

Randvoorwaardelijke implicaties - JGZ-richtlijn Slaap (2026)

In dit document wordt beschreven welke veranderingen en aanpassingen worden verwacht dankzij de invoering van deze JGZ-richtlijn. Bijvoorbeeld: wat is het verschil tussen de huidige werkwijze en de werkwijze die wordt aanbevolen in de richtlijn? Welke organisatorische aanpassingen zijn nodig om de richtlijn uit te kunnen voeren, wat zijn de benodigde financiële middelen om dit te realiseren?

Tabel 1 Mate van verandering en aanpassing JGZ-richtlijn Slaap

Mate van verandering/aanpassing	Nauwelijks	Enigszins	Groot
Verandering in professioneel handelen		X	
Benodigde praktische en organisatorische aanpassingen		X	
Benodigde financiële middelen		X	

Toelichting

1. Mate van verandering in professioneel handelen

Hierbij is gekeken naar het verschil tussen de huidige werkwijze en de werkwijze die wordt beschreven in de richtlijn. Hoe groter het verschil, hoe meer bijscholing nodig zal zijn.

In de herziene richtlijn Slaap zijn een aantal wijzigingen aangebracht ten opzichte van de huidige werkwijze. Het is afhankelijk van de huidige werkwijze hoe groot de verandering in professioneel handelen is.

- Het geven van anticiperende voorlichting over slaap is flexibeler geworden qua manier van voorlichting (bijv. telefonisch contact, groepsbijeenkomsten en/of via informatiebrochures of betrouwbare informatiepagina's).
- Het uitvragen van slaapproblemen is flexibeler geworden. Hierbij zijn de zorgen en vragen van ouders en/of jongeren leidend.
- Er zijn bij het vaststellen van slaapproblemen alarmsignalen, zogeheten 'rode vlaggen', opgenomen die kunnen duiden op een mogelijke medische oorzaak. Deze dienen expliciet aandacht te krijgen tijdens het lichamelijk onderzoek.
- De samenwerking met andere disciplines en zorgverleners wordt nadrukkelijk gestimuleerd. Daarbij zijn nieuwe disciplines opgenomen die betrokken kunnen zijn bij slaapproblematiek. Het is mogelijk dat niet alle JGZ-professionals op de hoogte zijn van deze disciplines of beschikken over bestaande connecties binnen de lokale sociale kaart, waardoor zij actiever verbindingen moeten gaan leggen. Dit betekent dat zij kennis moeten hebben van het lokale netwerk (sociale kaart) en relevante contacten moeten opbouwen en onderhouden.
- Er worden interventies beschreven die toepasbaar zijn bij jeugdigen met een verschoven biologisch ritme (Delayed Sleep Wake Phase Disorder, DSWPD) (i.e. lichttherapie en melatonine gebruik). Deze interventies vereisen specifieke kennis en vaardigheden van jeugdartsen. Verwacht wordt dat het merendeel van deze professionals momenteel niet voldoende geschoold is om te adviseren over het gebruik van melatonine. Daarom wordt aanbevolen om per JGZ-organisatie interne scholing aan te bieden, verzorgd door een kinderarts met kennis en ervaring in het begeleiden van jongeren met slaap-waakstoornissen.

- Uit de praktijktest blijkt dat professionals deze nieuwe adviezen, ook na het volgen van een training door een kinderarts-somnoloog, nog als spannend ervaren, waardoor tijd nodig is om zich deze eigen te maken.
- Uit de praktijktest kwam naar voren dat JGZ-professionals het spannend vinden om de lichttherapielamp in te zetten bij jongeren met een verschoven biologisch ritme (DSWPD). Dit vraagt dus oefening in het toepassen van de richtlijn.

2. Mate van benodigde praktische en organisatorische aanpassingen

Hier wordt aangegeven welke organisatorische aanpassingen JGZ-organisaties nodig zijn om ervoor te zorgen dat JGZ-professionals de richtlijn kunnen uitvoeren of welke knelpunten te verwachten zijn die om een organisatorische aanpassing vragen.

- Uit de praktijktest zijn duidelijke organisatorische knelpunten naar voren gekomen rond registratie: Niet alle professionals hebben voldoende mogelijkheden om het werken met de richtlijn te registreren in het digitale dossier.
- Om de samenwerking met andere disciplines mogelijk te maken, is het nodig dat JGZ-organisaties voldoende tijd beschikbaar stellen voor netwerkvorming, afstemming en het onderhouden van contacten binnen de lokale sociale kaart.
- Eén van de aanbevelingen in de richtlijn is dat slaap-waakcentra telefonisch beschikbaar zijn voor JGZ-medewerkers met vragen over behandeling van slaapproblemen, bijvoorbeeld d.m.v. een telefonisch spreekuur. Hierover dienen tussen de JGZ en de slaap-waakcentra afspraken te worden gemaakt.
- JGZ-professionals die deelnamen aan de praktijktest, gaven aan begeleiding met lichttherapielampen bij kinderen met een verschoven biologisch ritme te willen inzetten. Dit werd echter als moeilijk ervaren, onder andere door financiële drempels voor ouders. Bijvoorbeeld: er zijn geen lichttherapielampen beschikbaar om te lenen.

3. Mate van benodigde financiële middelen

Bovenstaande punten zijn van invloed op de benodigde financiële middelen (ook voor eventuele extra menskracht en tijd). Het gaat hierbij om financiering voor onderstaande activiteiten of materialen.

- De implementatie van de herziene richtlijn vraagt om een georganiseerde scholing, als onderdeel van de invoering:
 - (Online) scholing van circa 1 uur over de richtlijn.
 - Bij jeugdartsen werkzaam in de leeftijdsgroep 12+: Specifieke training over melatonine en lichttherapie van circa 1,5 uur, verzorgd door een kinderarts.
 - Uit de praktijktest kwam naar voren dat JGZ-professionals behoefte hebben om na de training over melatonine deel te nemen aan een intervisiegroep om vragen te bespreken en ervaringen met casussen uit te wisselen.
- Deelnemers aan de praktijktest gaven aan dat het ontwikkelen van een e-learning in de JGZ Academie over lichttherapie en melatonine wenselijk is.
- Het volgen van de herziene richtlijn kost extra tijd ten opzichte van de huidige werkwijze. Wanneer melatonine en/of lichttherapie wordt ingezet, zijn meestal 2–3 volgende momenten van contact nodig (circa 10–20 min/contact). De benodigde tijd is sterk afhankelijk van de motivatie van jongeren, de aard van de problematiek en de context (bijv. een verzuimgesprek).
- Eventuele herziening van de sociale kaart kost ook tijd.
- Aanpassing van folders en verwijderen 'oude' richtlijn/protocollen/folders. Als wordt gekozen voor het laten drukken van vragenlijsten, zijn deze kosten voor rekening van de organisatie.