

Ikoefenzelf.nl kan therapietrouw aanmoedigen

Binnen de revalidatie wordt steeds meer gebruik gemaakt van de inzet van E-health. E-health biedt diverse voordelen en is momenteel extra actueel. Door de uitbraak van het coronavirus is ook binnen Basalt het fysiek contact met patiënten sterk verminderd. E-health is een belangrijke factor in het kunnen doorbehandelen van onze patiënten en wordt inmiddels al op grote schaal toegepast binnen Basalt. In deze blog gaan we specifiek in op wat de inzet van E-health binnen de revalidatie van CVA-patiënten betekent voor de therapietrouw.

Binnen Basalt is een nieuw platform ontwikkeld: ikoefenzelf.nl. Op dit platform kunnen revalidanten met een CVA via een aantal apps online oefeningen en informatie vinden die hen op maat ondersteunen bij hun revalidatie. Daarmee biedt het platform ondersteuning bij zelfstandig oefenen. Het doel is meer eigen regie en verhogen van de oefenintensiteit, maar nog onbekend is in hoeverre patiënten therapietrouw zijn als zij via E-health aan de slag gaan. In hoeverre is hier wetenschappelijk bewijs voor?

Therapietrouw

Therapietrouw is de mate waarin de patiënt zijn behandeling uitvoert zoals afgesproken met zijn behandelaar. Therapietrouw verbetert de gezondheid van de patiënt en drukt de zorgkosten. Veel patiënten wijken bewust of onbewust af van de met de zorgverlener afgesproken behandeling. Uit wetenschappelijk onderzoek zijn factoren bekend die van invloed zijn op de therapietrouw. De relatie tussen de patiënt en de zorgverlener is bijvoorbeeld van doorslaggevend belang. De therapietrouw is groter als de patiënt vindt dat de arts/behandelaar zijn zorgen en vragen begrijpt, deze respecteert en oprechte zorg toont. Ook is van belang dat de zorgverlener en de patiënt via shared decision making gezamenlijk een keuze maken over de keuze van de behandeling en/of de daaraan verbonden leefstijl. De therapietrouw wordt verbeterd wanneer patiënten betrokken zijn bij hun behandeling (1). Dit zijn enkele factoren die van invloed zijn op de motivatie van de patiënt om therapietrouw te zijn.

In de literatuur is veel geschreven over de effectiviteit van E-Health, maar er is nog maar weinig bekend over de therapietrouw van patiënten en de factoren die dit beïnvloeden in combinatie met E-Health. De therapietrouw is vaak hoog aan het begin van de revalidatie maar neemt in de loop van de tijd af. Indien de therapietrouw verminderd is heeft dit gevolgen voor de effectiviteit en de kosten van de behandeling. Strategieën zijn nodig om de therapietrouw te verbeteren. De E-health toepassing moet bijdragen aan een vermindering van overbehandeling, onderhandeling en/of zorgen voor een betere therapietrouw. E-health is een innovatieve manier om thuisoefeningen te doen en de therapietrouw aan te moedigen (2).

Wetenschappelijk bewijs

Uit onderzoek blijkt dat bij het gebruik van Physitrack, een digitaal platform met oefenprogramma's, de therapietrouw verbetert en patiënten meer vertrouwen krijgen in het uitvoeren van oefeningen. De effecten ten gunste van de interventiegroep zijn echter klein en er is geen verschil gerapporteerd over de tevredenheid van de oefeningen (2).

Isernia et al (3) beschrijven in een studie dat de therapietrouw bij CVA-patiënten goed blijkt te zijn bij het aanbieden van twaalf weken therapie volgens telerevalidatie. De schrijvers wijten

de hoge therapietrouw aan het spelelement dat was toegevoegd aan sommige oefeningen, maar hebben dit niet verder onderzocht.

Benvenuti et al (4) onderzochten de therapietrouw bij een groep CVA-patiënten die oefeningen thuis kregen en daarbij de mogelijkheid hadden om in een buurtcentrum via een videoverbinding met hun therapeut te oefenen. Hieruit bleek dat er thuis wel goed geoefend werd maar dat er maar weinig gebruik werd gemaakt van de video in het buurtcentrum. De auteurs concluderen dat E-health laagdrempelig toegankelijk moet zijn om een goede therapietrouw te bewerkstelligen.

Tot nu toe hebben weinig studies die behandeling via E-Health hebben onderzocht een goede analyse van therapietrouw gedaan. Daar komt bij dat de programma's die aangeboden werden en de verrichte metingen zeer verschillend waren en daardoor niet goed met elkaar vergelijkbaar zijn.

Over het algemeen is de verwachting dat een integraal platform met uitleg, monitoring, begeleiding, oefeningen en ondersteuning, patiënten kan helpen bij het volhouden van de therapie. Er is op dit moment nog behoefte aan wetenschappelijk onderbouwde voorbeelden van digitale toepassingen in het algemeen maar ook gericht op therapietrouw.

Er zijn aanwijzingen dat goede therapietrouw met behulp van E-health haalbaar is. Het platform ikoefenzelf.nl gaat mogelijk in de toekomst meer inzicht geven in welke specifieke factoren de therapietrouw bevorderen. De betrokkenheid van zorgprofessionals is cruciaal bij het succesvol implementeren van E-health toepassingen en kan voor een versnelling van het gebruik van E-health binnen het reguliere zorgaanbod zorgen. Het daadwerkelijk gaan gebruiken van E-health en het kiezen van het juiste aanbod kan antwoord geven op bovenstaande vraag. Hier ligt een taak voor alle medewerkers van Basalt!

Dit artikel is onderdeel van een serie artikelen over ikoefenzelf.nl en is geschreven door Rinske Grond en Ilse Toes. Hierbij geeft Rinske het stokje over aan Karen van den Oever, revalidatiearts.

Literatuur:

1. Klein M, Mogles N, Wissen van A. Intelligent mobile support for therapy adherence and behavior change. *Journal of Biomedical Informatics* 51 (2014) 137-151.
2. Bennell K, Marshall C, Dobson F, Kasza J, Lonsdale C, Hinman R. Does a Web-Based Exercise Programming System Improve Home Exercise Adherence for People With Musculoskeletal Conditions? *Am J Phys Med Rehabil* 2019;98:850–858.
3. Isernia S, Pagliari C, Jonsdottir J, Castiglioni C, Gindri P, Gramigna C, Palumbo G, Salza M, Molteni F, Baglio F. Efficiency and Patient-Reported Outcome Measures From Clinic to Home: The Human Empowerment Aging and Disability Program for Digital-Health Rehabilitation. *Journal Frontiers in Neurology*, 19 November 2019.
4. Benvenuti F, Stuart M, Cappena V, Gabella S, Corsi S, Taviani A, Albino A, Scattareggia Marchese S, Weinrich M. Community-Based Exercise for Upper Limb Paresis: A Controlled Trial With Telerehabilitation. *Neurorehabilitation and Neural Repair* 2014, Vol. 28(7) 611–620.

