

DIGITALE COACHING NA MYOCARD INFARCT

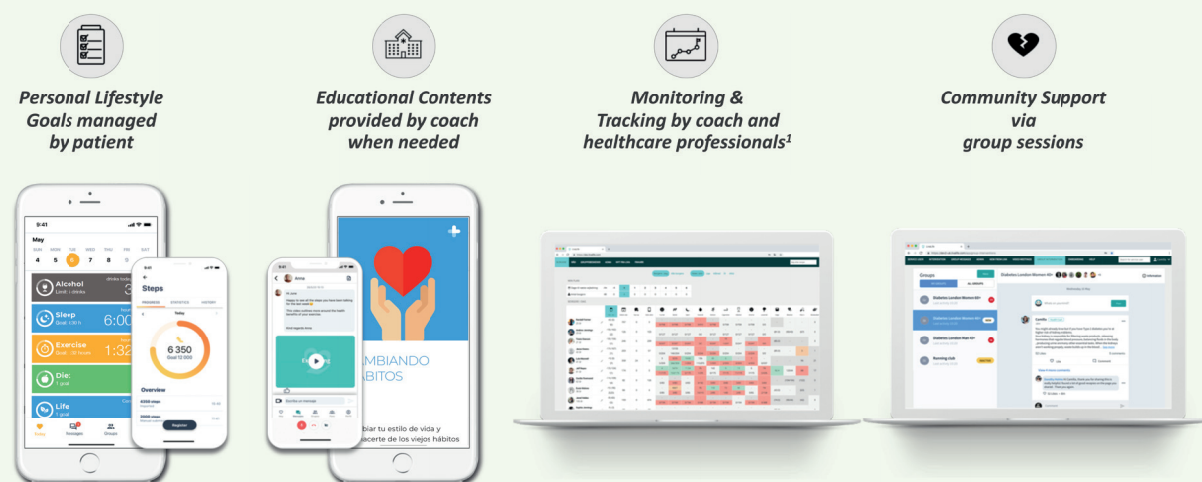
Na een myocard infarct krijgt de patiënt een revalidatietraject, gericht op leefstijlaanpassing en beweging, aangeboden om liefst een volgend event te voorkomen. Ziekenhuis Zuyderland onderzoekt nu de meerwaarde van een coachingstraject met een e-Coach met als doel de patiënt tot een blijvende leefstijlverandering te brengen.

Zuyderland is het eerste ziekenhuis in Nederland dat ervaring opdoet met de Rehab+ applicatie, een digitale oplossing met interactieve coaching, voor de revalidatie van patiënten die een myocard infarct hebben gehad. Het ziekenhuis merkte dat patiënten de revalidatie ondersteuning graag op afstand en digitaal zouden willen volgen. Liefst vanuit huis en in combinatie met werkhervatting of herstel. Ook door ervaring uit de Covid pandemie weet het Zuyderland dat de rol van actieve, digitale leefstijl coaching effectief bijdraagt aan het behalen van revalidatiedoelen en zorgt voor een sneller herstel na het event.

Nu is er voor deze mensen een intensief revalidatietraject gedurende drie maanden waarbij meerdere zorgprofessionals, multidisciplinair betrokken zijn. "Van die mogelijkheid maken lang niet alle patiënten gebruik", zegt hoofd interventiecardiologie prof. dr. Arnoud van 't Hof. "Ze willen daarvoor niet steeds naar het ziekenhuis komen. Uit eerder onderzoek en ervaring weten we dat apps die een individueel programma bieden een oplossing kunnen zijn, omdat de patiënt die na een gerichte intake thuis kan doen. Dat werkt drempelverlagend. En als dat lukt is het waardevol, want we zien nu teveel patiënten die binnen vijf jaar terugkomen met nieuwe hartproblemen."

OVER REHAB+

HET REHAB+ PROGRAMMA IS EEN DIGITALE OPLOSSING MET INTERACTIEVE COACHING VOOR DE REVALIDATIE VAN PATIËNTEN DIE EEN MYOCARD INFARCT HEBBEN GEHAD. HET PROGRAMMA IS ONTWIKKELD IN CO-CREATIE MET PATIËNTEN, CARDIOLOGEN, REVALIDATIETEAMS EN CENTRA. IN 2021, HEEFT REHAB+ EEN SUBSIDIE VAN EIT HEALTH GEKREGEN OMDAT HET DE INNOVATIE IN DE GEZONDHEIDSZORG BEVORDERT. HET CONSORTIUM, GELEID DOOR AMGEN, OMVAT O.A. LIVA HEALTHCARE ALS SOFTWARELEVERANCIER, VIER REVALIDATIEZIEKENHUIZEN EN DE UNIVERSITEIT MAASTRICHT (CENTER FOR CARDIOLOGY RESEARCH). MEER INFO: [HTTPS://EIT-HEALTH.DE/EN/REHABPLUS/](https://eit-health.de/en/rehabplus/)



GERICHT OP GEZONDHEIDSBEVORDERING

Dit verklaart waarom Van 't Hof snel interesse had in het Rehab+ e-Coach programma, dat in co-creatie is ontwikkeld door Amgen met softwareleverancier Liva, zorgverleners en patiënten. Op dit moment wordt er ook in drie Spaanse ziekenhuizen ervaring mee opgedaan. "Een belangrijk element van deze e-Coach is dat die voor de patiënt na een myocard infarct de aandacht verlegt van het ziekte- naar het gezondheidsperspectief", zegt Caroline Ijkema, health care consultant van Amgen. "Rehab+ biedt een programma dat de patiënt gedurende twaalf maanden na de event coacht om regie over zijn eigen gezondheid te voeren en een gezonde leefstijl te ontwikkelen, om zo het risico op een volgende event te verlagen. De patiënt stelt zichzelf doelen en wordt actief gemonitord en gecoacht door een hartverpleegkundige en een fysiotherapeut van het ziekenhuis." Nicole Janssen, verpleegkundige van het team hartrevalidatie: "Bij het gangbare revalidatieproces zie je vaak dat mensen in eerste instantie bijvoorbeeld wel stoppen met roken, maar dat ze na verloop van tijd toch weer terugvallen in hun oude gewoonte. De e-Coach biedt ze een trigger om hun gezonde gedrag wel vol te houden en daarin bieden wij ze ook ondersteuning. Dat maakt ons werk intensiever natuurlijk, omdat we regelmatig het initiatief nemen om de patiënt even digitaal positief advies of een duwtje in de rug te geven."

PROTOCOL

Zuyderland is begonnen met negen patiënten. Janssen legt uit: "We zijn bewust begonnen met jongere patiënten die digitaal bewust zijn en ons dus feedback kunnen geven om de app verder te verbeteren. Bijna zonder uitzondering hebben zij zichzelf duidelijke doelen gesteld en werken ze daar ook consequent aan." Vanzelfsprekend is het de bedoeling dat het niet bij die jongere patiënten blijft. Van 't Hof is ervan overtuigd dat dit ook niet zal gebeuren. "Dit is een toepassing waarvan ook oudere patiënten beslist gebruik kunnen gaan maken", zegt hij. "De eerdere ervaringen die ik heb opgedaan met telerevalidatie voor oudere patiënten sterkt mij in deze opvatting. Dit is ook voor hen goed toepasbaar. Ook patiënten die geen behoefte hebben aan de gangbare revalidatie zeggen desgevraagd dat zij wel open staan voor revalidatie met deze toepassing." Uitbreiding van de test staat dan ook al gepland. In het protocol dat hiervoor is geschreven, is voorzien in het volgen van negenhonderd patiënten na een myocard infarct: zeshonderd met de gangbare revalidatie en driehonderd met de app. Van 't Hof: "We kiezen daarbij bewust voor toepassing van de e-Coach gedurende een jaar, in plaats van de gangbare drie maanden revalidatie, omdat we patiënten de ruimte willen geven om een blijvende leefstijlverandering te realiseren."

AFSTEMMING MET DE HUISARTS

Amgen en Liva gaan patiënten interviewen om hen actief te betrekken bij verdere verbetering van het programma. De adviezen die via de e-Coach aan de patiënt worden gegeven, zijn uiteraard in lijn met de richtlijn hartrevalidatie van de Nederlandse Vereniging voor Cardiologie. Aan de afstemming met de huisarts wordt ook gedacht. Van 't Hof vertelt: "De huisarts houdt zich vooral bezig met het vervolgtraject van de patiënt na de hartrevalidatie, in het zorgprogramma cardiovasculair risicomanagement. Hij moet weten welke doelen de patiënt al gedurende de eerste twaalf maanden heeft behaald en welke vervolgstappen moeten worden gezet." Goede afstemming daarover is essentieel, vult Janssen aan. "Het doel is immers een blijvende leefstijlverandering te bewerkstelligen. Maar niet alleen dat; sommige doelen vergen ook gewoon tijd. Een van de nu geïnccludeerde patiënten heeft zichzelf ten doel gesteld vijftig kilo af te vallen. Dat doe je niet binnen een jaar, dus dan is het belangrijk dat de huisarts na dat jaar samen met de patiënt de voortgang tot dit doel blijft volgen."

"We zijn er als afdeling Cardiologie trots op dat we deze app in samenwerking met de leverancier hebben mogen inrichten. De bestaande kennis uit de hartrevalidatie is verwerkt in deze nieuwe vorm van telerevalidatie en e-health. Het initiatief past helemaal in onze strategie om zorg op maat en zo thuis mogelijk te verlenen en ondersteunen." ZUYDERLAND



ARNOUD VAN 'T HOF



CAROLINE IJKEMA



NICOLE JANSSEN