Digital health literacy: (Hoe) gebruiken patiënten hun smartphone/smartwatch voor gezondheidsdoeleinden?

Haio: Uytterschaut Hanne , U.G.
Promotor: Heytens Stefan , U.G.
Praktijkopleider: Cremers Evelien , DESMET Peter , SOBOLEVA Ekaterina , TRAEN Stephanie

Context: De toenemende digitalisering laat zich ook voelen op gezondheidsgebied. Er komen steeds meer digitale mogelijkheden om de eigen gezondheid op te volgen, te meten of hier informatie over te vergaren. Dit brengt de nodige uitdagingen met zich mee, met name betrouwbaarheid, digitale ongelijkheid, veranderende arts-patiëntrelatie. Om deze uitdaging aan te pakken, is het in eerste instantie van belang een goed beeld te hebben over het huidige gebruik van smartphone en/of - watch voor gezondheidsdoeleinden.

Onderzoeksvraag: Met dit onderzoek trachten we in beeld te brengen voor welke gezondheidsdoeleinden de patiënten in Vlaamse huisartsenpraktijken zijn smartphone en/of -watch gebruikt. Welke applicaties gebruiken ze, welke parameters houden ze bij, zoeken ze gezondheidsinformatie of resultaten op?

Methode: Dit onderzoek is een combinatie van kwantitatief en kwalitatief onderzoek. Er werden vragenlijsten afgenomen bij patiënten in zes verschillende huisartsenpraktijken. Bij patiënten die hiertoe bereid waren, werd nadien ook een interview afgenomen. De interviews werden dan onderworpen aan een thematische analyse via de QUAGOL-methode.

Resultaten: Van de 379 deelnemers aan de vragenlijsten, waren er 378 in het bezit van een smartphone en 178 van een smartwatch. In het algemeen gebruiken deze deelnemers hun smartphone en/of -watch soms tot vaak voor volgende doeleinden: online afspraken plannen, gezondheidsafspraken bijhouden in de agenda, resultaten raadplegen, parameters bijhouden en fysieke activiteit bijhouden. De grootste verschillen zagen we tussen deelnemers met een diploma lager onderwijs en deelnemers met een hogere opleidingsgraad, waarbij een hogere opleiding gepaard ging met meer gebruik van alle hierboven genoemde categorieën. De zeven geïnterviewde deelnemers haalden samen zestien apps aan die ze gebruikten. De meeste deelnemers zoeken regelmatig gezondheidsinformatie op, waarbij het voor velen moeilijk is betrouwbare bronnen te vinden of de betrouwbaarheid van bronnen te beoordelen. Tevens wordt aangehaald dat je vaak de meest ernstige diagnoses terugvindt op het internet. Al onze deelnemers hadden al eens online resultaten geraadpleegd. De voordelen hiervan vonden ze op de hoogte zijn en de mogelijkheid tot het vergelijken van resultaten. De nadelen die aangehaald werden, zijn ongerustheid na het lezen van resultaten en niet steeds alles goed kunnen begrijpen. Zes van de zeven deelnemers houden parameters bij, volgende werden door hun aangehaald: aantal stappen, dagelijkse fysieke activiteit, slaappatroon, hartslag, calorieën, bio-leeftijd, metabolisme, BMI, gewicht, aantal glazen water, aantal trainingen, bloeddruk, zuurstofsaturatie en menstruatiecyclus. Dit deden ze voornamelijk uit interesse, om te kunnen vergelijken, om doelen te behalen of ter geruststelling.

Conclusie: We zien dat reeds veel van onze deelnemers de smartphone en/of -watch gebruiken voor gezondheidsdoeleinden. We moeten echter wel bedacht zijn op de digitale kloof en proberen deze zo klein mogelijk te houden. De beste manier om dit te doen, zal verder onderzoek nog moeten uitwijzen. Er zal nog verder onderzoek nodig zijn om de positieve correlatie tussen het gebruik van deze technologieën en betere gezondheidsuitkomsten te bewijzen. Hiernaast blijft de betrouwbaarheid van informatie en van metingen met sensoren een belangrijk aandachtspunt.