

# Congres 2008

Diabetes in de keten

RAI Amsterdam

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## Therapietrouw Samenspel tussen apotheker, zorgverlener en patiënt

Ilse Mesters, Gezondheidsvoorlichting (GVO)  
20 maart 2008

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## Vooruitblik

- Kennis maken met een systematische aanpak van de begeleiding van mensen met diabetes
- Waarin we onderscheiden:
  - Een voorbereidende fase
  - Een uitvoeringsfase
  - En een follow-up fase
- Inzicht in het patiëntenperspectief

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## Type 2 Diabetes ...

- ✓ Een progressieve aandoening
- ✓ Onbehandeld:
  - toename morbiditeit
  - vermindering kwaliteit van leven (complicaties)
  - voortijdige sterfte
- ✓ Behandeling: aanpassing leefwijze en farmacologische aanpak

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## Recente ontwikkelingen

- ✓ Vroege opsporing –prediabetes
- ✓ “Patiënt” voelt zich nog niet ziek
- ✓ “Patiënt” verwacht of wenst geen diagnose

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## En wat wij van ze vragen...

Levenslang volhouden van:

- Adequaat beweegniveau
- Dieet maatregelen
- Inname medicatie
- Bloedglucose monitoren
- Voet inspectie
- Regelmatige bezoek hulpverlener
- Etc.

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## Mogelijke reden voor afwezigheid van therapietrouw

- ✓ Ontbreken van systematische aanpak

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## Het geïntegreerd Health Counseling en Zelfmanagement Model

- ✓ Fase 1: Cliënten voorbereiden om Advies te accepteren en te volgen
- ✓ Fase 2: Uitvoeren van zelfmanagement door cliënten
- ✓ Fase 3: Nabehandeling

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## Fase 1 De Voorbereiding

Stappenoverzicht:

- ✓ Bewustzijn vergroten
- ✓ Wegen Voor- en Nadelen
- ✓ Besluitvormingsproces
- ✓ Keuze en specificeren van doelen
- ✓ Instructie

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## 1. Bewustzijn vergroten

Open staan: fasen van gedragsverandering:

- Precontemplatie
- Contemplatie
- Voorbereiding
- Actie
- Gedragsbehoud

- § Bewustzijn vergroten
- § Wegen Voor- en Nadelen
- § Besluitvormingsproces
- § Keuze en specificeren van doelen
- § Instructie

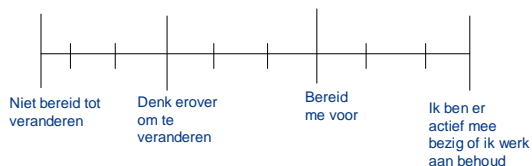


Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## De bereidheidsschaal



Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht



Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## 1. Bewustzijn vergroten

Precontemplatie:

- § Kennis (hoe)
- § risicoperceptie
- § onrealistisch optimisme



- § Bewustzijn vergroten
- § Wegen Voor- en Nadelen
- § Besluitvormingsproces
- § Keuze en specificeren van doelen
- § Instructie

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## 2. Wegen Voor- en Nadelen

- ✓ Patiëntenperspectief
  - ✓ Korte en lange termijn
  - ✓ Positief formuleren
  - ✓ Hulpmiddel: Voor-/Nadelen Matrix
- § Bewustzijn vergroten
  - § Wegen Voor- en Nadelen
  - § Besluitvormingsproces
  - § Keuze en specificeren van doelen
  - § Instructie

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## De voor-nadelen matrix

<b>Geen verandering</b>	<b>Verandering</b>
<b>kosten/nadelen</b> Welke bedenkingen heeft u bij het blijven zoals u bent	<b>voordelen</b> Welke voordelen ziet u aan verandering
<b>voordelen</b> Redenen om te blijven zoals u bent	<b>kosten/nadelen</b> Welke bedenkingen heeft u bij verandering
<b>Weerstand</b>	<b>Motivatie</b>

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

De 1 tot en met 10 schaal

Citaat interview:

I: \* Kunt aangeven hoe belangrijk meer bewegen voor u is.

U mag uw antwoord in een cijfer uitdrukken

1 is volstrekt onbelangrijk, 10 is heel belangrijk

R: tja ik zeg een 5 neer....

I: Waarom koos u geen lager cijfer?

R: Nou dat vind ik moeilijk..... Ja, ik vind het wel belangrijk, als je minder gaat doen... je wordt ouder en toch minder stabiel. Als je niets doet dat krijg je eerder ziektes en stagnering van onderdelen. Ik ben maar alleen dus ik moet voor mezelf kunnen blijven zorgen. etc. Daarom geef ik geen 0 maar een 5....

I: Waarom niet hoger dan 5?

R: Ik hou van basketbal, maar op vakantie heb ik een keertje weer meegedaan en toen lag ik na twee rondes op apegapen. Ik ben te fanatiek en dat is niet goed voor me. Ik kwam niet meer recht. Tja en je moet al zoveel dingen het is weer zo'n verplichting die op je afkomt. De motivatie ontbreekt me. Ik ben s'avonds te moe etc....

## 3. Besluitvormingsproces

- ✓ Willen/precontemplatie
  - ✓ Willen ≠ kunnen
  - ✓ Intentie doel
  - ✓ Eigen effectiviteit
  - ✓ Implementatie intentie
  - ✓ Fase voorbereiding
- § Bewustzijn vergroten
  - § Wegen Voor- en Nadelen
  - § Besluitvormingsproces
  - § Keuze en specificeren van doelen
  - § Instructie

BEGON DE DAG  
MET TIEN GOEDE  
VOORNEMENS

ZE ZIJN NU AL OP

Loeije

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## 4. Keuze en specificeren van doelen

- ✓ Goal setting Theorie
  - ✓ Specifiek, haalbaar tijdsinterval
  - ✓ Barrières
- § Bewustzijn vergroten
  - § Wegen Voor- en Nadelen
  - § Besluitvormingsproces
  - § Keuze en specificeren van doelen
  - § Instructie

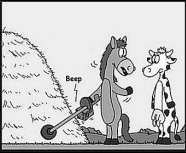
Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## 5. Instructie

- Kunnen
- Wat, wanneer, hoe, hoe lang, hoe veel



Je hebt gelijk:  
Er zit een  
speld in de  
hooimijt

- § Bewustzijn vergroten
- § Wegen Voor- en Nadelen
- § Besluitvormingsproces
- § Keuze en specificeren van doelen
- § **Instructie**

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

Citaat interview:

I: \* Kunt aangeven hoeveel vertrouwen u erin heeft om meer te gaan bewegen. U mag uw antwoord in een cijfer uitdrukken

1 is volstrekt geen vertrouwen, 10 is heel veel vertrouwen

R: *Ik scoor heel laag ..een 3*

I: Waarom koos u geen lager cijfer?

R: *poeh..als ik eenmaal start , dan ga ik door..als ik met anderen ben, dat zou stimuleren, dan krijg je er lol in...*

I: Waarom niet hoger dan 3?

R: *Ik heb het te druk. Ik werk onregelmatig dat kan ik niet veranderen. Ik wil s 'avonds voor de tv hangen. Je moet het ook weer helemaal opbouwen.....*

## Fase 2: Uitvoering van zelf-management door patiënten

Stappenoverzicht:

- ✓ Informatie verzamelen
- ✓ Informatieverwerking en evaluatie
- ✓ Beslissen
- ✓ Uitvoering
- ✓ Zelfbeoordeling

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## 1. Informatie verzamelen

- ✓ Zelfmonitoring,
- ✓ Tip: Doelgedrag, Documentatie
- ✓ Fase actie

- § **Informatie verzamelen**
- § Informatieverwerking en evaluatie
- § Beslissen
- § Uitvoering
- § Zelfbeoordeling

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht



Voedingsdagboek

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

## 2. Informatieverwerking en evaluatie

- ✓ Waarneming verandering
- ✓ Evaluatie
- ✓ Interpretatie
- ✓ Samenhang verandering- condities

- § Informatie verzamelen
- § **Informatieverwerking en evaluatie**
- § Beslissen
- § Uitvoering
- § Zelfbeoordeling

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

### 3. Beslissen



- § Informatie verzamelen
- § Informatieverwerking en evaluatie
- § **Beslissen**
- § Uitvoering
- § Zelfbeoordeling

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

### 4. Uitvoering

- Zelf-instructie
- Zelf doen
- Stap voor stap
- Strategieën

- § Informatie verzamelen
- § Informatieverwerking en evaluatie
- § Beslissen
- § **Uitvoering**
- § Zelfbeoordeling

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

### 5. Zelfbeoordeling

- Zijn verwachtingen uitgekomen?



- § Informatie verzamelen
- § Informatieverwerking en evaluatie
- § Beslissen
- § Uitvoering
- § **Zelfbeoordeling**

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

### Fase 3: Nabehandeling-Volhouden

- Zijn verwachtingen uitgekomen?
- Voorkomen terugval
- Fase gedragsbehoud



Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

### Tot slot:

- Model biedt houvast in het voorlichtings- en adviesgesprek

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht

SUMMER COURSES  
University Maastricht The Netherlands

June 23 – June 27, 2008  
Health Education and Health Promotion: Theory and Practice  
(C 104).

Goal: The goal of the course is to provide an overview of important relevant theoretical perspectives, taking a motivational approach to behavior changes as the starting point, and how to translate this into practice.

Course method: We will provide lectures, examples, and then will work in small groups to translate theory into practice.

Costs: € 900,- when registered before May 1<sup>st</sup>, otherwise € 1000,-

Course Leaders:

Ø Prof. Dr. Hein de Vries, Ph.D.  
Ø Dr. IJse Mesters, Ph.D.

More information:

- <http://www.researchschoolcare.nl/>  
- <http://www.personnel.unimaas.nl/hein.devries/>  
- [Email: p.vonschenckendorff@unimaas.nl](mailto:p.vonschenckendorff@unimaas.nl)  
- [Phone: +31 43 3882415](tel:+31433882415) (Patricia von Schenckendorff)

Faculty of Health, Medicine and Life Sciences



Universiteit Maastricht