

Hoe benader je mensen met een (hoog) risico op diabetes?

Gerjo Kok

Universiteit Maastricht



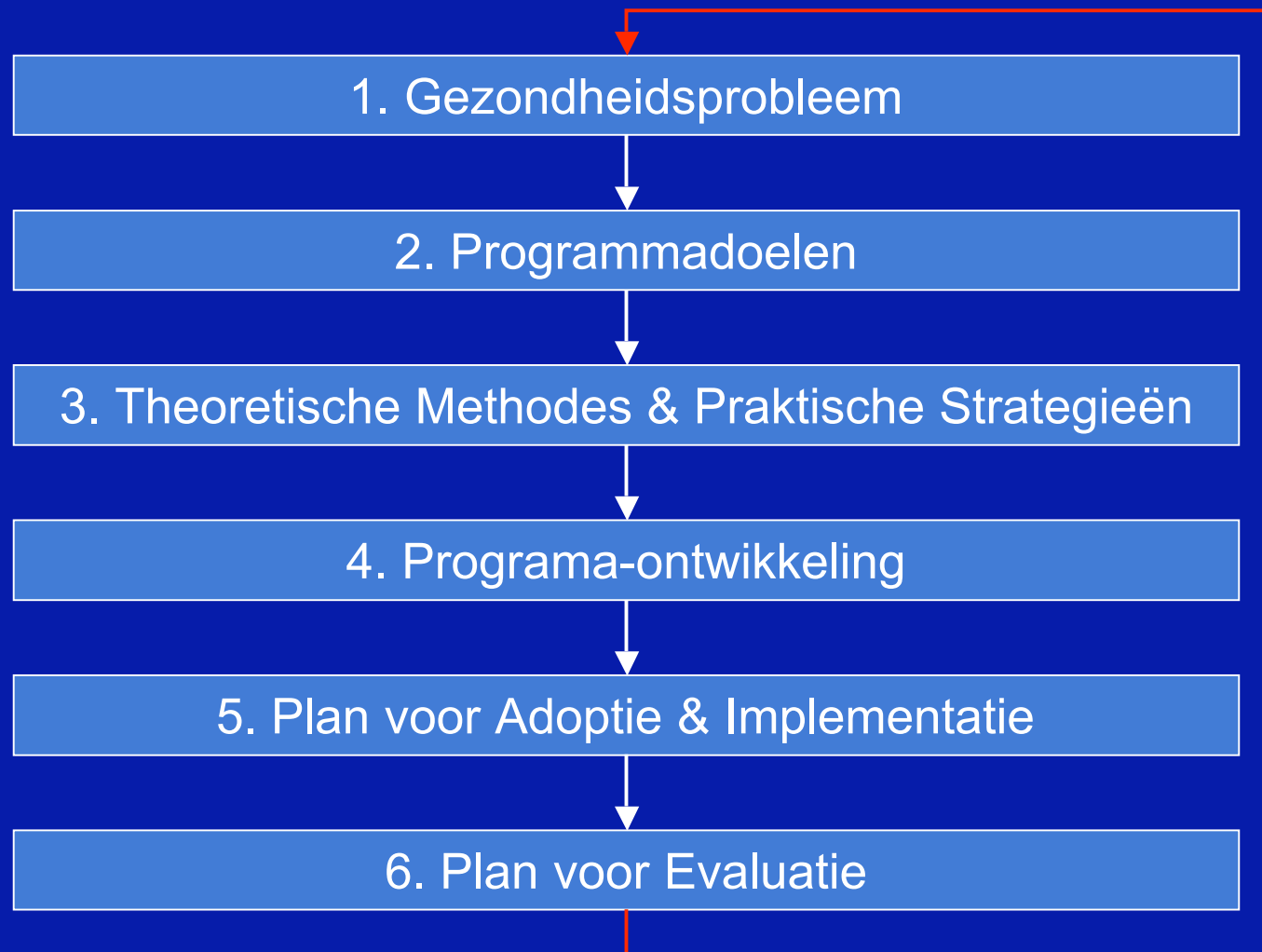
Interventie-ontwikkeling op basis van theorie en onderzoek



Proces

- Probleem, c.q. vraag
- Empirische gegevens: eerder onderzoek
- Theoretische inzichten
- Gegevens uit nieuw onderzoek
- Implementeren en evalueren

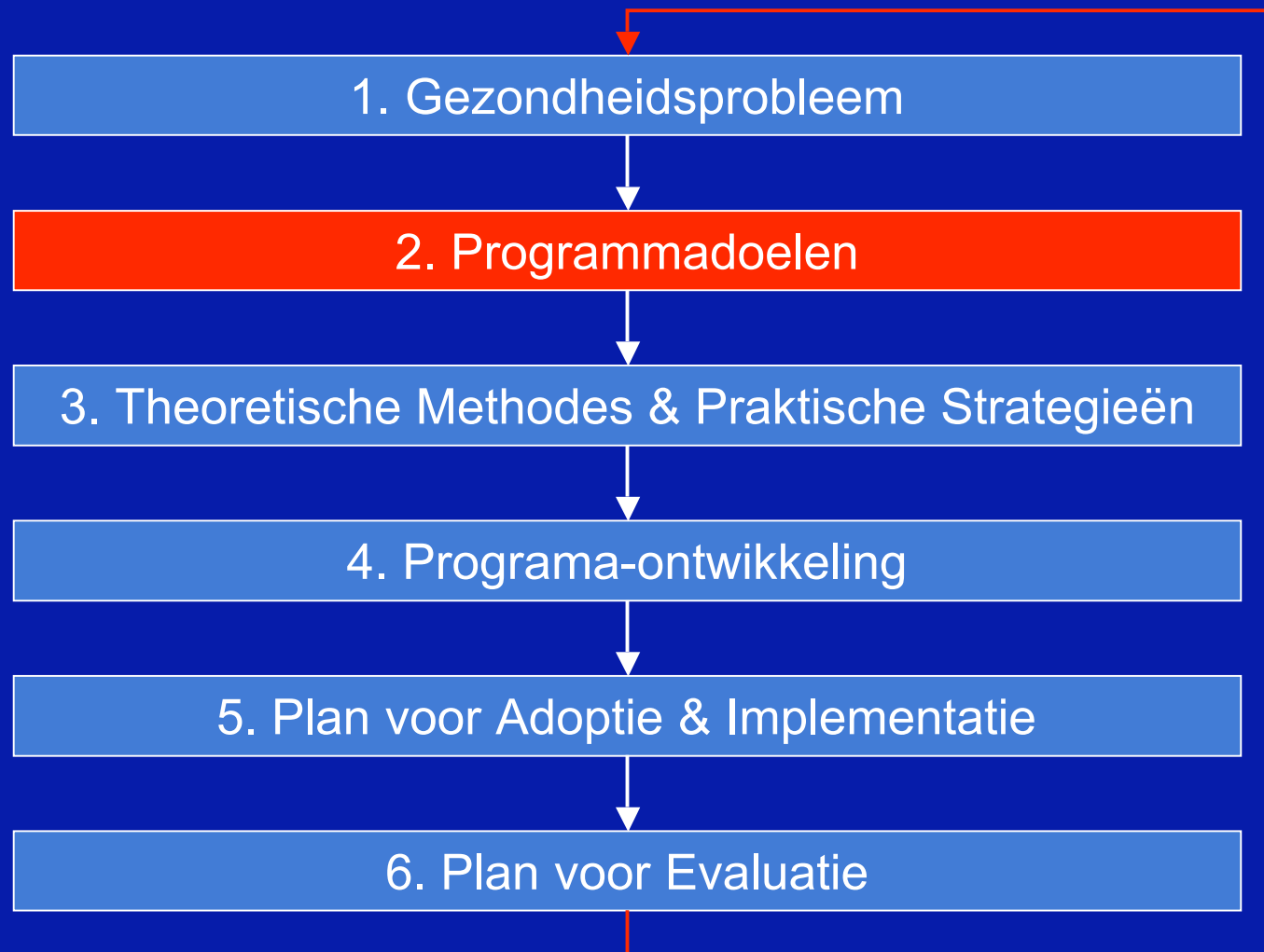




Gezondheidsprobleem

- Kwaliteit van Leven
- Gezondheidsprobleem
 - Diabetes
- Doelgroep
 - hoog-risicogroep (familie)
- Gedrag
 - vroege opsporing en behandeling
- Omgevingsfactoren
 - voorzieningen





Programmadoelen

- Doelgroep: **risicogroep?**
- Specifieke gedragsdoelen: **wat doen?**
- Redenen voor gedrag: **waarom?**
- ----- +

= Programmadoelen:

wat willen we precies veranderen?



Specifieke Gedragsdoelen

- Zelf-Regulatie: **bewegen**
- Doe ik het nu goed, zo nee,...
- Plannen maken: “**elke dag ga ik**”
- Plannen uitvoeren
- Doe ik het nu goed?..... ↻



Redenen voor gedrag

- Persoonlijke redenen:
 - Risico-inschatting: *hoe erg, ik?*
 - Afweging voor- en nadelen
 - Vaardigheden en zelfvertrouwen
 - Gewoonte*
 - ?
- Externe redenen:
 - Sociale invloed
 - Voorzieningen en beschikbaarheid
 - ?



Doelgroep

- Bevolking
- Hoog-risicogroep
- Familierisico
- Cultuur
- ?



Programmadoelen - voorbeeld

- Mensen met hoog risico op diabetes (P)
- zien de voordelen van een (D)
- vroege aanpak van diabetes (G)

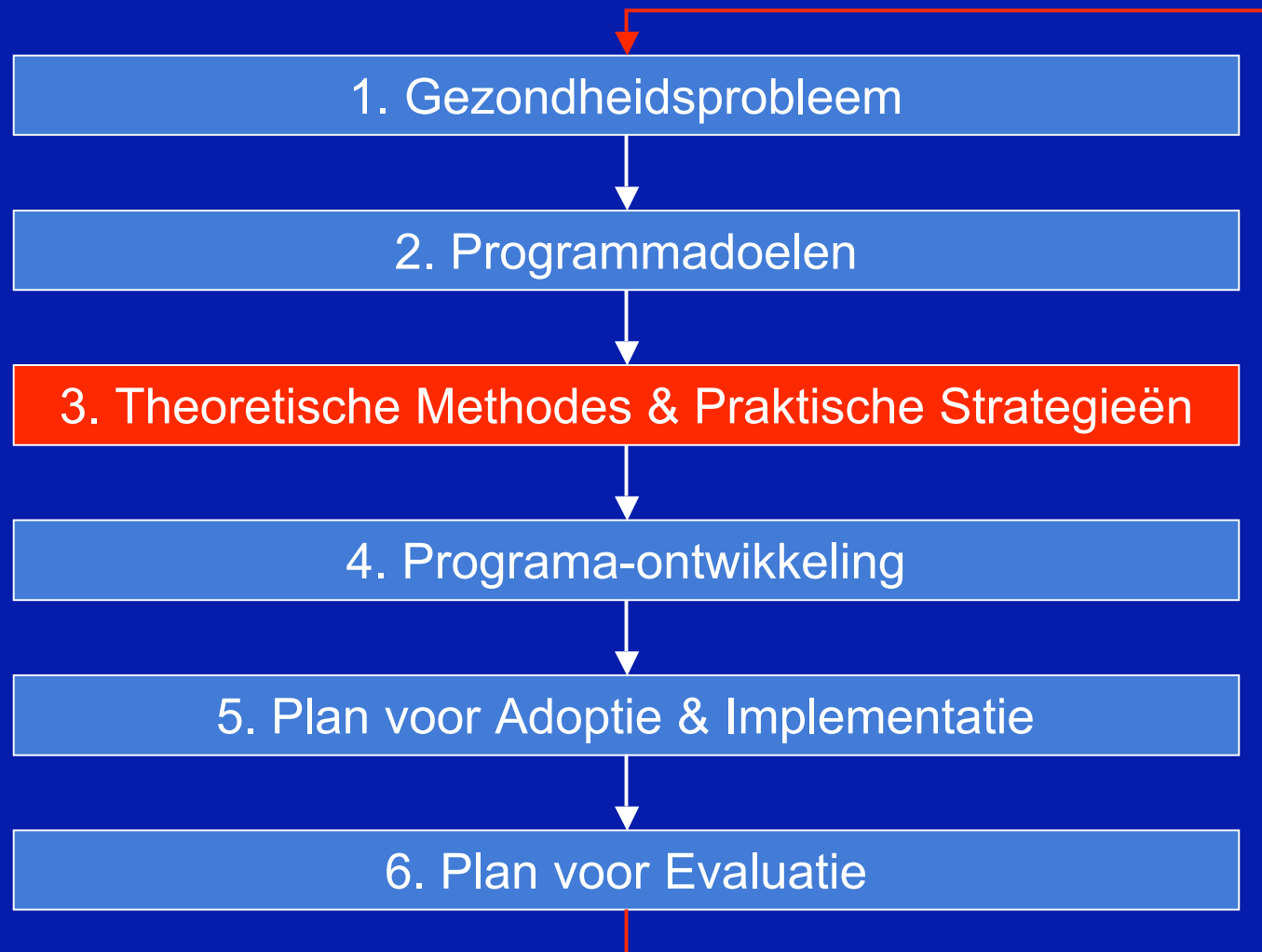


Cultuur

- Theorieën te Westers?
- Nee, correct toepassen:

Zorgvuldige kwalitatieve analyse
bijvoorbeeld: serie workshops





Methodes & Strategieën

Reden voor Gedrag	Veranderingsmethode
Risico-inschatting	Scenario-informatie
Voor- en nadelen	Rolmodel
Vaardigheden & zelfvertrouwen	Zelfmanagement-vaardigheden oefenen
Voorzieningen & beschikbaarheid	Externe beslisser: Technische assistentie



Randvoorwaarden

- Angstaanjagende voorlichting: *bang maken*
- Heel erg?
- Overkomt dit mij?
- Is er iets aan te doen?
- Kan ik dat wel?



Randvoorwaarden

- Angstaanjagende voorlichting: *bang maken*

- Heel erg? ja

- Overkomt dit mij? ja

- Is er iets aan te doen? ja

- Kan ik dat wel? ja

- ----- +

Positieve actie



Randvoorwaarden

- Angstaanjagende voorlichting: *bang maken*
- Heel erg? ja
- Overkomt dit mij? ja
- Is er iets aan te doen? ja
- Kan ik dat wel? nee
- ----- +

Negatieve actie



Randvoorwaarden

- Angstaanjagende voorlichting: *bang maken*

- Heel erg? ja: *tja*

- Overkomt dit mij? ja: *nou...*

- Is er iets aan te doen? ja: *hmm...*

- Kan ik dat wel? nee

- ----- +

Negatieve actie



Bang Maken?

Alleen als:

- *Er echt iets aan te doen is*

èn

- *mensen dat ook (gemakkelijk) kunnen*



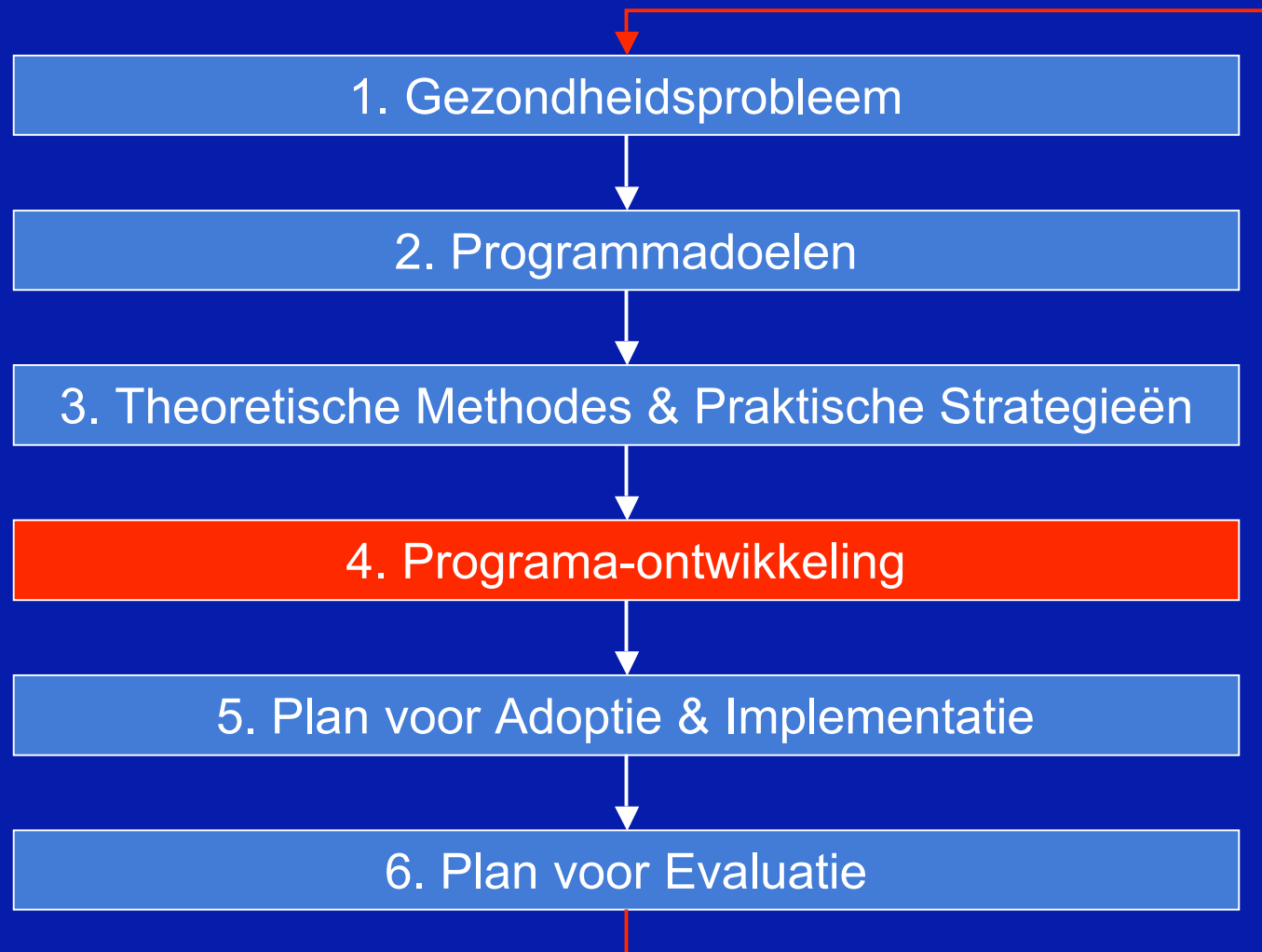
- Angst
&
• Cynisme

als ik
copd
krijg,
ga ik
toch gewoon
aan het
Zuurstof

www.astmafonds.nl

Astma
Fonds

**COPD is
levensgevaarlijk**



Programma-ontwikkeling

- Thema
- Materialen
- Samenwerken met andere professionals
- Samenwerken met de doelgroep
- Samenwerken voor implementatie
- Pilot testen



Heeft u 'm al gedaan?

De Diabetes Risicotest

45 jaar of ouder?

Meet dan of u een verhoogd risico loopt om diabetes te krijgen. Want u kunt veel doen om het risico te verkleinen. Haal de Diabetes risicotest met centimeter bij de apotheek. Of test uw risico op:

www.kijkopdiabetes.nl

Diabetes **risicotest**



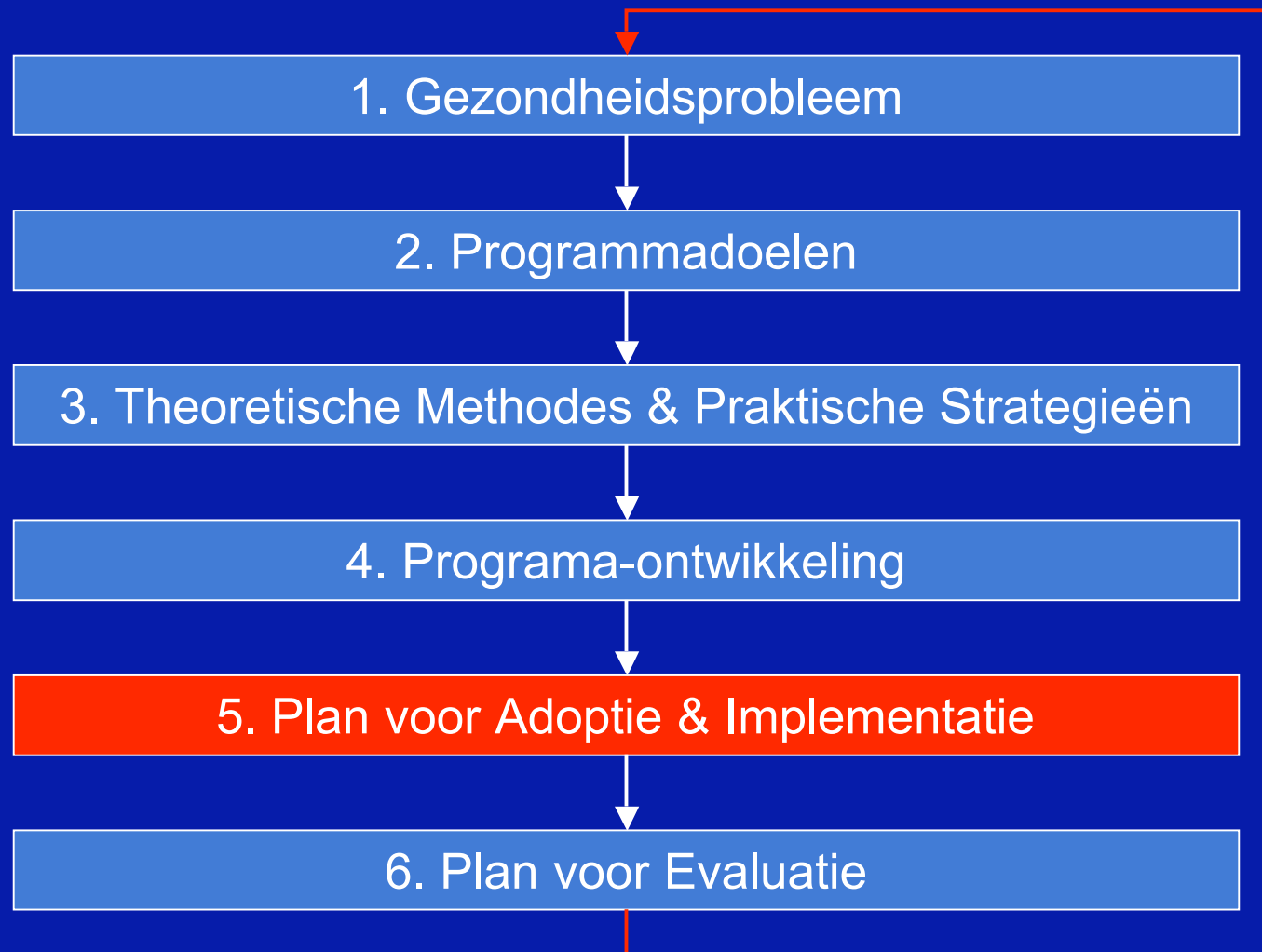
Bent u ouder dan 45 jaar?
Meet uw risico op diabetes in 7 vragen.



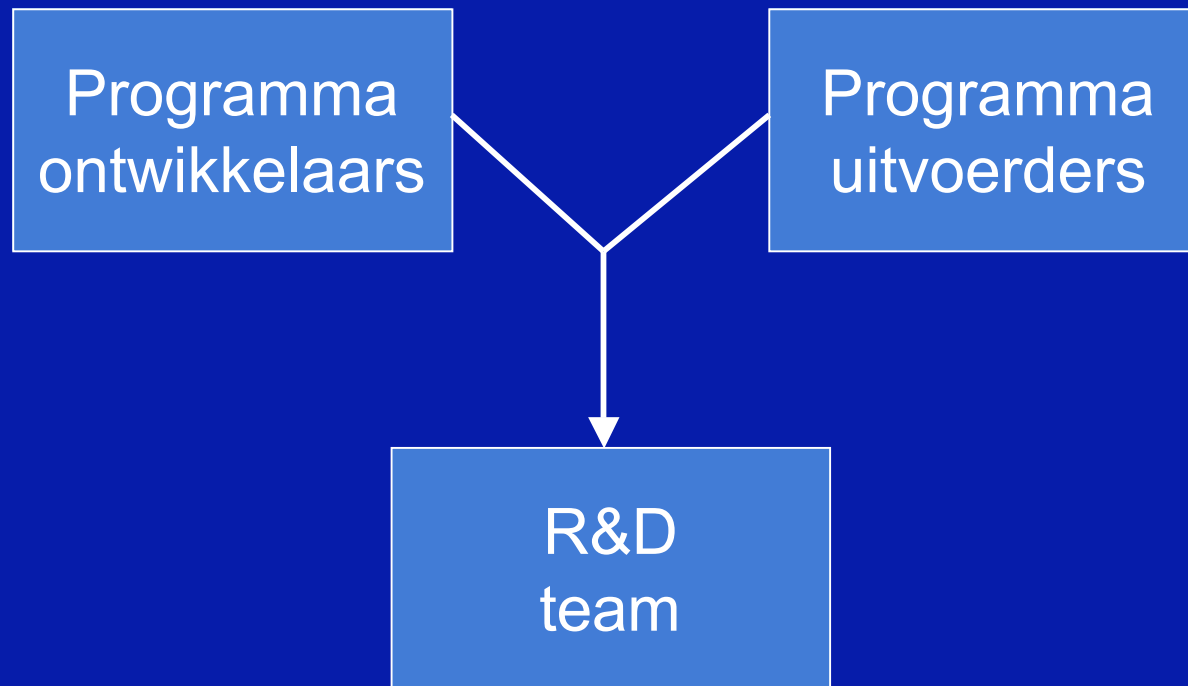
De campagne Kijk op Diabetes wordt gevoerd door de Nederlandse Diabetes Federatie (NDF), in samenwerking met het Nationaal Instituut voor Gezondheidsbevordering en Ziektepreventie (NIGZ), het Voedingscentrum, het Nederlands Instituut voor Sport en Beweging (NISB) en met subsidie van ZonMw.

www.kijkopdiabetes.nl





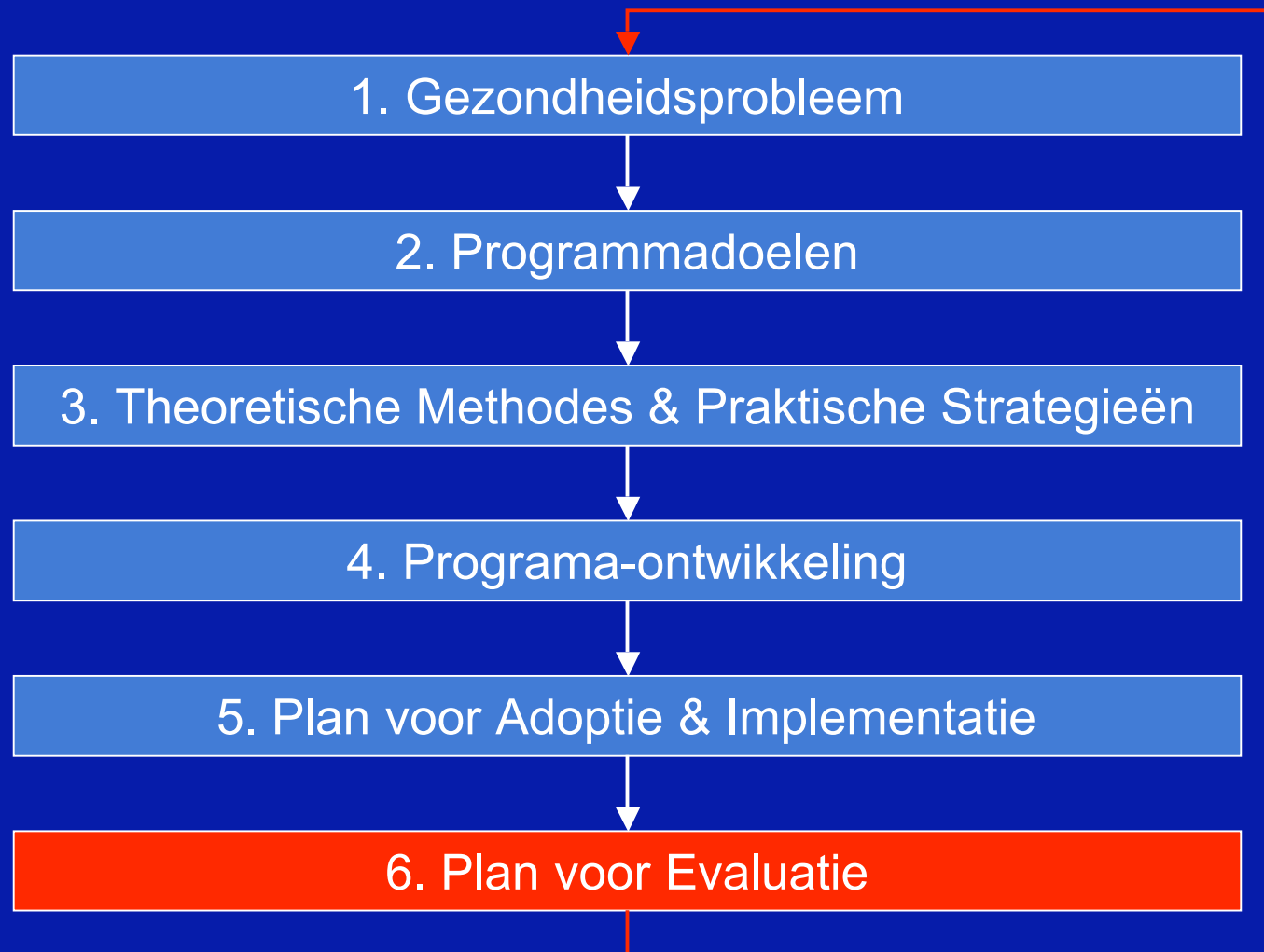
Implementatie: Samenwerken



Implementatie: Interventie

- Programma-uitvoerder: **verpleegkundige**
- Gedrag: **Motivational Interviewing**
- Determinanten: **vaardigheden (P), tijd (E)**
- Methodes & Strategieën
- Programma
- Implementatieplan
- Evaluatieplan





Interventiemap = Evaluatiemap

- Kwaliteit van Leven?
- Gezondheid?
- Gedrag en Omgeving?
- Redenen voor gedrag?

- Programma uitgevoerd zoals bedoeld?



Ontwikkeling van Interventies

- Er zijn geen simpele oplossingen
- Er zijn goede voorbeelden en er is veel kennis beschikbaar (theorie & onderzoek)
- Bang maken helpt (meestal) niet
- IM: theorie, onderzoek & ontwikkeling

