Effectiviteit van begeleide en niet-begeleide online alcoholhulp: een real-life studie.

Haio: VANGRUNDERBEEK Ans , KUL
Promotor: AERTGEERTS Bert , KUL
Praktijkopleider: Abts Hilde , COUCKUYT Hans , DECAMPS Sofie , VAN EENOO Peter , VAN HUL Idalia , VAN TONGELEN Sofie

Context: Online interventies verkleinen de kloof tussen het aantal mensen met overmatig alcoholgebruik en mensen die daadwerkelijk hulp krijgen.

Onderzoeksvraag: Deze studie onderzocht de effectiviteit van het online platform alcoholhulp.be en de succesbepalende factoren.

Methode: Dit is een retrospectieve open cohortstudie ter evaluatie van de begeleide en niet-begeleide alcoholhulp op het real-life online platform www.alcoholhulp.be. De interventie bestond uit een programma van 12 weken gebaseerd op cognitieve gedragstherapie, motivationele gespreksvoering en Acceptance en Commitment therapie. De begeleide hulp groep kreeg toegang tot wekelijkse chat sessies van ongeveer 1 uur. De deelnemers werden geïncludeerd wanneer ze ouder waren dan 18 jaar, het alcoholdagboek gedurende tenminste 2 weken invulden en voor de begeleide groep ook minimum 2 chat sessies volgden. De uitkomstmaten waren alcoholverbruik op 6 en 12 weken en behandelrespons gedefinieerd als het behalen van de richtlijn rond alcoholverbruik van minder dan 10 of 20 standaard eenheden per week. Bijkomende analyse werd verricht naar de succesbepalende factoren. De invloed van ontbrekende data werd onderzocht door het vergelijken van 2 verschillende scenario's: "complete case" (CC) en "back to baseline" (BL) scenario.

Resultaten: Op basis van de inclusiecriteria werden 460 deelnemers weerhouden uit de begeleide groep en 968 deelnemers uit de niet-begeleide groep. Het gemiddelde alcoholverbruik in beide groepen was 40 standaard eenheden (SU) per week. Het alcoholverbruik daalde met 31 SU (Cohen's d 1.17, $p < 0.001$) na 12 weken in de begeleide groep en met 23 SU (Cohen's d 0.83, $p < 0.001$) in de niet-begeleide groep. In de begeleide groep behaalde 88% en in de niet-begeleide groep 73% een alcoholverbruik van minder dan 20 SU per week. De resultaten in de begeleide groep waren significant beter dan deze van de niet-begeleide groep ($p < 0.005$). De persoonlijke doelstelling om te stoppen met drinken, de afwezigheid van drugsgebruik, een lager alcoholverbruik bij aanvang en een hoger aantal uitgevoerde opdrachten voorspelden een hogere kans op behandelrespons. Op 6 weken was er 26% uitval in de begeleide groep en 63% in de niet-begeleide groep en dit liep op tot 59% respectievelijk 82% na 12 weken.

Conclusie: Conclusie: Online interventies, zowel begeleid als niet begeleid, zijn effectief in het verminderen van alcoholgebruik en het behalen van de richtlijn bij deelnemers die gemotiveerd zijn om het platform regelmatig te gebruiken en met betere resultaten in de begeleide groep.