

## Hand-out Overbruggingszorg GGZ voor huisartsen en POH-GGZ

De ggz-wachttijden hebben een forse negatieve impact op zowel patiënten (bijvoorbeeld toenemende psychische klachten) en naasten (bijvoorbeeld negatieve emotionele gevolgen), als op POH-GGZ en huisartsen (bijvoorbeeld een hogere werkdruk en een minder toegankelijk spreekuur).

Formeel behoort overbruggingszorg **niet** tot de taak van de huisarts of POH-GGZ.

Maar uit onderzoek van Nivel (2025) blijkt dat overbruggingszorg het meest plaatsvindt in de huisartsenpraktijk. De patiënt heeft er namelijk behoefte aan, en het wachten heeft een negatieve invloed op de patiënt en soms zijn de klachten ernstig waardoor ondersteuning nodig is.

### Definitie overbruggingszorg

De steun, begeleiding, of zorg die patiënten die op een wachtlijst staan voor de ggz ontvangen (georganiseerd via instellingen, professionals, ervaringsdeskundigen, lotgenoten, aanbieders eHealth of anders) (Nivel, 2025).

### Cijfers

- Ruim 100.000 patiënten staan op een GGZ-wachtlijst.
- Ruim 50% van de patiënten wacht langer dan de aanvaardbare treeknorm
- Treeknorm is max. 14 weken wachten, 4 weken voor intake en 10 weken tot start behandeling (NZA, 2025).

### Extra kwetsbare groepen in de wachttijd

- Jongeren
- LHBTQI+ personen
- Patiënten met (dreigende) psychose
- Vrouwen met perinatale angst of depressie
- Patiënten met verslavingsproblematiek
- Patiënten met acute of complexe problematiek.

### Invloed wachttijden op patiënten

- Verergering van klachten
- Afzien van behandeling
- Risico op behandeluitval
- Behandelduur wordt langer
- Negatieve gevolgen voor werk en dagelijks functioneren

## Wat kun je doen?

### 1). Vertel een ander verhaal

De term *overbruggingszorg* kan verkeerde verwachtingen wekken en patiënten in een passieve wachtstand zetten. Gebruik daarom liever activerende formuleringen zoals:

- “Alvast aan de slag gaan”
- “Werken aan herstel”
- “Voorbereiden op GGZ-behandeling”

Leg uit dat er meerdere vormen van ondersteuning zijn bij psychische klachten – niet alleen specialistische GGZ. Erken de impact van wachttijden, toon begrip en stimuleer patiënten om actief te blijven werken aan hun herstel.

### 2). Duidelijk verwachtingsmanagement

Wachttijden en afwijzingen kunnen grote psychologische impact hebben: verlies van hoop, verminderde regie, onzekerheid en verslechtering van klachten. Het is daarom belangrijk om dit te erkennen, begrip te tonen en duidelijk verwachtingsmanagement te bieden. Leg uit aan de patiënt dat allerlei oplossingen helpend kunnen zijn bij (een groot deel van de) psychische problemen, niet alleen ggz-behandeling.

### 3). Ondersteuning binnen de huisartsenpraktijk

Online modules in Karify gericht op stress, mindfulness, sociale vaardigheden en inzicht, wat is herstel? [Maak gebruik van de beslisbomen om passende modules te kiezen.](#)

### 4). Ondersteuning buiten de huisartsenpraktijk

Overbruggingszorg kan ook) georganiseerd worden **buiten** de huisartsenpraktijk, bijvoorbeeld via:

- Herstelnetwerk Eemland, bijvoorbeeld WRAP-training en open (digitale) inloop via het herstelnetwerk; [www.herstelnetwerkeemland.nl](http://www.herstelnetwerkeemland.nl). [Zie hier meer informatie.](#)
- Websites zoals [mentaalvitaal.nl](http://mentaalvitaal.nl), [wijzijnmind.nl](http://wijzijnmind.nl) en [behandelhulp.nl](http://behandelhulp.nl), [gezonde boel](#) (van gemeente Amersfoort).
- Aanbod van de GGZ zelf ter overbrugging, bv. online modules en groepsaanbod ter overbrugging.
- Online aanbod van de GGZ heeft vaak minder lange wachttijd (bijvoorbeeld [ggzonline.nl](http://ggzonline.nl) of [eleos.nl/zelfhulp/](http://eleos.nl/zelfhulp/))
- Betrek sociaal domein, lokale teams en wijkteams, welzijnsorganisaties.

### 5). Naasten betrekken

Betrek waar mogelijk naasten bij de ondersteuning van de patiënt. Dit kan hun draagkracht vergroten en de patiënt helpen gemotiveerd te blijven.

#### 6). Praktische tips voor de patiënt

Geef patiënten de hand-out over overbruggingszorg mee.

#### 7). Wachtlijstbemiddeling zorgverzekeraar

De patiënt kan bellen met de zorgverzekeraar. Als de patiënt langer moet wachten dan 10 weken, dan kan de patiënt dit melden bij de zorgverzekeraar. Dat betekent dat de zorgverzekeraar een alternatief moet bieden of zo nodig niet-gecontracteerde zorg moet vergoeden. [Krijg ik te maken met wachttijden als ik zorg nodig heb? | Rijksoverheid.nl](#)

#### 8). Slimverwijzen.nl

Kijk samen met de patiënt naar andere mogelijkheden in het GGZ aanbod. Op deze website vind je de actuele stand van zaken van de wachttijden.

---

#### Referenties:

- [NZa \(2025\), Wachtlijstgegevens GGZ](#)
- [Nivel \(2025\), Bruggen slaan en navigeren op weg naar herstel: eindrapport van een onderzoek onder patiënten, naasten, huisartsen en POH's-GGZ naar de impact van de ggz-wachttijden en ervaringen met ondersteuning tijdens de wachttijd.](#)
- [LHV / NHG / InEen / PsyHAG \(2022\), Visie huisartsenzorg voor patiënten met psychische problematiek](#)
- Rapport uitkomsten Online panel Akwa GGZ - overbruggingszorg