



# Pulmo Actueel

Een tweemaandelijks uitgave van Academic Pharmaceutical Productions bv

jaargang 13 | nr. 1 | februari 2013

## Zelfmanagement en eHealth: toegepast bij astma en COPD

E.M.J. van Noort, directie Curavista, Geertruidenberg,  
T.H. Mennema-Vastenhout, longarts, Havenziekenhuis/  
Erasmus MC, Rotterdam, dr. B.P.A. Thoonen, huisarts, UMC  
St Radboud, Nijmegen, dr. J.C.C.M. in 't Veen, longarts, Sint  
Franciscus Gasthuis, Rotterdam

### Inleiding

De Zorgstandaard COPD beschrijft de norm voor goede COPD-zorg.<sup>1</sup> Onlangs is ook de Zorgstandaard Astma geaccrediteerd.<sup>2</sup> Centraal in beide standaarden staat het versterken van de rol van de patiënt. Doel hierbij is te komen tot een dusdanige coping en adaptatie aan de ziekte dat de patiënt zich uiteindelijk – ondanks zijn chronische beperking – niet ziek voelt.<sup>3,4</sup> Om dit doel te bereiken is het komen tot zelfmanagement onontbeerlijk. Dit kan niet slagen zonder gedragsverandering van de patiënt maar ook van de zorgverlener. Strategieën die zelfmanagement ondersteunen zijn belangrijke pijlers, waarbij praktische web-based hulpmiddelen deze veranderingen kunnen faciliteren.

Mijnastmaonline.nl en mijncopdonline.nl zijn zulke tools, die in de dagelijkse praktijk worden ingezet. Eind 2010 is het programma geïmplementeerd in het Havenziekenhuis, het Sint Franciscus Gasthuis en Huisartsenpraktijk Molenweg, gevolgd

door het Ikazia Ziekenhuis en het Maasstad Ziekenhuis. Daarnaast kunnen mensen zichzelf aanmelden voor deelname en de eigen zorgverlener uitnodigen mee te kijken.

### Zelfmanagement: het model

Het toepassen van zelfmanagement vereist een combinatie van vaardigheden, kennis en kunde, die uiteindelijk leidt tot een verbeterde uitkomst.<sup>5</sup> Figuur 1 laat zien hoe Thoonen het proces beschrijft.<sup>6</sup>

Door de kennis en vaardigheden consequent toe te passen ontstaat een positieve spiraal met herhaalde feedback:

- ervaringen en resultaten uit de praktijk geven input voor acties;
- de acties met een positief resultaat worden herhaald en leiden tot een gedragsverandering;
- het resultaat is dat kwaliteit van leven verbetert en complicaties verminderen.

### Zelfmanagement en eHealth

eHealth is een paraplu-begrip voor allerlei vormen van gedigitaliseerde 'zorg en gezondheid' (informatie en communicatietechnologie ten dienste van de gezondheidszorg).<sup>7</sup> Tele-

#### UITGEVER

Academic Pharmaceutical  
Productions bv  
Postbus 17230, 2502 CE Den Haag  
T 070-3060190 | F 070-3061449  
info@appnl.nl | www.appnl.nl

#### REDACTIERAAD

prof.dr. P.N.R. Dekhuijzen, Nijmegen/prof.dr. E.J.  
Duiverman, Groningen/dr. A.P.E. Sachs, Groningen/  
H.G. Sandelowsky, Eemnes

#### DOELGROEP

Longartsen + i.o., CAHAG-leden, verpleegkundig  
specialisten en longverpleegkundigen

Redactie en uitgever zijn niet aansprakelijk voor de inhoud van de onder auteursnaam opgenomen artikelen of van de advertenties. Uw gegevens zijn afkomstig van Cegedim (035-6955355).

© 2013 Academic Pharmaceutical Productions bv. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag openbaar worden gemaakt op welke wijze ook, zonder schriftelijke toestemming van de uitgever.

