze versus alternatieve behandelingen, op het vlak van CO₂-emissie, aantasting van biodiversiteit en milieuverontreiniging.
2. Voorlichting o.a. aan de hand van foldermateriaal.
3. Teveel aan medicatie in laten leveren bij apotheek.
4. Oproep aan de regering om wetgeving om her-uitgifte mogelijk te maken. Aansluiten bij bestaande acties op dit punt.
5. Klein starten bij nieuwe medicatie. Selectief voorschrijven: hoe minder hoe beter geldt ook voor milieu. In sommige gevallen, indien mogelijk, inzetten op niet-medicamenteuze opties, zoals leefstijl aanpassen.
6. Werken met baxter-rol kan goed gebruik van medicatie bevorderen en hergebruik mogelijk vergemakkelijken. Anderzijds zijn er nog geen milieuvriendelijke baxters op moment van schrijven.
7. Inzicht verschaffen in milieuschade: een lijst opstellen waaruit het verschil in milieuschade tussen medicatie blijkt.
8. In kwaliteitsstandaarden/richtlijnen opnemen van bovenstaande punten.

10. BIBLIOGRAFIE

Milieu Platform Zorgsector

Home | Groene Zorg Alliantie

position-statement-ps03-21-climate-and-ecological-emergencies-2021.pdf (rcpsych.ac.uk)

Klimaatcrisis Code Rood - Zorg voor Klimaat.docx

De Jonge Specialist gaat groen, groener, groenst — De Jonge Specialist

Toward Ecologically Sustainable Mental Health Care-A Call for Action From Within Psychiatry. JAMA Psychiatry 2022. Jurjen J Luykx, Helena T S Voetterl

<https://depsychiater.nl/artikelen/2020/juni/editie-4/groene-en-circulaire-psychiatrie>

The Impact of Climate Change on Mental Health: A Systematic Descriptive Review. Frontiers in Psychiatry. P. Cianconi, S. Betro & L. Janiri. Planetary Health (Haines en Frumkin):

<https://www.bol.com/nl/nl/f/planetary-health/9300000025107104>

<https://www.medischcontact.nl/actueel/laatste-nieuws/nieuwsartikel/artsen-verduurzaming-en-vergroening-horen-bij-de-opleiding>

<https://www.denederlandseggz.nl/nieuws/2023/de-nederlandse-ggz-publiceert-toolkit-duurzaamheid>

11. TOT SLOT

Wij hopen u met deze handreiking enige achtergrondkennis te hebben gegeven over de geestelijke gezondheidszorg en effecten daarvan op onze leefomgeving en u ook geïnspireerd te hebben om uw praktijkvoering zoveel mogelijk te verduurzamen. De Green Deal 3.0 biedt hiertoe in onze optiek een mooie kapstok, als ook een gezamenlijk doel dat door alle medisch specialisten gedragen wordt. Alleen samen kunnen we de nadelige effecten van de zorg die we leveren op het klimaat, biodiversiteit en onze leefomgeving, zoveel mogelijk gaan proberen te beperken.

Verantwoording

De handreiking is geschreven onder voorzitterschap van Jurjen Luykx, met NVvP bestuurslid Houkje Tamsma en de overige leden van de werkgroep Groene Psychiatrie van de NVvP.

Het Verenigingsbestuur heeft de handreiking op 15 september 2023 geaccordeerd en draagt het mission statement en de bijbehorende adviezen van harte uit. Het bestuur bespreekt met haar gremia hoe de doelstellingen vertaald kunnen worden naar acties in de jaarplannen.

In de handreiking zijn onder meer de punten verwerkt die uit de NVvP ledenenquête van voorjaar 2023 zijn opgehaald.