

Meer zelfmanagement met leefstijlondersteunende technologieën

Er zijn diverse leefstijlondersteunende technologieën beschikbaar, zoals de smartwatch, de Eetmeter en allerlei sportapps. Voor mensen met type 2-diabetes kunnen dit soort e-healthtechnologieën bijdragen aan een gezonde(re) leefstijl. Toch wordt het ruime aanbod van zowel medische als consumententechnologie nog niet op grote schaal benut. In het kader van Vitaal Twente, een initiatief om Twente de vitaalste regio van Nederland te maken, wil Ziekenhuisgroep Twente (ZGT) daarin verandering brengen. Samen met betrokken partners – zoals huisartsen, leefstijlcoaches en de zorgverzekeraar – wil ZGT een digitaal aanbod ontwikkelen dat de leefstijl van mensen ondersteunt, vóór en dóór mensen met diabetes.

Dit roept interessante onderzoeksvragen op: aan welke leefstijlondersteunende technologische innovaties hebben mensen met type 2-diabetes behoefte? Welke invloed zou het gebruik van een dergelijke innovatie hebben op het leven van de patiënt en bijvoorbeeld de arts-patiëntrelatie? De gedachte is dat een koppeling van een leefstijlondersteunende technologie met een medische toepassing patiënten meer inzicht biedt in de invloed van leefstijl op hun ziekte. Dit in combinatie met coaching, face-to-face of digitaal, kan patiënten én zorgprofessionals helpen om meer grip op de ziekte te krijgen. Het onderzoek naar het inzetten van een aanbod met leefstijlondersteunende technologieën voor mensen met type 2-diabetes wordt gedaan in samenwerking met het TOPFIT CitizenLab. In dit geval met drie kennisinstellingen: Universiteit Twente, Saxion en ROC Twente. In dit driejarige onderzoeks- en innovatieprogramma werken burgers, zorgprofessionals en bedrijven samen met wetenschappers aan het ontwikkelen en inzetten van technologische innovaties voor zorg en welzijn.

‘Ons doel is bij mensen met complexe diabetes de ervaren ziektelast te verlagen door hen meer grip te geven op hun ziekte. Wellicht kunnen zij daardoor het aantal medicijnen afbouwen’, zegt Annelies Nagtegaal, innovatiemanager bij ZGT. ‘Realtime inzicht in het effect op de bloedglucosewaarden van voeding, beweging, stress en slaap geeft patiënten meer eigen regie. Met monitoring en coaching in de dagelijkse praktijk kunnen zij 24/7 ondersteuning krijgen in plaats van tijdens de drie consulten per jaar.

Sommige patiënten zouden mogelijk weer terug kunnen naar de eerste lijn. Mensen in de eerste lijn zouden wellicht van de diabetes af kunnen komen; meer vitaliteit en gezondheid dus.’ Nagtegaal merkt dat de diverse apps die er zijn nauwelijks gebruikt worden in de zorg en ondersteuning van diabetespatiënten. Ze vindt het begrijpelijk, omdat het lastig kan zijn een keuze te maken. Maar noemt het ook een gemiste kans omdat het aantal mensen met type 2-diabetes in de regio Twente toeneemt en zelfs boven het landelijk gemiddelde ligt. ‘Inzet van een persoonsgericht, door technologie ondersteund aanbod maakt het mogelijk om van een reactieve naar een proactieve aanpak te gaan. Het liefst wil je natuurlijk voorkomen dat mensen ziek worden. Zover zijn we nog niet. We zetten eerste stappen.’

RUIM AANBOD

‘Diabetes is maatwerk. We streven daarom naar een ruim aanbod van leefstijlondersteunende technologieën dat meerwaarde heeft voor de patiënt en de professional en waarmee communicatie tussen beiden mogelijk is’, vervolgt Robin Bekhuis, projectleider innovatie bij ZGT. ‘Om een nieuw leefstijlaanbod te creëren waarin technologie ondersteunt, spelen vragen over de veranderingen van het (zorg)proces, de rolverdeling en de manier waarop patiënten daartegen aankijken een belangrijke rol. Hoe willen patiënten betrokken zijn? Wat motiveert hen om technologieën te gaan gebruiken? Hoe maken zij keuzes? Wat vinden zij belangrijk? Samen met de onderzoekers in het TOPFIT CitizenLab werken we aan deze vraagstukken en aan de ontwikkeling van een aanbod. In de eerste fase wordt de behoefte bij type 2-diabetespatiënten onderzocht. Wij nemen de meerwaarde uit het onderzoek mee naar de praktijk en dienen vanuit de praktijk nieuwe onderzoeksvragen in. We trekken dus echt samen op en willen de snelheid erin houden.’

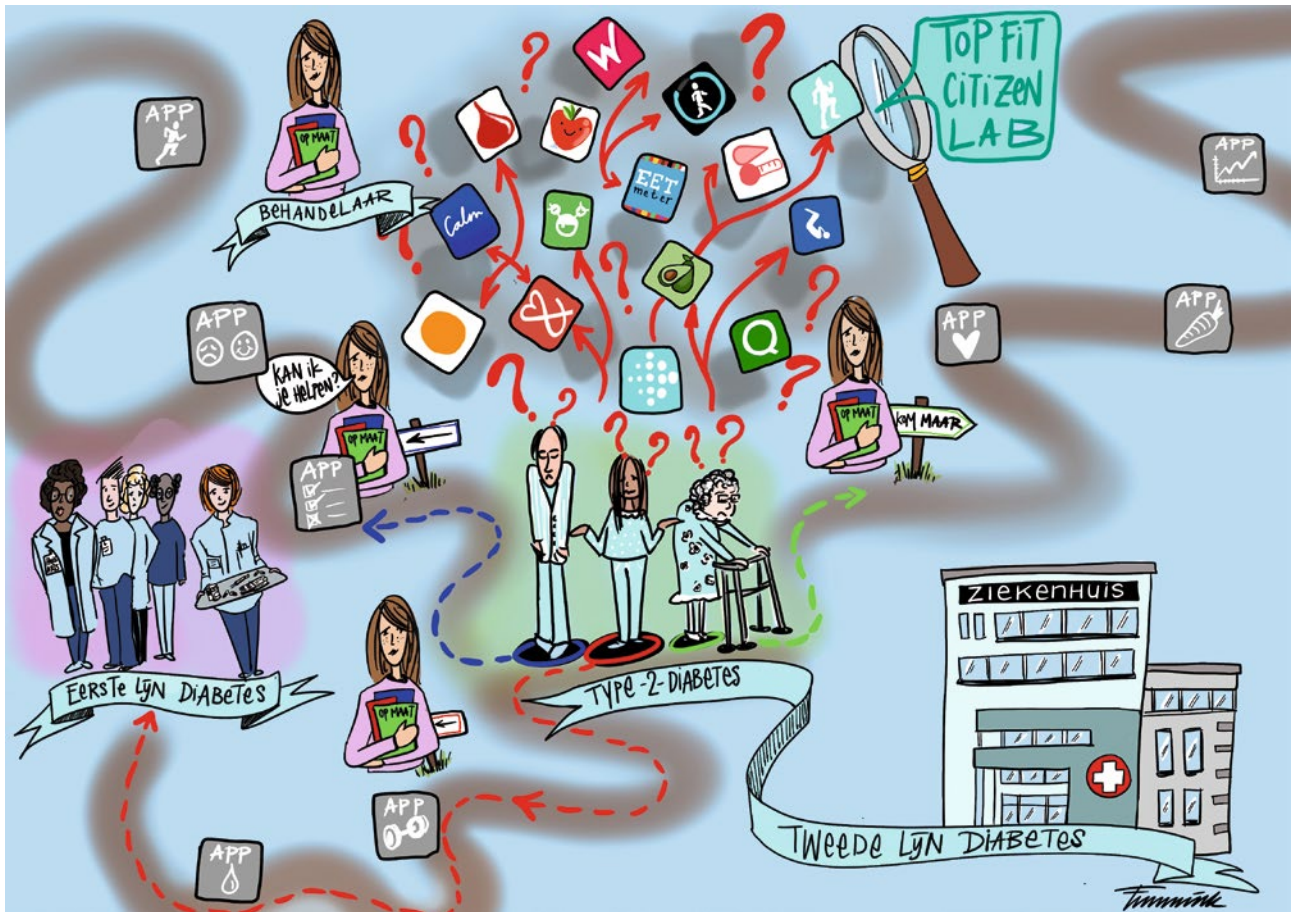
BETROKKENHEID BIJ INNOVATIEPROCES

Het TOPFIT CitizenLab is in januari 2020 opgezet. De afgelopen periode is een vragenlijstonderzoek gedaan naar de wensen van mensen met type 2-diabetes om betrokken te zijn in het innovatieproces/onderzoek. In dit onderzoek is specifiek ingegaan op welke momenten en manieren in het innovatieproces – het ontwikkelen, testen en implementeren van technologische innovaties – diabetespatiënten betrokken willen worden. De vragenlijst is onder andere via Diabetes Vereniging Nederland uitgezet en heeft geresulteerd in 160 respondenten. De gemiddelde leeftijd is 66 jaar (27 tot 89 jaar) en de diabetesduur 16 jaar (3 maanden tot 47 jaar).

.....
Nathalie Ekelmans, journalist

.....
Correspondentie:

.....
Twende journalistieke producties, twende2000@gmail.com



DEELNAME INNOVATIEPROCES

'Veel respondenten blijken zeer welwillend om deel te nemen aan de verschillende fases in het innovatieproces', zegt Karin van Leersum, onderzoeker bij het TOPFIT Citizen-Lab vanuit Universiteit Twente. Ongeveer de helft van de respondenten is bereid deel te nemen aan een cliëntenraad of werkgroep en zo'n 40% wil als co-onderzoeker fungeren. De vragenlijstmethode is de populairste vorm van patiëntparticipatie: 92,4% heeft de intentie hieraan (waarschijnlijk of zeker) deel te nemen. Mensen geven aan dat zij bereid zijn deel te nemen omdat zij hopen dat hun eigen leven met diabetes verbetert en zij beter met de ziekte kunnen omgaan. Ook willen zij anderen graag aansporen om gezonder te gaan leven en verwachten ze dat de diabeteszorg uiteindelijk verbetert door patiëntparticipatie. Redenen om niet te participeren in het innovatieproces rondom technologische innovatie zijn angst voor commerciële doeleinden en tijdgebrek.'

ACTUEEL EN RELEVANT THEMA

'De resultaten van deze vragenlijst benadrukken het belang en de wens van patiënten met type 2-diabetes om een actieve rol te spelen en nauw betrokken te worden bij het ontwikkelen, testen en implementeren van technologische innovaties,' zegt Marloes Bults, hoofddocent/onderzoeker TOPFIT Citizenlab vanuit Saxion. 'Met name in deze tijd is dit een zeer actueel en relevant thema. Zorg op afstand is volop in ontwikkeling en wordt steeds meer toegepast in de

praktijk. Dit kan een versnelling doormaken door de coronapandemie en kan heel duidelijk meerwaarde bieden. Eén van de vervolgstappen is het opzetten van cocreatiesessies met diabetespatiënten om inzicht te krijgen in zelfmanagement en hun wensen en behoeften wat betreft technologische innovatie en specifiek leefstijlondersteunende technologie.' Inmiddels is ook een tweede vragenlijst verspreid, om inzicht te krijgen in de medische en consumententechnologieën die mensen nu al gebruiken, wat hun motivatie daarvoor is en wat hun wensen zijn. Bults: 'Er moet uiteindelijk een beweging op gang komen. Het TOPFIT Citizenlab biedt de mogelijkheid om de komende tweeënhalve jaar meer bottom-up kennis en ervaring van mensen met diabetes op te halen en daarmee op het gebied van wetenschap en innovatie in de praktijk verder te komen. We hopen vanuit deze basis ook zorgprofessionals te enthousiasmeren omdat zij de meerwaarde zien en hen voldoende toe te rusten om de technologieën in te zetten in de klinische praktijk. Hierbij kun je denken aan bij- en nascholing.'

DIAMETER

Een voorbeeld van een technologische innovatie voor mensen met diabetes is de Diameter, een initiatief van één van de medisch specialisten in ZGT in samenwerking met onderzoekers van Universiteit Twente en Roessingh Research and Development. Al in 2017 ontwikkelde internist-nefroloog Goos Laverman het idee voor een app die patiënten coacht

rondom leefstijlaanpassingen: de Diameter. Deze app meet onder meer de bloedglucose, lichaamsbeweging, voeding en insulinegevoeligheid. Het idee voor het ontwikkelen van deze app is door het Diabetesfonds uitgeroepen tot het Beste Diabetesidee van 2017. De Diameter vormde de aanleiding voor het verder ontwikkelen van een regionale aanpak, waarin partners in Vitaal Twente een persoonsgericht, door technologie ondersteund aanbod ontwikkelen.

SAMENWERKING

Nagtegaal: 'Hoe het innovatietraject verder uitwerkt in de praktijk weten we nu nog niet. Dit ontdekken we samen

met mensen met diabetes en de diverse betrokken partners. Dat is juist het mooie aan de samenwerking met de onderzoekers in een praktijksetting. Terwijl onderzoekers via dit programma onderzoeksmethoden ontwikkelen, innoveren we het huidige leefstijlaanbod, ondersteund door technologie, voor persoonsgerichte zorg en preventie. Voor en door burgers en patiënten. Het betekent dat we met verschillende partijen samenwerken. We beginnen dit weliswaar vanuit het ziekenhuis, echter kan het alleen slagen als de eerste lijn, leefstijlcoaches en ook de zorgverzekeraar meedoen en samenwerken. Deze partijen, waaronder ZGT, zijn verenigd in Vitaal Twente en gaan samen deze uitdaging aan.'

