

Niels Chavannes, LUMC en Robbert van Bokhoven, Pharos: 'E-health kan pas opschalen als iedereen het kan gebruiken'

Het LUMC heeft met het NeLL initiatief genomen om e-health toepassingen te toetsen op effectiviteit en betrouwbaarheid. Door samenwerking met Pharos wordt direct gekeken of die voor iedereen geschikt zijn, ofwel: kunnen ook lager opgeleiden en andere kwetsbare groepen er mee uit de voeten? Deze gebruikerstoets maakt dat patiënten en zorgverleners beter kunnen kiezen uit het enorme aanbod aan apps. De verwachting is dat e-health met het 'keurmerk' eHealth4All een veel groter bereik krijgt, vertellen Niels Chavannes (LUMC) en Robbert van Bokhoven (Pharos).



DOOR MARTIJN KREGTING

Het volgens Niels Chavannes - hoogleraar LUMC - en Robbert van Bokhoven - programmaleider eHealth4All bij Expertisecentrum Gezondheidsverschillen Pharos - tijd om e-health geschikt te maken voor elke Nederlander. Niet alleen omdat het een mogelijk antwoord is op de krapte op de arbeidsmarkt en stijgende zorgkosten. "Vooraf omdat e-health preventie en zorg letterlijk dichterbij brengt en laagdrempelig toegankelijk maakt," aldus Robbert van Bokhoven.

"E-health geeft mensen de mogelijkheid veel actiever te letten op een gezonde leefstijl en maakt zelfmanagement van chronische

aandoeningen makkelijker. Dat past goed binnen de beweging die we willen maken van nazorg naar voorzorg. Met de voorbereidingen voor het Preventieakkoord is er momentum en energie om door te pakken."

"Al in de voorbereiding op de oprichting van het National eHealth Living Lab (NeLL) was er contact met Pharos," vertelt Chavannes. "We willen dat het NeLL e-health toepassingen valideert, maar ook dat een zo groot mogelijke doelgroep en eigenlijk iedereen dergelijke toepassingen kan gebruiken. Nu is het zo dat laagopgeleiden de meeste gezondheidsproblemen hebben - chronische ziekten, multiproblematiek

- en tegelijk het minst profiteren van e-health toepassingen. De positieve impact van e-health toepassingen moet zo groot mogelijk zijn. Dat kan wanneer we juist voor deze groep mensen e-health toepassingen begrijpelijk en makkelijk te gebruiken maken."

Robbert van Bokhoven stelt dat Pharos blij is met het NeLL-initiatief. "Er zijn ontzettend veel e-health toepassingen maar het merendeel is niet geschikt voor bijvoorbeeld laaggeletterden. Het risico is dan groot dat de gezondheidsverschillen tussen hoger en lager opgeleiden verder toenemen. Dat mag niet gebeuren. We hebben elkaar gevonden in het verbreden van het doel van NeLL. Wat is betrouwbaar en wat niet, maar ook: wat is bruikbaar voor de grote groep mensen die lager opgeleid is of beperkt gezondheidsvaardig is. Door daarop te toetsen, kan het gebruik van e-health enorm opgeschaald worden."

Basis validatie e-health

Er is een aantal werkprincipes en uitgangspunten opgesteld dat als basis gaat dienen voor de validatie van e-health toepassingen (zie kader).

Een werkgroep van het NeLL gaat het traject van co-creatie met gebruikers uitwerken. Van Bokhoven: "Het gaat om het betrekken van het patiënt- of gebruikersperspectief bij het ontwerp en testen van e-health toepassingen. We nemen daarbij in principe iedereen mee, ongeacht opleidingsniveau, niveau van gezondheidsvaardigheden en beperkingen (motorisch, visueel, auditief). Die kennis is cruciaal: wat komen ervaringsdeskundigen tegen bij het gebruik van e-health, waar lopen zij tegen aan en wat zijn de wensen en behoeften."

De validatie moet zowel eindgebruikers als zorgverleners gaan helpen bij het maken van

verantwoorde keuzes uit het grote aanbod. Het is nu nog ondoenlijk door de bomen het bos te zien. De urgentie is groot gezien de groei van het aantal mensen met chronische aandoeningen. Denk aan recent nieuws



Robbert van Bokhoven, Programmaleider eHealth4All bij Pharos

dat één op de drie Zuid-Limburgers diabetes heeft of dat op termijn kan krijgen. Wanneer mensen hun COPD of diabetes met e-health die voor iedereen werkt, monitoren, kunnen er veel complicaties worden voorkomen. e-health is dan weer uitermate geschikt om informatie op de individuele gebruiker toe te snijden en maatwerk te bieden.

E-health inbedden in bestaande zorg

Chavannes onderstreept hier het belang van evidence based e-health die ingebed moet worden in de bestaande zorgprocessen, niet er als extra laag bovenop. Alleen dan kunnen artsen en verpleegkundigen het een goede plek geven in hun dagelijkse zorg. Ook dat is maatwerk en een belangrijk uitgangspunt waar het NeLL voor staat.

NELL IS MARKTPLAATS VOOR WETENSCHAPPERS, KENNISORGANISATIES EN BEDRIJVEN

De LUMC-hoogleraar wijst erop dat belangrijke veroorzakers van veel chronische ziekten, zoals roken en overgewicht, zich bovengemiddeld concentreren bij lager opgeleiden. Interventie met behulp van gepersonaliseerde eHealth toepassingen - mits eHealth4All-proof - kan hier dan ook bovengemiddeld helpen.

De StopAdvisor die mensen ondersteunt bij het stoppen met roken is een goed voorbeeld. Van Bokhoven geeft aan dat deze in het Verenigd Koninkrijk is ontwikkeld en daar effectief is gebleken juist bij lager opgeleiden. Reden voor Pharos om met het LUMC en het Trimbos Instituut aan de slag te gaan voor een Nederlandse versie. Uitgangspunten zijn co-creatie, blended care en persoonsgericht maatwerk. De app zal ook aandacht hebben voor dieperliggende oorzaken waarom mensen blijven roken, zoals stress door schulden of eenzaamheid.

Van Bokhoven: "Dus geen algemene blauwdruk, maar een e-health toepassing die

allerlei opties en adviesmogelijkheden biedt afhankelijk van de hulpvraag. Bij de een kan dat advies zijn over de beste manier om aan stressreductie te doen, bij de ander kan het praten met lotgenoten zijn."

Lokaal maatwerk nodig

Maatwerk is ook het uitgangspunt bij de implementatie van e-health toepassingen. Ook dat past bij deze samenwerking tussen Pharos en het LUMC binnen NeLL. Hoewel het NeLL landelijke e-health ambities koestert, vraagt implementatie om inpassing in de regionale en lokale context. Vraag en problematiek verschillen immers per regio, gemeente en zelfs per wijk. De sociaal-economische samenstelling en cultuur is in Amsterdam anders dan op het platteland van Groningen. Daar moet ook rekening mee gehouden worden bij het maken van lokale afspraken op e-health gebied.

Partners kunnen regionaal of lokaal in netwerkverband afspraken maken over het gebruik van e-health: hoe te stimuleren, hoe kunnen we mensen en juist ook lager opgeleiden ertoe verleiden, wat spreken we af over verwijzing naar follow-up in de eigen buurt en zijn er (financiële) barrières die we moeten slechten door toepassingen

bijvoorbeeld op te nemen in gemeentepolitissen?

Bij het eHealth4All-initiatief is het meenemen van de zorgverleners die dergelijke toepassingen begeleiden, cruciaal menen Chavannes en Van Bokhoven. Dat is extra belangrijk bij lager opgeleiden die vaak meer ondersteuning en begeleiding willen bij het zo goed mogelijk gebruiken van een dergelijke toepassing. "Dat nemen we dus ook mee bij de Nederlandse versie van de StopAdvisor," vertelt Van Bokhoven.

NeLL als marktplaats

Chavannes ziet het NeLL als een soort marktplaats waar wetenschappers, kennisorganisaties zoals Pharos en ook bedrijven samen kunnen werken - wat ook al gebeurt - om bestaande toepassingen te valideren. Dat kan vanaf de allereerste fase van co-creatie tot de allerlaatste fase van samen implementeren. Daarnaast zijn er allerlei disciplines bij de trajecten betrokken. Promovendi, psychologen, wetenschappers die op AI-gebied meewerken, studenten van hogescholen, tot meer traditionele onderzoekers die een



Niels Chavannes, hoogleraar LUMC



toepassing door willen ontwikkelen naar de eindgebruikers toe.

Verbreding noodzakelijk

Van Bokhoven vindt dat het noodzakelijk is om verder te komen dan losse projecten binnen het NeLL. We willen naar een programmatische aanpak om e-health standaard geschikt te maken voor gebruik door iedereen. Een mix van landelijke, regionale en lokale vormen van samenwerking, al naar gelang wat het beste werkt.

"De beweging wordt echt gemaakt, er worden met eHealth4All mooie stappen gezet. Eenvoudig in gebruik en passend in de lokale context. Die aanbevelingen komen ook terug in recente publicaties van de Raad voor Volksgezondheid en Samenleving." ■

EHealth4All-initiatief

Pharos streeft naar het wegnemen van drempels in de zorg voor laaggeletterden en mensen met beperkte digitale vaardigheden. Het wil met het EHealth4All-initiatief er voor zorgen dat alle Nederlanders e-health toepassingen kunnen gebruiken om hun gezondheid te behouden of te verbeteren. 1 miljoen mensen hebben namelijk moeite met het gebruik van computers en internet, 2,5 miljoen mensen hebben moeite met lezen en schrijven en 29 procent van de volwassen Nederlanders heeft beperkte gezondheidsvaardigheden. Het begrijpen, vinden en gebruiken van e-health-toepassingen is voor hen vaak een grote opgave. Veel e-health-toepassingen worden daardoor niet gebruikt. Terwijl juist deze mensen baat kunnen hebben bij het gebruik van ervan.

Pharos heeft met het eHealth4All-initiatief een basis gelegd dat uitgangspunten en een raamwerk biedt voor ontwikkeling en implementatie van eHealth toepassingen die voor iedereen geschikt zijn.

Uitgangspunten:

- co-creatie: ontwikkel vanaf de start samen met laagopgeleide gebruikersgroepen
- inclusief ontwerp: ontwerp dat geschikt is voor iedereen, ook mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden (checklist toegankelijke informatie)
- blended care: zorg altijd voor combinatie van online toepassing en face-to-face contact met de zorgverlener

'In 4 stappen naar eHealth4All': waar zet Pharos samen met partners op in?

1. eHealth is begrijpelijk voor iedereen
2. eHealth is gemakkelijk te vinden en te gebruiken
3. Professionals kunnen patiënten/cliënten coachen bij gebruik
4. Lokale spelers in preventie en zorg maken afspraken over de inzet van eHealth