

In Nederland is de zorgsector verantwoordelijk voor ongeveer 7% van de CO<sub>2</sub>-uitstoot, 4% van het afval en 13% van het grondstoffengebruik.

De WHO heeft alle artsen wereldwijd opgeroepen het goede voorbeeld te gaan geven. Ook de nieuwe KNMG-Gedragscode voor artsen stelt dat artsen zich inzetten voor een duurzame zorgsector en gezonde leefwereld. Hier ligt dus ook een taak voor ons huisartsen. Deze quickscan is ontwikkeld om op een eenvoudige en snelle manier duurzame stappen te zetten in de huisartsenpraktijk, bijvoorbeeld bij de praktijkaccreditering. Succes!

### 1

#### GENEESMIDDELEN EN MILIEU

- Kies bij patiënten met astma en COPD, indien mogelijk, voor een poederinhalator
- Spoel geen geneesmiddelen door het riool. Adviseer dit ook aan patiënten en vraag hen geneesmiddelen in te leveren bij de apotheek
  - Denk bijvoorbeeld aan rest lidocaïne uit ampul, antibiotica-drank etc.
- Organiseer/volg het FTO Geneesmiddelen en milieu
- Waar mogelijk, stop of verlaag medicatie
  - Bij kwetsbare ouderen: Zie module Minderen en stoppen van medicatie (denk aan CVRM)
  - Bij gebruik slaapmedicatie: Gebruik de stopbrief
- Raadpleeg het NHG-Formularium: milieu-impact wordt steeds vaker meegewogen in NHG-richtlijnen

### 2

#### PRAKTIJKNRICHTING

- Schaf alleen nieuwe apparatuur aan voorzien van een energielabel A
- Vervang een onzuinige koelkast
- Vervang alle lampen door LED-lampen
- Gebruik één centrale printer/kopieerapparaat/stickerprinter
- Hardware opgebruiken is verstandig, stap daarna over op een centrale server en thin clients
- Installeer een elektrische geiser in kamers waar veel warm water wordt gebruikt

### 3

#### VERVOER

- Start met een fietsplan of fietsregeling voor werknemers (fiscaal voordeel komt bij personeel te liggen)
- Breng in kaart welke belemmeringen er zijn voor OV/fiets/elektrische auto
  - Bijvoorbeeld afsluitbaar fietsenhok of laadpaal
- Zorg voor voldoende fietsenrekken rondom de praktijk
- Bundel het goedertransport. Vraag de vaste leverancier niet in fasen te bezorgen

### 4

#### PRAKTIJKVOERING

- Stap over naar groene stroom
- Stap over naar een duurzame bank en verzekeraar (geen quick win, wel big win)
- Verduurzaam papiergebruik (onderzoeksbank, handdoekjes, printpapier)
  - Bestel papier met ecolabel (ook beschikbaar voor onderzoeksbank)
  - Recycle papier van de onderzoeksbank (indien droog en schoon)
- Toch printen? Kies dan voor dubbelzijdig
- Gebruik voor schoonmaken van ruimtes een reinigingsmiddel dat voldoet aan het Europese Ecolabel
- Installeer volumestroombegrenzers in kranen (± € 3-7) en pas toiletreservoirs aan
- Verbeter het scheiden van afval (zie tips in het e-boek)

### 5

#### ENERGIEBESPARING

- Stel de CV en ventilatoren zuinig in
  - Zet de verwarming op eventuele bovenverdiepingen overdag lager of uit
  - Verwarm en koel alleen ruimten die gebruikt worden
- Laat 's nachts geen apparaten op stand-by staan
  - Gebruik een bespaarstekker of contactdoos met een aan/uit-schakelaar bij meerdere apparaten

### 6

#### ALGEMEEN

- Start met een cursus LEAN werken, bijvoorbeeld via de LHV. Dit stimuleert ook duurzaam werken
  - Verbeter voorraadbeheer: minder verspilling
  - Verbeter werkprocessen: minder onnodige zorg (bv geen jaarlijks lipidenprofiel). Zie de NHG E-learning Medische besliskunde en laboratoriumonderzoek
- Stimuleer een gezonde leefstijl bij patiënten en personeel: naast gezondheidswinst ook milieuwinst, zie Figuur 2 in e-boek (blz 41)

Lees meer of bekijk het complete e-boek op [www.nhg.org/duurzaamheid](http://www.nhg.org/duurzaamheid)