



Factsheet Omdenkers: Het 4Domeinen-model Krachtige basiszorg: samen inzicht en overzicht bij complexe psychische klachten

Volwassen mensen met psychische problemen

Waarom is dit een omgedachte praktijk?

Het 4Domeinen-model (4D-model) is een hulpmiddel waarmee zorgprofessionals en patiënten samen onderzoeken wat er speelt in 4 belangrijke domeinen: lichaam, geest, sociaal en maatschappelijk. Het toepassen van deze brede blik maakt duidelijk wat de oorzaak van klachten is en welke hulp het beste past.

Een voorbeeld: soms komt iemand met hoofdpijn en somberheid bij de huisarts. Het 4D-model onthult dat stress door schulden meespeelt. Dan is hulp bij die schulden vaak effectiever dan een medische behandeling.

Het 4D-model is ontwikkeld voor de meest kwetsbare bewoners in buurten, maar werkt ook voor andere volwassen patiënten. Patiënten kiezen waar zij mee aan de slag willen en maken daarna samen met de zorgprofessionals een plan.

Het model brengt het lichamelijk, psychisch en sociaal functioneren samen. Doordat zorgprofessionals en patiënten het model samen invullen, ontstaat er bij beiden **meer begrip voor de oorzaak** van de klachten. En voor de persoonlijke situatie van de patiënt. Dit helpt om samen betere oplossingen te kiezen. Door deze aanpak voelen mensen zich meer gehoord en krijgen ze zorg die past bij hun situatie. Dit maakt complexe problemen overzichtelijk en stimuleert passende zorg en ondersteuning.



Werkzame elementen:

- Deze aanpak laat zien hoe problemen op verschillende levensgebieden samenhangen: zoals geld, sociale contacten, zingeving, wonen, werken, eetpatronen of beweging.
- De patiënt heeft zelf de regie en neemt beslissingen samen met hulpverleners. Beide hebben een goed overzicht van de mogelijkheden, zodat zij kunnen kiezen voor de juiste zorg op de juiste plaats en op het juiste moment.
- De zorgprofessional voert regie door collega's uit andere zorggebieden te betrekken. Zo spreken zij samen af wie het overzicht houdt en contact blijft houden met de patiënt tijdens het hele zorgtraject.
- [Krachtige basiszorg](#) zorgt voor betere samenwerking tussen zorgverleners in de wijk, vooral waar de gezondheidsverschillen groot zijn. Dit verbetert passende zorg voor bewoners, omdat medische en sociale hulp goed op elkaar worden afgestemd.

Wat levert de praktijk op?



Personele inzet

Met de 4D-aanpak worden minder mensen doorverwezen naar gespecialiseerde zorg. En wordt gezondheidsverlies voorkomen. Uit onderzoek van zorgverzekeraar Zilveren Kruis blijkt dat de zorgkosten per persoon in de Krachtige basiszorg-groep met 4D na 3 jaar € 700 lager waren dan in de controle-groep zonder 4D. En het zorggebruik in de groep met 4D nam af, terwijl het in de groep zonder 4D juist steeg.



Arbeidsvreugde

Zorgprofessionals ervaren dankzij het 4D-model meer werkplezier en acceptabele werkdruk. Onderzoek van het Nivel laat betere gezondheidsuitkomsten en hogere tevredenheid zien.



Herstel en regie

Patiënten merken dat zij samen met de zorgprofessional de oorzaken van hun klachten en problemen anders en beter inzien. Dankzij het 4D-model vinden patiënten nieuwe manieren om zelf hun klachten te verminderen. Bijvoorbeeld meer bewegen en ontspannen bij hoofdpijnklaarten, in plaats van medicatie.

Aandachtspunten

- Onderhouden en doorontwikkelen van het 4D-model.
- Regelmatig evalueren wat er nodig is op individueel-, organisatie- en samenwerkingsniveau. Bijvoorbeeld aanpassen van de werkwijze, beschikbaarheid van informatie, werkafspraken, scholing en casuïstiek.
- Randvoorwaarden op beleids- en financieel niveau om het 4D-model goed te kunnen inbedden in de wijk als onderdeel van Krachtige basiszorg. Zie: www.krachtigebasiszorg.nl.



Nikki Makkes
Kaderarts ggz en huisarts

“Zorgverleners bekijken hulpvragen van cliënten vanuit verschillende perspectieven en ervaringen. Met het 4D-model komen deze samen en hebben we breed in beeld wat er speelt. Zo kunnen we de juiste volgende stap zetten. Samen met cliënt en de actieve zorgverleners beslissen we niet afzonderlijk, maar samen wat nodig is.”

Meer weten?

www.overvechtgezond.nl/het-4d-model

Dit is een uitgave van Zorginstituut Nederland, maart 2026.

