

Nathalie Eikelenboom

stafmedewerker zelfmanagement
en e-health, zorggroep DOH,
Eindhoven

Maarten Klomp

huisarts en medisch directeur,
zorggroep DOH, Eindhoven

Ivo Smeele

kaderhuisarts astma/COPD, zorg-
groep DOH, Eindhoven

NIEUWE SCREENINGSTEST TOONT WELKE INTERVENTIE NUTTIG IS VOOR WIE

Zelfmanagement op maat

Of iemand in staat is om zelf zijn behandeling te regisseren, hangt af van zijn psychische en fysieke gezondheid, vaardigheden en omgeving. Zorggroep DOH en IQ healthcare ontwikkelden een screeningstest die deze factoren in kaart brengt en effectiever zelfmanagement mogelijk maakt.

Zorggroep DOH heeft zich de afgelopen jaren ingespannen om zelfmanagement een plek te geven in de dagelijkse praktijk van de ketenzorg.¹ Dit heeft geresulteerd in een ruim aanbod aan zelfmanagement-interventies, zoals een groepscursus voor nieuwe diabetespatiënten, een groepscursus stoppen met roken, websites over astma, COPD en bewegen, het Diabetes Interactieve Educatie Programma (DIEP), de internetmodule Kleur je leven, en het patiëntenportaal Mijn Gezondheidsplatform (MGP) met internetcoaches op het gebied van voeding, bewegen en roken.

Gaandeweg kwam echter de behoefte naar voren om vooraf te toetsen of een patiënt eigenlijk in staat is tot zelfmanagement en welke vorm ervan dan het meest geschikt is. Daartoe heeft DOH nu

in samenwerking met IQ healthcare de SeMaS (*Self Management Screening*) ontwikkeld. Dit instrument en de bijbehorende handleiding zijn te downloaden van de website van DOH (deondernemendehuisarts.nl). Dit artikel beschrijft hoe het instrument tot stand is gekomen en kan worden gebruikt.

Patiëntprofiel

Allereerst moesten factoren worden geïdentificeerd die het welslagen van zelfmanagement beïnvloeden. Gevonden factoren uit de literatuur werden daartoe voorgelegd aan panels van patiënten en zorgprofessionals. Zij wezen die factoren aan die het meest bepalend zijn, rekening houdend met de sterkte van het wetenschappelijke bewijs. Op deze manier zijn uiteindelijk zes psychosociale factoren en vier factoren op het gebied van vaardigheden en ziektelast geselecteerd, zoals sociale steun en depressiviteit. Voor elk van de tien factoren is gezocht naar reeds bestaande, gevalideerde vragenlijsten. Deze zijn sterk ingekort, zodat een lijst met 26 vragen overbleef. Deze lijst is gevalideerd en aangepast aan de hand van ruim 200 ingevulde

screeningslijsten bij patiënten uit twee praktijken.

Het resultaat is een screeningsinstrument bestaande uit 26 vragen in tien domeinen. De uitslag, oftewel het patiëntprofiel, kan grafisch worden weergegeven in grotere of kleinere cirkels (zie *figuur*). Hoe groter de cirkels in het profiel, hoe meer de patiënt in staat zal zijn tot zelfmanagement.

Tijdens het spreekuur kunnen praktijkondersteuner (POH) en patiënt het SeMaS-profiel op het beeldscherm zien en bespreken. De betrokken POH's gaven aan dat het profiel goede aanknopingspunten biedt voor een gesprek, omdat het geen inschatting is van de zorgverlener maar is gebaseerd op antwoorden van de patiënt zelf.

Interventieplan

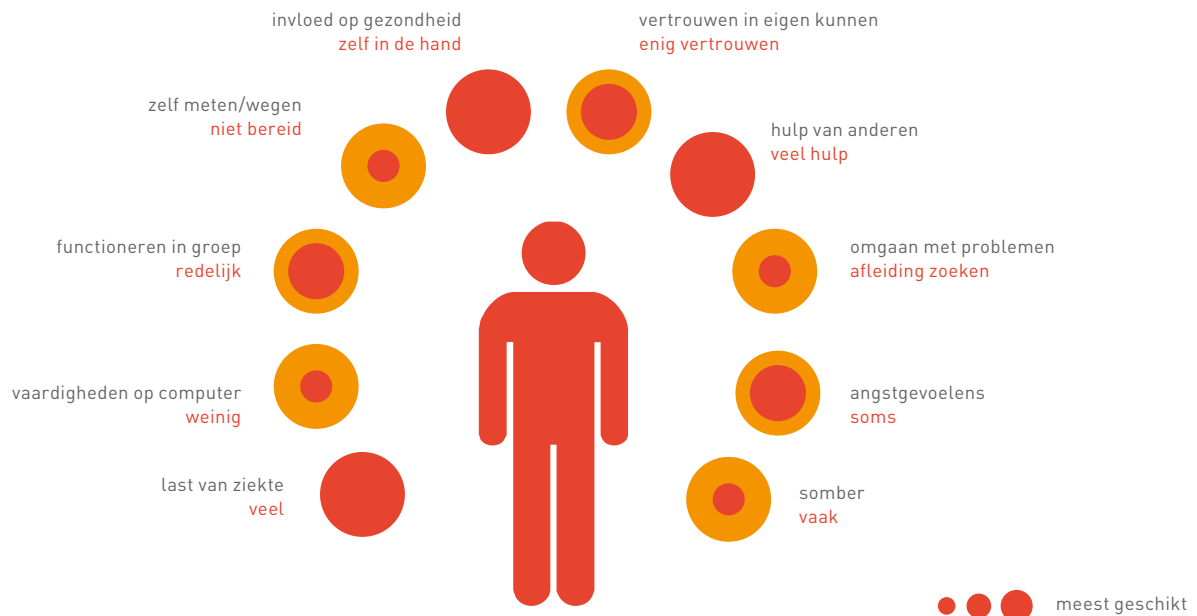
Voor praktijkondersteuners zijn een handleiding en een training ontwikkeld om hen te leren hoe ze de patiëntprofielen kunnen interpreteren en er samen met de patiënt mee aan de slag kunnen gaan. Bij een depressieve of angstige patiënt is het bijvoorbeeld belangrijk om eerst de depressie of angststoornis aan te pakken, omdat deze een negatief effect kan hebben op het welslagen van zelfmanagement.²

Als iemand laag scoort op 'vertrouwen in eigen kunnen', is het verstandig om bij het opstellen van het interventieplan samen te kiezen voor doelen met een grote slaagkans.³ Op die manier kan het vertrouwen in eigen kunnen groeien. Iemand met weinig sociale steun die zich

Is de patiënt
eigenlijk wel
in staat tot
zelfmanagement?

SeMaS-profiel

Een voorbeeld van een SeMaS-profiel. De scores van de patiënt worden weergegeven in rode cirkels. Hoe groter de cirkels, hoe geschikter de patiënt is voor zelfmanagement.



wel prettig voelt in een groep, kan worden gewezen op de mogelijkheid van een groepsinterventie. En iemand die goede computervaardigheden heeft en graag dingen zelf doet, heeft mogelijk juist baat bij een internetinterventie. Op die manier kan zelfmanagementondersteuning op maat worden gegeven, steeds in overleg met de patiënt zelf.

Effectstudie

In een vervolgstudie onderzoeken DOH en IQ healthcare momenteel of het

toepassen van de SeMaS ook daadwerkelijk effect heeft op de mate waarin patiënten aan de slag gaan met zelfmanagement.⁴ Hiervoor zijn de DOH-praktijken gerandomiseerd in een interventie- en controlegroep. In de interventiepraktijken zijn de praktijkondersteuners met onder meer rollenspellen geschoold om de SeMaS te interpreteren, aan de patiënt uit te leggen en met hem/haar toe te passen in het individuele zorgplan. Met behulp van vragenlijsten en dossier-

onderzoek worden de twee groepen vergeleken. Hierbij wordt onder andere gekeken naar leefstijlfactoren en het gebruik van het individuele zorgplan. We verwachten dat mensen die met behulp van SeMaS worden ondersteund, actiever worden in het omgaan met hun ziekte. Ook verwachten we dat mensen die met SeMaS worden verwezen naar een zelfmanagementinterventie, deze succesvoller zullen doorlopen. In deze implementatiefase hopen we dit ook te kunnen bewijzen. ■

ZORGGROEP DE ONDERNEMENDE HUISARTS

De Ondernemende Huisarts (DOH) is een innovatieve zorggroep met 75 huisartsen en 55 praktijkondersteuners in 15 NHG-geaccrediteerde groepspraktijken en gezondheidscentra in Eindhoven en omgeving. DOH heeft zorgprogramma's ontwikkeld en gecontracteerd op het gebied van diabetes, astma, COPD, CVRM, depressie en kwetsbare ouderen. Daartoe zijn ook diëtisten, fysiotherapeuten, apothekers, psychologen, medisch specialisten, podotherapeuten en pedicures gecontracteerd. Daarnaast doet DOH in samenwerking met diverse partners zorgvernieuwingprojecten. Zelfmanagement is een speerpunt in het beleid van DOH.

contact

n.eikelenboom@doh-huisarts.nl
cc: redactie@medischcontact.nl

De studie naar het effect van SeMaS is mede mogelijk gemaakt door ROS Robuust, Philips Research, VGZ en CZ.

web

De SeMaS en de bijbehorende handleiding zijn te downloaden van deondernemendehuisarts.nl. De voetnoten vindt u bij dit artikel via medischcontact.nl/artikelen.