?Ontwikkelen en toetsen van een interactieve en patiëntgerichte internetmodule als ondersteuningsmiddel voor het afbouwen van chronisch benzodiazepinegebruik; een kwaliteitsverbeterend project.?

Haio: HELSEN Caroline , KUL
Promotor: VAN NULAND Marc , KUL
Praktijkopleider:

Context: Chronisch benzodiazepinegebruik is een probleem met een alarmerende incidentie. Zowel de arts als patiënt delen hierin de verantwoordelijkheid. De arts zou over te weinig tijd en kennis beschikken om de patiënt te kunnen begeleiden in de afbouw, terwijl de patiënt onvoldoende ?sceptisch? zou staan tegenover zijn chronisch slaapmiddelengebruik. Om de hiaten bij beide partijen op te vullen, ontwikkelden we een internetmodule die gecombineerd werd met persoonlijke artsencontacten om de patiënt extra te ondersteunen. De focus van de studie ligt op kwaliteitsverbetering binnen de huisartsenpraktijk en werd als dusdanig ge?mplementeerd.

Onderzoeksvraag: 1) Wat zijn de medicamenteuze behandelingsmogelijkheden voor primaire insomnia? 2) Biedt het stoppen met benzodiazepines voordelen voor de patiënt aangaande zijn of haar gezondheid? 3) Welke recente evidentie bestaat er omtrent e-learning bij insomnia? 4) Wat zijn de ervaringen van patiënten die een poging tot stoppen met benzodiazepines ondernemen, gebruik makend van e-learning in combinatie met persoonlijke begeleiding?

Methode: Voor de eerste drie onderzoeksvragen werd een literatuuronderzoek uitgevoerd. Op basis van dit onderzoek en de thesis van O. Vandeput en M. Van Belle werd in functie van de laatste onderzoeksvraag een internetmodule ontwikkeld. Het project werd in beide praktijken ge?mplementeerd, maar de uitnodiging tot deelname was verschillend. De mogelijke kandidaten uit ?Praktijk A? werden op een meer informele manier (tijdens consult, via affiche of praktijkwebsite) benaderd, terwijl de patiënten uit ?Praktijk B?, na een audit adhv het EMD in de opleidingspraktijk door de onderzoeker, een gepersonaliseerde stopbrief toegestuurd kregen. Het subjectieve effect en de perceptie van de aangeboden internetmodule met persoonlijke artsencontacten werd beoordeeld door middel van een enqu?te. (onderzoeksvraag 4)

Resultaten: In totaal hebben 28 patiënten onze studie doorlopen. Door deelname voelden ze zich beter ge?nformeerd zodat hun houding aangaande chronisch benzodiazepinegebruik veranderde. Deze bewustwording deed hun motivatie om te stoppen en hun vertrouwen in het welslagen ervan toenemen. Het merendeel is overtuigd van de meerwaarde van de internetmodule en zien deze als een belangrijke tool in de afbouw van hun slaapmedicatie. Bij het afsluiten van de studie hadden alle deelnemende patiënten hun gebruik geminderd.

Conclusie: De resultaten van de enqu?te en de subjectieve ervaringen van de deelnemende patiënten lijken bemoedigend. Dit praktijkverbeterend project kan een bruikbare tool zijn om de patiënt van zijn chronisch benzodiazepinegebruik af te helpen en om zijn arts hierin bij te staan.