



# Factsheet

## Kansrijke Start voor de huisartsenpraktijk

Door nu te investeren in een goede, kansrijke start voor elk kind, bouwen we aan een gezonde generatie in de maatschappij van morgen.

**Kansrijke Start biedt de huisarts handelingsopties bij (aanstaande) gezinnen in kwetsbare omstandigheden. Maak kennis met Kansrijke Start, zet uw netwerk beter in, bespaar tijd en bouw mee aan een gezonde generatie.**

### Wat is Kansrijke Start?

De omgeving waarin een kind wordt geboren, groeit en zich ontwikkelt in de eerste 1000 dagen bepaalt in grote mate de gezondheid en kansen voor later in het leven. De eerste 1000 dagen tellen vanaf 12 maanden voor de geboorte tot de tweede verjaardag. Tessa Roseboom, hoogleraar Vroege Ontwikkeling aan de Universiteit van Amsterdam, vertelt in [deze video](#) hoe belangrijk deze periode is voor de ontwikkeling van het kind.

De meeste kinderen in Nederland worden gezond geboren en groeien op in een veilige en beschermde omgeving. Dat geldt niet voor alle kinderen. Sociale factoren hebben invloed op [perinatale sterfte en morbiditeit](#), zoals laaggeletterdheid, taalachterstand en armoede. In achterstandswijken komen vroeggeboorte en babysterfte vaker voor, net als bij de toenemende groep moeders met een migratieachtergrond.



### Voorbeelden uit de huisartsenpraktijk:

*“Als huisarts zeg ik volmondig ‘ja’ tegen Kansrijke Start”*: lees hier het [praktijkvoorbeeld](#) van huisarts Tilly Groot van Huisartsenpraktijk Westeinder in Aalsmeer. En in deze [korte video](#) legt huisarts in de Veenkoloniën Greet Anholts uit hoe zij de Kansrijke Start Zorgpadentool gebruikt.

Het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) is daarom in september 2018 het [actieprogramma Kansrijke Start](#) begonnen. Kansrijke Start richt zich op het verbeteren van de zorg en ondersteuning aan gezinnen in kwetsbare situaties in de preconceptiefase, tijdens de zwangerschap en na de geboorte. Hiertoe zet Kansrijke Start in op het verbeteren van de lokale en regionale samenwerking tussen professionals in het medisch en sociaal domein, deskundigheidsbevordering, samenwerking met ervaringsdeskundigen en het duurzaam beschikbaar maken van de ketenaanpak Kansrijke Start.

Een goede start wordt bereikt door kwetsbare situaties vroeg te signaleren en hulp te organiseren. De huisarts heeft hierin een belangrijke positie. Daarom is Kansrijke Start inmiddels opgenomen in de NHG-Standaarden Zwangerschap en Kraamperiode (sinds 2023) en Anticonceptie (sinds 2020).

Een gezin in kwetsbare omstandigheden is vaak al in beeld in de huisartsenpraktijk. Door vroegsignalering en een adequate overdracht aan geboortezorgpartners, de Jeugdgezondheidszorg (JGZ) of het sociaal domein kan de juiste ondersteuning tijdig geboden worden. Er is veel aanbod binnen het medisch, sociaal en informeel domein, het is niet aan de huisarts om al het aanbod te kennen. Daarom is inmiddels al in 70 gemeenten in Nederland de [Zorgpadentool Kansrijke Start](#) ingevuld en zijn tientallen gemeenten bezig om deze te vullen. De zorgpadentool geeft per gemeente verschillende kwetsbare situaties weer en vertelt u als zorgverlener naar wie en hoe u hiervoor kunt verwijzen. In [lokale coalities Kansrijke Start](#) wordt verder op lokaal en/of regionaal niveau gewerkt aan een sterke samenwerking tussen (geboorte)zorgprofessionals, Jeugdgezondheidszorg (JGZ), gemeenten, het sociaal domein en het informeel netwerk zodat voor u als huisarts duidelijk is naar wie u kunt verwijzen en de organisatie van de aanvullende zorg wordt overgenomen.

## Wat biedt Kansrijke Start

### Gezond Zwanger Worden

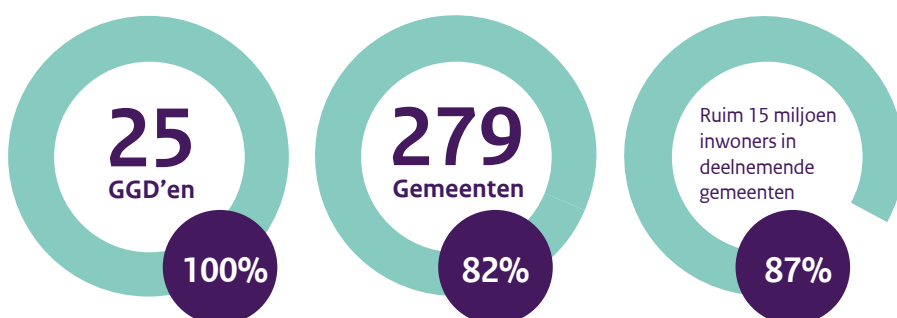
‘Wil je het komende jaar zwanger worden?’ Stelt u deze vraag wel eens aan uw patiënten?

Bewustwording van de positieve invloed van een gezonde leefstijl, financiële en mentale voorbereiding op de komst van een kind, is nodig. Door simpelweg de vraag over een kinderwens te stellen en uw patiënten door te verwijzen naar informatie over [Gezond Zwanger Worden](#) draagt u hieraan bij. De [Wegwijzer voor Professionals](#) geeft u handelingsopties na het stellen van deze centrale vraag. Meer informatie over Gezond Zwanger Worden vindt u [hier](#).

### ZwangerWijzer

Patiënt met een kinderwens? Adviseer om [www.zwangerwijzer.nl](#) in te vullen, plan zelf een preconceptie consult in of verwijs naar een verloskundige. [ZwangerWijzer](#) is een online screeningsinstrument dat patiënten zelf invullen waarna ze de antwoorden met relevante aanvullende informatie ontvangen. Dit overzicht kunt u desgewenst inzien om een preconceptieconsult vorm te geven en te bepalen welke zorg ingezet kan worden.

## Beschikbaarheid Nu Niet Zwanger (2024)



## Wat is kwetsbaarheid?

Bij kwetsbaarheid is er een disbalans tussen risicofactoren en beschermende factoren. De gemeente Rotterdam en het Erasmus MC hebben gezamenlijk een [definitie van kwetsbaarheid](#) geformuleerd om zwangere vrouwen in kwetsbare omstandigheden te kunnen identificeren.



### Prenataal Huisbezoek JGZ

Een thuisvisite door de jeugdgezondheidszorg (JGZ) tijdens de zwangerschap maakt het voor ouders mogelijk om al tijdens de zwangerschap kennis te maken met de JGZ en waar nodig ondersteuning te krijgen. Dit is het [Prenataal Huisbezoek](#). Een huisarts kan bij het signaleren van een kwetsbare situatie op dezelfde wijze als een geboortezorg professional [toeleiden naar een Prenataal Huisbezoek JGZ](#) of de gesignaleerde risicofactoren overdragen aan de verloskundig zorgverlener.

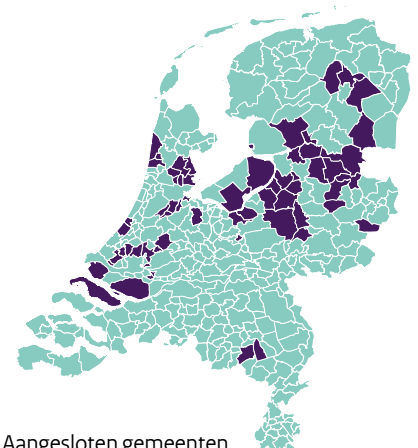
Sinds 2023 is het aanvragen van het prenataal huisbezoek van de JGZ ook opgenomen in de NHG standaard Zwangerschap en Geboorte.

### Alle interventies Kansrijke Start

Hier vindt u [alle erkende interventies](#) uit het medisch en sociaal domein waar desgewenst gebruikt van gemaakt kan worden.

### Nu Niet Zwanger

Om onbedoelde zwangerschappen te voorkomen ondersteunt [Nu Niet Zwanger](#) (NNZ) vrouwen én mannen in kwetsbare omstandigheden om een bewuste, geïnformeerde keuze te maken over het moment van hun kinderwens. Dit doet NNZ door actieve begeleiding te bieden, beginnend bij een eerlijk gesprek over kinderwens, seksualiteit en anticonceptie. Sinds 2020 is Nu Niet Zwanger opgenomen in de NHG-Standaard Anticonceptie. Alle GGD'en in Nederland bieden [het programma NNZ](#) aan. Als huisarts kunt u naar de GGD verwijzen voor een NNZ gesprek.



## In de spreekkamer

### Stress

Chronische stress is de oorzaak van veel gezondheidsproblemen. Toxische stress heeft effect op het kinderbrein en ontregelt de normale ontwikkeling van het kind. Professionals kunnen [leren stress te herkennen en te bespreken](#) met (aanstaande) ouders. Of lees meer over de impact van stress in de [Handreiking Leven met ongezonde Stress](#).

### Roken en alcohol

[Alcoholvrije Start](#) en [Rookvrije Start](#) geven achtergrondinformatie, gesprekstechnieken en tips voor professionals. Bekijk het [Zorgpad Rookvrije Start](#) en zie wat u als huisarts kan bieden aan (aanstaande) ouders die willen stoppen met roken.

### Geldzorgen

1 op de 15 kinderen groeit op in armoede. Armoede en geldzorgen vergroten de kans op een minder goede start. Kansrijke Start stelde hierover de [Factsheet Armoede](#) op. Om ouders beter voor te bereiden op de kosten die een zwangerschap met zich meebrengt is een [overzicht zorgkosten en vergoedingen](#) voor de periode van zwanger worden tot kraamtijd opgesteld.

Geldzorgen dragen bij aan het ontstaan van psychosociale en/of somatisch onverklaarbare lichamelijke klachten die u als huisarts tegenkomt in de spreekkamer. De huisartsenpraktijk is een belangrijke [vindplaats voor geldzorgen](#).

De huisarts of praktijkondersteuner (POH of POH-GGZ) heeft de taak de patiënt te verwijzen naar passende hulpverlening in het sociaal domein als er meer aan de hand is dan medische klachten. [Armoede signaleren en bespreekbaar maken](#) en doorverwijzen kan verergering van de gezondheidsklachten bij financiële problemen voorkomen. Bekijk dit [korte filmpje](#) over de impact van schulden op de gezondheid. In deze [e-learning](#) leert u hier als huisarts, doktersassistent of praktijkondersteuner meer over.

## E-magazine Kansrijke Start



Het College Perinatale Zorg publiceerde een [e-magazine 'Samen voor een Kansrijke Start'](#).

Dit magazine staat vol met waardevolle informatie en praktische tools. Het magazine biedt inzicht in de afgelopen vijf jaar van Kansrijke Start en dient als gids voor professionals in de geboortezorg. Hier kunt u als huisarts ook informatie vinden over het actieprogramma, praktijkvoorbeelden, vele praktische handvatten, [webinars](#) en andere hulpmiddelen.

Om de verbinding tussen huisartsen en de schuldhulpverlening te verbeteren zodat de huisarts laagdrempelig kan verwijzen loopt vanuit Toezicht Sociaal Domein (TSD; Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd, Inspectie Justitie en Veiligheid, Inspectie van het Onderwijs en de Nederlandse Arbeidsinspectie) een [actieonderzoek 'Schoon schip maken'](#).

### Taalbarrière

Het onvoldoende oplossen van een taalbarrière is een risicofactor voor ongunstige zwangerschapsuitkomsten. Het CPZ heeft een online [Talentool](#) gepubliceerd met een overzicht van betrouwbare voorlichtingsmaterialen over zwangerschap en ouderschap in verschillende talen.

## Samenwerking

### Sociale Kaart

Het is niet haalbaar om de hele sociale kaart te kennen. Daarom is er al in 70 gemeenten de [Zorgpadentool Kansrijke Start](#) ontwikkeld waarin verschillende kwetsbare situaties met een passend zorgpad in beeld zijn gebracht. De [Sociale Kaart Nederland](#) levert een complete landelijke sociale kaart. En in de digitale [Mind-Atlas](#) zijn meer dan 600 cliëntenorganisaties, lotgenotengroepen, zelfhulporganisaties enzovoorts te vinden waar u vanuit de praktijk of de patiënt zelf gebruik van kan maken bij sociale kwetsbaarheden.

### Doktersassistenten en POH

Kansrijke Start is een onderwerp voor de hele huisartsenpraktijk, niet alleen voor de huisarts. De doktersassistenten en POH'ers kunnen in signalering, gespreksvoering en de organisatie van ondersteuning ook een belangrijke rol spelen. Speciaal voor [doktersassistenten](#) is er een Brochure Kansrijke Start ontwikkeld. Lees hier tips over 5 kernelementen die van belang zijn voor een Kansrijke Start die uw doktersassistent zou kunnen oppakken.

### Ervaringsdeskundigheid

Belangrijk bij een Kansrijke Start aanpak is om te luisteren naar en [samen te werken met de mensen om wie het gaat](#): de (aanstaande) ouders in een kwetsbare situatie. Op het [Ervaringskennisplein](#) is hierover meer informatie te vinden. Samenwerken met mensen om wie het gaat kan laagdrempelig, denk er eens over om een cliëntenorganisatie uit te nodigen voor een kop koffie om kennis te maken?

### Samenwerking huisarts en JGZ

De huisarts en de jeugdgezondheidszorg zijn belangrijke partners in de eerstelijnszorg voor de jeugd, gezamenlijk optrekken is belangrijk maar heeft aandacht nodig. De [LHV-Handreiking Samenwerking Huisarts Jeugdgezondheidszorg en jeugd'](#) en richt zich op de samenwerking tussen huisarts en jeugdarts. De [Praktijkaart Huisarts en Jeugdarts](#) kan u als huisarts praktische inzichten geven over het werk van de jeugdarts en waar u elkaar voor kunt benaderen.

## Kansrijke Ontmoetingen

[Kansrijke Ontmoetingen](#) richt zich specifiek op het versterken van het netwerk tussen collega's uit het medisch en sociaal domein in het kader van Kansrijke Start, zowel op landelijk, regionaal als lokaal niveau. Het CPZ organiseert jaarlijks een [Regiotour](#) op verschillende plekken in Nederland waar professionals elkaar kunnen ontmoeten in het kader van Kansrijke Start.



## Verder leren?

Het NTVG heeft in een leerartikel aandacht besteed aan Kansrijke Start. Experts beantwoorden in deze rubriek veel voorkomende vragen over de eerste 1000 dagen. U kunt deze geaccrediteerde [klinische les](#) over de eerste 1000 dagen online volgen.

In 2025 volgt een landelijke multidisciplinaire bijscholing Eerste 1000 Dagen vanuit het actieprogramma Kansrijke Start.



## Inzicht in uw regio

Met de [Indicatorenset Lokale Monitoring Kansrijke Start](#) van het RIVM kunt u als professional inzicht krijgen in de gezondheid van kinderen en ouders in uw eigen werkgebied. Op dit dashboard kunt u verschillende indicatoren en grafieken zien, zoals kwetsbare situaties, psychische problematiek of vroeggeboorte.

Met de [Kansenkaart](#) ziet u direct bijzonderheden uit uw eigen woon-/werkplaats door zelf de uitkomstmaten te selecteren waarin u geïnteresseerd bent. De [Atlas Kwetsbaarheid](#) brengt het risico op kwetsbaarheid onder (potentiële) ouders in beeld.

Dit is een uitgave van:

**Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport**

Bezoekadres: Parnassusplein 5 | 2511 vx Den Haag

Postadres: Postbus 20350 | 2500 EJ Den Haag

Telefoon 070 340 79 11

[www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl)

[www.kansrijkestartnl.nl](http://www.kansrijkestartnl.nl)

Maart 2024

