Hoe ervaren patiënten met depressie in de huisartsenpraktijk de iFightDepression zelfhulptool?

Haio: BRAET Eva , U.G.
Promotor: VAN AUDENHOVE Chantal
Praktijkopleider: WILLEMS Jozef

Context: Depressie is een veelvoorkomend probleem met een grote ziektelast en maatschappelijke impact. De huisarts is voor veel patiënten een eerste aanspreekpunt en door getrapte zorg binnen de geestelijke gezondheidszorg zal dit nog toenemen. Online hulpverlening kan de behandeling ondersteunen. Het is onder andere laagdrempelig, kosteneffectief, tijdbesparend en anoniem. Ook de Vlaamse Overheid wil dit verder uitbreiden. Online zelfmanagement tools bleken uit onderzoek effectief. Naast de effectiviteit is het ook belangrijk om te weten hoe patiënten deze therapie ervaren.

Onderzoeksvraag: In deze masterthesis wordt bekeken hoe patiënten met een lichte tot matige depressie open staan voor de zelfmanagement tool iFightDepression en hoe tevreden ze erover zijn na gebruik. Op basis van deze feedback kan de tool verder worden geoptimaliseerd.

Methode: Twaalf huisartsen en twee psychologen kregen een informatiesessie over de iFightDepression tool en includeerden patiënten met een lichte tot matige depressie. Een informed consent werd ondertekend. De patiënten doorliepen de tool op zelfstandige wijze. Na 1 maand werden ze telefonisch gecontacteerd over hun gebruik van de tool. Na 3 maanden vulden ze een vragenlijst in over hun ervaringen met de tool en werd deze met de onderzoeker overlopen. Het onderzoeksvoorstel werd goedgekeurd door het ethisch comit? van de KU Leuven.

Resultaten: Acht patiënten namen deel aan het onderzoek. Hiervan vervolledigden twee patiënten de tool. Redenen om te stoppen waren velerlei. Twee patiënten hadden weinig voeling met het internet, ??n patiënt vond de tool niet gebruiksvriendelijk, ??n patiënt had eerder face-to-face therapie nodig en drie patiënten vonden de opdrachten te lastig. Ondanks dat slechts twee patiënten het een voordeel vonden om de tool te gebruiken, zouden vijf patiënten de tool in de toekomst gebruiken en hem aanraden aan een vriend in nood. Zes patiënten konden dankzij de tool effectiever omgaan met hun problemen. Verschillende voor- en nadelen kwamen aan bod. Specifiek voor deze tool vonden twee patiënten dat er goede informatie werd gegeven, twee patiënten vonden de voorbeelden realistisch en twee patiënten vonden het een voordeel om de opdrachten met een hulpverlener te bespreken. Nadelen waren een slechte lay-out en technische problemen. Er werden verschillende suggesties gegeven ter verbetering van de tool.

Conclusie: De patiënten in deze studie die de iFightDepression tool gebruikten, hadden een mix van positieve en negatieve gevoelens ten opzichte van de tool. Ze gaven verschillende suggesties die in toekomstig onderzoek verder bestudeerd kunnen worden.