

Onderzoek naar effectiviteit en implementatie van leefstijlinterventies in de ggz

Frederike Jörg

Yde de Boer

Emiel Priest

Trimbosinstituut, 9 oktober 2019

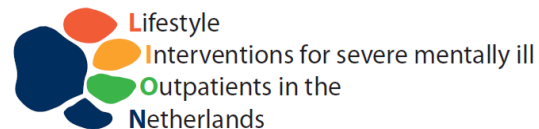
Twée leefstijlstudies bij GGZ Friesland/RGOc

- ELIPS



Gericht op de 'obesogene' omgeving

- LION



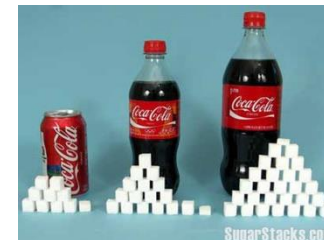
Gericht op verhogen intrinsieke motivatie van patiënten

ELIPS



Interventie:

- Leefstijlcoaches trinden verpleegkundigen en woonbegeleiders 3 mnd
 - Meer en meer divers aanbod (beweeg)activiteiten/sport
 - Gezonder aanbod voeding
 - Workshops: kopen, koken, proeven
 - Structurele verbetering van omgeving
- Ieder team eigen accenten
- Na 3 mnd gingen teams zelf verder



ELIPS



Onderzoeksopzet:

- Pragmatische RCT
- Participanten: klinisch & beschermd wonen teams
- Interventie & controleteams GGZ Friesland en Lentis
- In totaal ~800 patiënten met ROM/PHAMOUS gemonitord
 - Metingen: start – na 3 mnd – na 12 mnd
- Primaire uitkomstmaat: buikomvang
- Secundaire uitkomstmaten: psychosociale maten



ELIPS - Resultaten



Looijmans et al, Br J Psychiatry. 2017

- Buikomvang significant gedaald

1.51 cm (95% CI -2.99 to -0.04)



- Fysieke fitheid significant verbeterd

31.8 ± 13.7 ($p = .022$) more meters than controls

- Negatieve symptomen verminderd
 - Bij patiënten die meer gingen bewegen

Passive/apathetic social withdrawal, $r = -.470$, $p = .005$

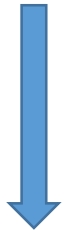
Spontaneity/conversation flow, $r = -.525$, $p = .001$



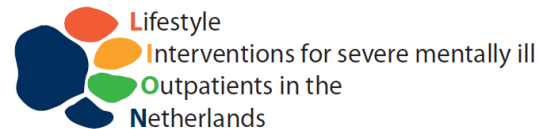
- Maar: na 1 jaar “teams gaan zelf verder” waren effecten verdwenen

Nieuwe studie

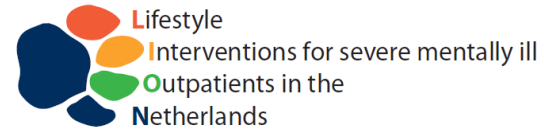
- Gezondere omgeving helpt bij het bereiken van gezondheidswinst
- Misschien zelfs wel voorwaarde.....
- Maar,
- Kunnen we patiënten ook motiveren gezondere keuzes te maken?



• LION



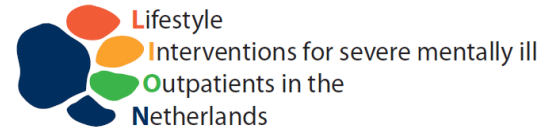
LION



Interventie:

- Webtool Leefstijl in Beeld
 - Bewustwording gezondheidsgedrag
 - Leefstijlplan met doelen
 - Tweewekelijks gesprek over leefstijl
- Motivationale gesprekstechnieken verpleegkundigen
- Aandacht voor “Stage of change”

LION

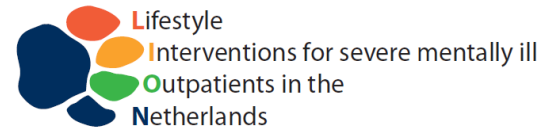


Onderzoeksopzet:


- Participanten: FACT en BW patiënten
- Inclusiecriteria: buikomvang > 88/102 cm of glucose >5.6 mmL of BMI > 25
- GGZ Friesland, Lentis, GGZ Drenthe, Dimence, UCP
- 281 patiënten; 84 verpleegkundigen; 27 teams
- Metingen ROM/PHAMOUS: start, 6mnd, 12 mnd
- Primaire uitkomstmaat: buikomvang
- Secundair: stage of change



LION - resultaten

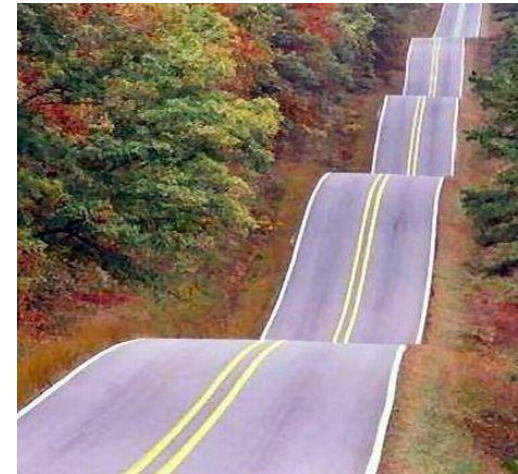


- Geen verbetering op middelomtrek, gewicht, BMI, glucose....
- Wel significante verbetering in motivatie om gezonder te eten

- Maar ook:
 - Leefstijl in beeld niet altijd ingevuld
 - Voortgangsrapportages maar heel sporadisch ingevuld
 - Trainingen en terugkomdagen werden nauwelijks bezocht
 -  Twijfel over implementatie van de interventie

Lessons learned - implementatie

- Barrières & mogelijkheden op verschillende niveaus
 - Patiënten
 - Het interventieprogramma
 - Verpleegkundigen (als 'implementeerders')
 - De GGZ organisatie
 - (Socio-politieke context)



Patiënten

- Patiënten doen niet altijd mee met activiteiten; maar verwar niet:
 - het gebrek aan initiatief (negatief symptoom) met
 - gebrek aan motivatie
- Verwacht niet direct grote resultaten
 - een kleine stap is al winst



Interventieprogramma

- Leefstijl in beeld doet beroep op 'self-management' vaardigheden
- Sommige patiënten hebben meer sturing/begeleiding nodig
- Er is geen 'one size fits all' leefstijlinterventie



Implementeerders



- Een verpleegkundige is niet automatisch ook een leefstijlcoach
- Goede training nodig en voldoende tijd beschikbaar
- Welke leefstijlopvattingen heeft verpleegkundige zelf?
- Verpleegkundige is **rolmodel** maar realiseert hij/zij zich dat?

GGZ organisatie

- Hoeveel prioriteit heeft leefstijl binnen de organisatie?
- Wordt leefstijl besproken tijdens patiëntbesprekingen?
- Wie neemt verantwoordelijkheid voor somatische zorg/leefstijl?
- Samenwerking met huisarts, diëtist, fysiotherapeut?



Nieuw plan: kortdurende leefstijlondersteuning

- Komt tegemoet aan enkele van de 'lessons learned'
- Nog beter achterhalen wat wel en niet werkt

Kortdurende leefstijlondersteuning

Yde de Boer en Emile Priest

GGZ Friesland

9 oktober 2019

“Wat is de beste motivatie voor patiënten en hun hulpverleners om bewegen, voeding, ontspanning/ slapen te bevorderen?”

Wil jij een medicijn...

dat



Het is overal verkrijgbaar, gratis en zonder voorschrift.

En veilig, zelfs voor kinderen.

We noemen het :

beweging





Waarom niet?



Er is handelingsverlegenheid bij patiënten én hulpverleners om structureel bezig te zijn met leefstijlondersteuning

Wat gaan we doen?

Kortdurende (8 weken) leefstijlondersteuning samen met Centraal Instituut Opleiding Sport (CIOS-) student gekoppeld aan een patiënt van een F-ACT of Jongerenteam en hun hulpverlener.

Hoe komen we te weten wat patiënten en hulpverleners beweegt?

- Oplossingsgerichte benadering met Session Rating Scale na elke sessie en de Outcome Rating Scale voor je begint en na de interventie.
- Een maand na de interventie wordt de SRS en ORS nogmaals afgenomen.
- Een half jaar en een jaar later neemt de hulpverlener samen met de patiënt nogmaals de SRS en ORS af.
- Tops en tips steeds navragen bij elke meting

Starten in oktober

mogelijk vervolgen met een applicatie