




Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

## Lyndsey (29)

- ❑ Woont samen met haar zoonje in Kerkrade (9)
- ❑ Zit in de schuldsanering: er geen geld voor sport of gezonde maaltijden
- ❑ Lyndsey belooft zichzelf met chips, chocolade en veel bankhangen: "Wat is daar ongezond aan?"
- ❑ "Kom alsjeblieft niet met broccoli en groente aanzetten, gadver!"
- ❑ Lyndsey rookt: "Neem me dat niet ook nog af, alsjeblieft!"
- ❑ Lyndsey heeft type 2 diabetes. Haar verpleegkundige zet allereerst in op leefstijlverandering: "Wat hebben chips en op de bank hangen nu met diabetes te maken? Ik beweeg al veel!"
- ❑ Lyndsey krijgt daarnaast Metformine, en is als de dood voor eventueel insulinegebruik.
- ❑ "Gelukkig geen insuline, die tabletten gebruiken is prima. Maar het lukt niet altijd...."




Lyndsey (29)  
Type 2 diabetes sinds 2016

7

7

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

# Deel 1: *Therapietrouw*



8

8

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning


## Kernbehandeling van diabetes type 2



9

9

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning



- 36-93% houdt zich aan medicatie voorschriften
  - +/- 50% therapietrouw aan glucose verlagende tabletten
  - +/- 67% therapietrouw aan insuline therapie
- 24% voldoet aan de beweegnorm
- Gemiddelde inname van aantal calorieën uit ongezonde snacks per dag → 416 cal.

10

10

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

**>95% van de mensen met type 2 diabetes kan tenminste één kerngedrag van de diabetesbehandeling verbeteren**

11

11

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning



Therapietrouw is ondermaats




12

12

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

Lyndsey (29)  
Type 2 diabetes sinds 2016

13

13

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

Waarom zijn sommige mensen *wél*

therapietrouw en waarom zijn andere

mensen *niet* terapietrouw?

14

14

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

“ In het nieuwe jaar wil ik elke dag twee stuks fruit gaan eten”

15

15

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

Factoren van invloed op terapietrouw

- Sociaal-economische factoren
- Zorgverlener factoren
- Ziekte-gerelateerde factoren
- Therapie-gerelateerde factoren
- Patient-gerelateerde factoren

16

16

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

Bewustwording:  
Kennis  
Risico-inschatting

Motivatie:  
Attitudes (+/-)  
Sociale invloeden  
Eigen effectiviteit

Gedragsintentie (wil ik veranderen)?

Voorbereiding  
Coping plannen  
Eigen effectiviteit

Gedrag

17

17

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

“Wat is daar ongezond aan?”

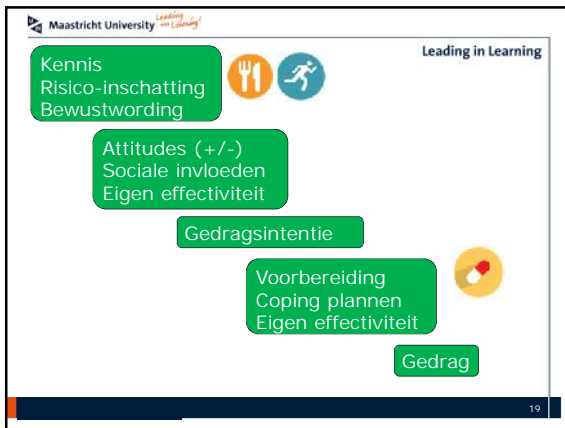
“Wat hebben chips en op de bank hangen nu met diabetes te maken? Ik beweeg al veel”

“Gelukkig geen insuline, die tabletten gebruiken is prima. Maar het lukt niet altijd...”

Lyndsey (29)  
Type 2 diabetes sinds 2016

18

18



19



20



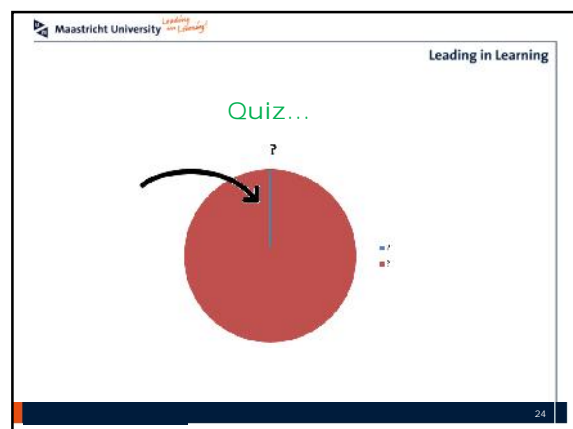
21



22

- 
- Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning
- De voordelen van het gebruik van eHealth
- Gemakkelijk in gebruik, anoniem en wereldwijd toegankelijk
  - Aantoonbaar (kosten)-effectief middel om gedragsverandering te realiseren
  - Altijd toegankelijk in tegenstelling tot reguliere zorg
  - Kan werkdruk ontlasten op de gezondheidszorg
  - Kan patiënten voorbereiden en actieve deelnemers maken in consultaties met zorgverleners
  - Zorgt ervoor dat consultatietijd efficiënter kan worden ingezet
  - Kan *gepersonaliseerd* advies bieden
- 23

23



24

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

### Rationale eHealth interventies

Consultation vs. Self-management

■ Consultation  
■ Self-management

25

25

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

## Deel 3: *Mijn Diabetes Profiel*

26

26

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

**Ontwikkelen en testen van een eHealth interventie die als doel heeft het verbeteren van therapietrouw aan een gezonde leefstijl en medicatietrouw in mensen met type 2 diabetes**

27

27

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

## Mijn Diabetes Profiel

1. Gepersonaliseerd video- en tekstadvies over bewegedrag, voeding en medicatietrouw
2. Visueel bijhouden van waarden als: bloedsuiker, gewicht, BMI en bloeddruk
3. Consultvoorbereiding
4. Doelen stellen

28

28

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

### Wat maakt Mijn Diabetes Profiel uniek?

- Gebaseerd op theorie
- Ontwikkeld (mede) door en voor patiënt
- Duidelijke inhoud en visueel ondersteund
- Gepersonaliseerd advies

29

29

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

## Mijn Diabetes Profiel

Het is het grootste en het beste voor u. Het is het meest gebruikte en het meest effectieve. Het is het meest gebruikte en het meest effectieve. Het is het meest gebruikte en het meest effectieve. Het is het meest gebruikte en het meest effectieve.

KLIK op het plaatje voor meer informatie:

30

30

Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning

Hoe werkt Mijn Diabetes Profiel?  
Mijn Diabetes Profiel in de praktijk

31

31

Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning



32

32

Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning

Stap 1:

- Vragen in hoeverre deelnemers denken dat ze voldoen aan alle kernbehandelingen
- Vragen in hoeverre deelnemers daadwerkelijk therapietrouw zijn aan alle kernbehandelingen

33

33

Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning


Denken te voldoen maar voldoen niet

Denken te voldoen en voldoen ook

Denken niet te voldoen maar voldoen wel

Denken niet te voldoen en voldoen ook niet

U voldoet nog **nét niet**



34

34

Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning

Een aantal voorbeelden:



Hoe veel beweegt u?

35

35

Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning



voldoende lichamelijk actief

minder dan 150 minuten per week lichamelijk actief

"U denkt dat u voldoende lichamelijk actief bent. Helaas klopt dit niet. U bent minder dan 150 minuten per week actief. U bent niet de enige persoon die haar beweeggedrag overschat. U beweegt gemiddeld 90 minuten per week. Dat is al een goed begin! We raden u echter aan om meer te gaan bewegen. Hoe? Daar helpen wij u verderop in het programma mee."

36

36

Maastricht University *Leading in Learning*

Leading in Learning

Stap 2:

- Bereidheid uitvragen ter verbetering van de gedragingen die te verbeteren zijn.

37

37

Maastricht University *Leading in Learning*

Leading in Learning

Wat valt er te verbeteren?





In hoeverre wilt u hierin iets verbeteren?

38

38

Maastricht University *Leading in Learning*




“Wat is daar ongezond aan?”

“Wat hebben chips en op de bank hangen nu met diabetes te maken? Ik beweeg al veel!”



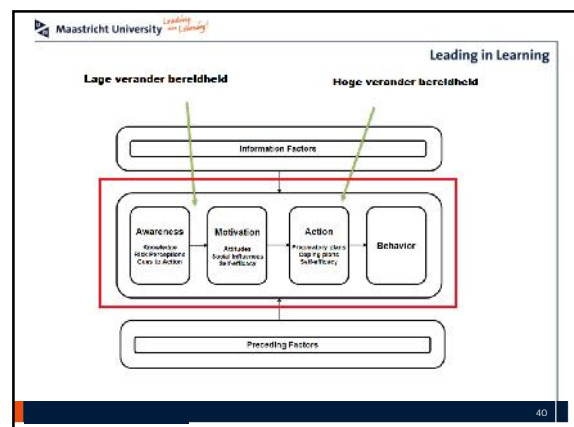
“Gelukkig geen insuline, die tabletten gebruiken is prima. Maar het lukt niet altijd...”



Lyndsey (29)  
Type 2 diabetes sinds 2016

39

39



40

Maastricht University *Leading in Learning*

Leading in Learning

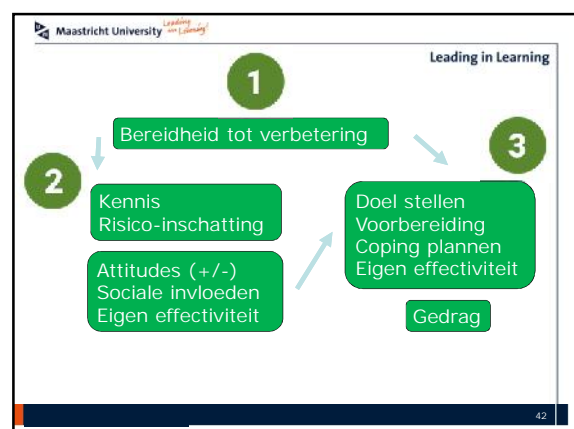
Wat kiest Lyndsey?



Lyndsey (29)  
Type 2 diabetes sinds 2016

41

41



42

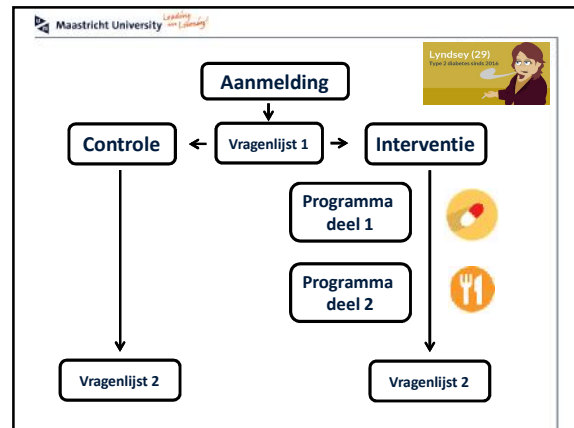
Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning

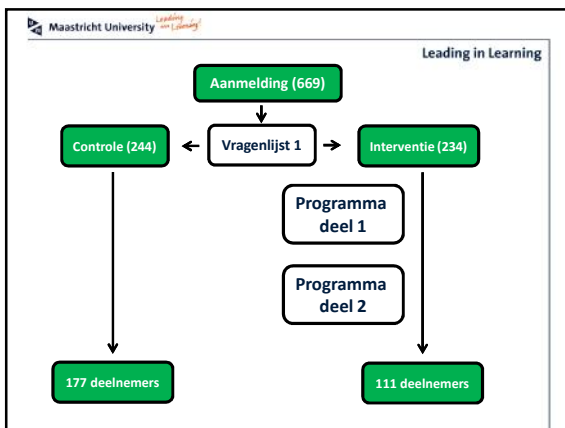
## Deel 4: *MDP* effectief?

43

43



44



45



46

Maastricht University *Leading in Learning!*

Leading in Learning

## Resultaten

Voor	Na	Vershill
865 minuten	833 minuten	-32 minuten
1657 calorieën	1269 calorieën	-388 calorieën
13.5 score	14.2 score	+0.7 (schaal 0-18)
7.4 score	8.0 score	+0.6 (schaal 0-9)

47

47



48





Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

### Werven van deelnemers

Attitudes (+/-)  
 Sociale invloeden  
 Eigen effectiviteit

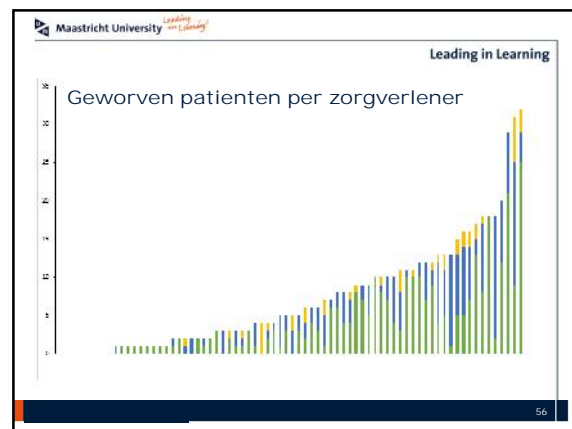
Gedragsintentie

Voorbereiding  
 Coping plannen  
 Eigen effectiviteit

Gedrag

55

55



56

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

### Onderzoek

- Goede manier om te oefenen met eHealth
- Zeggen dat je meedoet betekent niet altijd dat je meedoet
- Hoe kun je er voor zorgen dat je succesvol werft?

57

57

Maastricht University *Leading in Learning!* Leading in Learning

**Bedankt voor uw aandacht**

**voor meer info: [www.mijndiabetesprofiel.nl](http://www.mijndiabetesprofiel.nl)**

**[stan.vluggen@maastrichtuniversity.nl](mailto:stan.vluggen@maastrichtuniversity.nl)**

H3IKM 2020

58

58