



DOOR CHARLOTTE LEEMANS

Nieuwe ggz-appwijzer:

Belangrijke stap voor toegankelijker e-health van hoge kwaliteit

Deze zomer lanceerden de Nederlandse ggz en MIND de ggz-appwijzer. Een platform dat overzicht biedt in het oerwoud van apps bedoeld voor de geestelijke gezondheidszorg. De ggz-appwijzer is onderdeel van de regeling VIPP GGZ. Communicatieadviseur Charlotte Leemans ging in gesprek met Rimmert Brandsma van MIND, belangenbehartiger bij psychische problemen, en Matthijs Jantzen van zorginstelling GGz Centraal, over het belang van apps voor de ggz.

Digitale zorg, oftewel e-health, is een inhaalslag aan het maken in de ggz. Matthijs Jantzen, projectleider e-health en cliëntportaal bij GGz Centraal: "E-health is er in ons werkveld nu zo'n vijftien jaar. Het is een breed begrip en omvat onder andere online psycho-educatie en behandelmodules, beeldbellen, VR en apps. Onze deelname aan VIPP GGZ zorgde voor een brede implementatie van e-health. De coronacrisis bracht alles in een stroomversnelling."

De regeling VIPP GGZ bestaat uit drie modules: Patiënt & Informatie, Patiënt & Medicatie en eHealth. Eén van de doelen van de e-health-module is dat 10 procent van de patiëntpopulatie gebruik gaat maken van een e-health-toepassing.

Duizenden apps

In appstores vind je tienduizenden gezondheidsapps. Duizenden daarvan zijn gericht op mentale gezondheid. Van meditatie tot zelfmoordpreventie. Van stemmingsmeters tot ondersteuning bij paniekaanvallen. Rimmert Brandsma, projectmanager e-health bij MIND: "In de verschillende fasen om tot herstel te komen, kunnen apps een ondersteunende rol spelen. Bij de diagnose, behandeling en nazorg, maar ook eerder, wanneer iemand problemen ervaart en zoekt naar aanknopingspunten, maar nog niet naar de dokter wil gaan. Dan moet er echter wel meer inzicht zijn in de kwaliteit en functionaliteit van dergelijke apps."

Behandelaren en patiënten hebben door het

enorme aanbod geen overzicht. De website ggz-appwijzer moet het antwoord op die vraag uit het veld geven. Sinds deze zomer kunnen ggz-professionals hier inloggen om de beoordelingen van tientallen internationale apps te bekijken. Na de zomer wordt de ggz-appwijzer ook toegankelijk voor burgers. Gaandeweg worden er steeds meer apps in de bibliotheek opgenomen.

Deze apps zouden integraal toegevoegd kunnen worden aan het aanbod van e-health dat iemand kan krijgen via een Persoonlijke Gezondheidsomgeving (PGO) of het klantportaal van een ggz-instelling. Brandsma: "Je kunt je misschien zelfs voorstellen dat in de toekomst iemand nog niet doorverwezen wordt, maar

eerst een combinatie van een app en wearable krijgt voorgeschreven, waarmee iemand leert minder stress te ervaren."

Onderscheidende apps

Ook mindfulness-apps zijn er in overvloed. Deze kunnen heel waardevol zijn, stelt Brandsma. Maar onderscheidende apps die meer kunnen voor meer specifieke doelgroepen, daar is nog een tekort aan. "Gelukkig zijn er ontwikkelaars die deze gaten in de markt proberen te dichten. Een gezonde ontwikkeling is dat mensen die expertise hebben als behandelaar of cliënt, steeds meer betrokken worden bij de ontwikkeling van deze apps. Er zijn zelfs behandelaren en (ex-)cliënten die zelf apps ontwikkelen."

Psychiater Yvette Roke, collega van Matthijs Jantzen, zocht met bovenstaand idee contact met TNO. Samen maakten ze de app SAM (zie ICT&health 1, 2020). Yvette werkt bij het GGz Centraal expertisecentrum Emerhese, behandelcentrum voor mensen met autismespectrumstoornissen. Jantzen hierover: "Yvette merkte dat veel van haar autistische cliënten stress ervaren in hun dagelijkse leven. Tijdens de dagelijkse stress is er geen behandelaar in de buurt om te helpen. De app SAM biedt uitkomst. SAM geeft cliënten stressverlagende tips, die van tevoren zijn opgesteld door het behandelaar en de cliënt zelf. Komend jaar wordt SAM verder ontwikkeld, zodat de app voor een bredere doelgroep kan worden ingezet."

Aanbevelenswaardige apps

Voordat een app in de bibliotheek van de ggz-appwijzer terecht komt, wordt deze zo objectief mogelijk beoordeeld. Dit begint met een kritische beoordeling op meer dan 100 punten, waarmee scores ontstaan voor dataveiligheid, gebruiksvriendelijkheid en betrouwbaarheid. Hierbij wordt gebruik gemaakt van de expertise van Orcha, een organisatie gespecialiseerd in het beoordelen van gezondheidsapps. Daarnaast wordt de app twee weken lang in de praktijk getest door een mix van ervaringsdeskundigen en zorgverleners. Ook dit levert een score op. De scores worden samengevoegd in een totaalscore: de Mindex.

De Mindex geeft een indicatie hoe aanbevelenswaardig de app is. Bovendien worden de testver-

slagen van de app verzameld en gebundeld tot één recensie. Deze recensie geeft een goede indruk van wat je van de app kunt verwachten. Onderdeel van VIPP GGZ module over e-health is dat de instellingen drie apps moeten beoordelen. MIND organiseert deze reviews. Brandsma: "Inmiddels hebben 13 instellingen die deelnemen aan VIPP GGZ aan deze verplichting voldaan. Maar er zijn ook ggz-instellingen die zich vrijwillig aanbieden om te reviewen. Na de zomer start een nieuwe reeks van ggz-instellingen die apps gaan testen."

Omarmen van e-health

Voor de een is e-health makkelijker te omarmen dan voor de ander. Brandsma: "De terughoudendheid bij sommige mensen komt voort uit (nog) onvoldoende bekendheid met de mogelijkheden en (nog) onvoldoende vertrouwen in de voordelen. Mensen vinden het belangrijk dat de menselijke maat herkenbaar blijft. Dat geldt overigens ook voor de reguliere gezondheidszorg. Belangrijk voor mensen is dat ze een vrije keuze hebben en dat e-health ze niet wordt opgedrongen." Om e-health optimaal in te kunnen zetten, investeren ggz-instellingen in training van medewerkers en ophalen van ervaringen van medewerkers én cliënten.

Jantzen: "In co-creatie met onze e-health-leverancier Karify ontwikkelde ik een e-learning over online behandelen. Dit is een combinatie van knopentraining en uitleg over de meerwaarde van e-health voor zowel de cliënt als de behandelaar. Na deze basistraining hebben wij alle ambulante teams een training per team aangeboden. Daarin komt de praktische kant van blended care aan de orde. Met ruimte voor casuïstiek."

Minstens zo belangrijk is volgens Jantzen dat ook de medische administratie wordt getraind. Zij informeren nieuwe cliënten over het gebruik van hun e-health-platform en helpen met het installeren van de app en aanmaken van een account. Via de gebruikersvereniging van Karify is de e-learning ook beschikbaar gesteld aan negen andere ggz-instellingen. "We hoeven niet allemaal opnieuw het digitale wiel uit te vinden."

Coronacrisis: geen keus meer

De coronacrisis gaf behandelaren in de ggz in veel gevallen geen keus. Beeldbellen was vaak de enige

optie tot behandelen. Dat heeft de implementatie van e-health versneld, ziet Jantzen: "Ook behandelaren die geen ervaring hadden met beeldbellen moesten wel. De ervaringen waren gemiddeld genomen positief. Het bleek zelfs mogelijk om intakegesprekken online te doen. Dankzij de mogelijkheden van e-health konden we tijdens de lockdown professionele zorg blijven leveren."

Brandsma vindt het nog wel belangrijk om te benadrukken dat e-health een middel is om de kwaliteit van zorg en/of de kwaliteit van leven te verbeteren. "E-health is geen doel op zich. Het vormt een uitbreiding en verandering van het bestaande aanbod. Naarmate meer mensen voordelen ervaren, zal het meer gebruikt worden. Naarmate meer mensen het gebruiken, ontstaan er meer leermomenten en zal e-health meer volwassen kunnen worden."

Mensen die het leuk vinden om apps te testen, vanuit de rol van behandelaar of gebruiker, kunnen zich melden bij Rimmert Brandsma, via rimmert.brandsma@wijzijnmind.nl ■



CV

Rimmert Brandsma werkt als projectleider e-health bij MIND. Hij zoekt hierbij de verbinding tussen mensen en technologie en grijpt kansen om met e-health de kwaliteit van leven voor mensen te ondersteunen.

Matthijs Jantzen werkt bij GGz Centraal als projectleider e-health en cliëntportaal. Een portefeuille waarin ICT-technologie, online behandeling en communicatie samenkomen. Hij werkt graag aan het bedenken en implementeren van gebruiksvriendelijke online oplossingen ten behoeve van behandeling en herstel.

CV

Charlotte Leemans is freelance communicatieadviseur, eerder actief voor het Helen Dowling Instituut, een deelnemer aan de VIPP GGZ regeling. Het HDI doet al jaren onderzoek naar e-health-mogelijkheden in de ggz, in het bijzonder in de psycho-oncologie. Sinds december 2019 is Leemans onderdeel van het programma-team van VIPP GGZ.

VIPP GGZ

VIPP GGZ staat voor Versnellingsprogramma informatie-uitwisseling patiënt en professional geestelijke gezondheidszorg. VIPP GGZ is een van de VIPP-regelingen van het ministerie van VWS en ging in oktober 2018 van start. Het programmamanagement wordt uitgevoerd door De Nederlandse ggz (voorheen GGZ Nederland).

De regeling draagt bij aan het vergroten van de eigen regie van de patiënt over haar of zijn zorgproces, medicatieveiligheid, het verkorten van de wachttijden en het reduceren van administratieve lasten. Ook geeft het een impuls aan sector-overstijgende samenwerkingen. VIPP GGZ levert daarmee een grote bijdrage aan de outcome-doelen van het Informatieberaad Zorg.



Kijk voor meer informatie op www.vippggz.nl