

Het Roessingh adelante Rijndam revalidatiecentrum Erasmus MC ZonMw fonds NutsOhra

Zelfmanagement gericht op een actieve levensstijl bij personen met een chronische dwarslaesie

Hedwig Kooijmans, MSc
 Prof. Dr. H.J. Stam
 Dr. J.BJ. Bussmann
 Dr. M.W.M. Post
 Drs. D.C.M. Spijkerman
 C.G.P. Broeksteeg

De Hoogstraat ZonMw fonds NutsOhra

Rijndam revalidatiecentrum Erasmus MC ZonMw fonds NutsOhra

Definitie zelfmanagement (ZM)

Vermogen omgaan chronische aandoening:

- Behandeling
- Lichamelijk consequenties
- Symptomen
- Sociale consequenties

Effectief wanneer men zelf:

- Gezondheidstoestand monitoren
- Cognitieve en gedragsmatige reacties vertonen

↓

Bevredigende kwaliteit van leven

ZonMw fonds NutsOhra De Hoogstraat Het Roessingh adelante

Rijndam revalidatiecentrum Erasmus MC ZonMw fonds NutsOhra

Evidentie ZM interventies

- Preventie gezondheidsproblemen
- Bevorderen van gezondheid
- Gedragsverandering

In deze studie → veranderen beweeggedrag

Processen gedragsverandering → Theoretische modellen

ZonMw fonds NutsOhra De Hoogstraat Het Roessingh adelante

Rijndam revalidatiecentrum Erasmus MC ZonMw fonds NutsOhra

Theory of Planned Behavior (Ajzen, 1991)

```

  graph LR
    BA[Behavioral Attitude] --> I[Intention]
    SN[Subjective norm] --> I
    PBC[Perceived behavior Control (self-efficacy)] --> I
    I --> B[Behavior]
  
```

ZonMw fonds NutsOhra De Hoogstraat Het Roessingh adelante

Rijndam revalidatiecentrum Erasmus MC ZonMw fonds NutsOhra

Transtheoretisch Model (prochaska, DiClemente 1983)

Stage of behavior change:

- Decisional balance (pro's/ con's gedrag)
- Cognitieve processen
- Self-efficacy
- Gedragsmatige processen

ZonMw fonds NutsOhra De Hoogstraat Het Roessingh adelante

Rijndam revalidatiecentrum Erasmus MC ZonMw fonds NutsOhra

Theory of Planned behavior & Transtheoretical Model

Interventie

- Bewustmaken Informatie, Kennis, Educatie → Behavioral attitude (Decisional balance)
- Sociale support, Peer support, Groep support → Subjective Norms (Cognitieve processen)
- Problem Solving treatment, Goal setting, Proactive coping treatment, Skills straining, Rol modelling, Monitoren gedrag → Perceived behavior control (Self-efficacy, Cognitieve processen)

Behavioral processes

Stage of behavior

- Intention
- Pre-contemplation
- Contemplation
- Preparation
- Behavior
- Action
- Maintenance

ZonMw fonds NutsOhra De Hoogstraat Het Roessingh adelante

Algemene vraagstelling

Wat zijn de effecten van een gestructureerde ZM interventie op:

- Actieve levensstijl
- Zelfmanagement vaardigheden

Design

- Multi Centre RCT
- Rijndam, De Hoogstraat, Het Roessingh, Adelante
- N=2*40



Deelnemers (N=80)

- **Inclusie criteria:**
 - Dwarslaesie
 - TSI > 10 jaar
 - Leeftijd: 28-65 jaar
 - Fysiek inactief
 - Rolstoel afhankelijk

Interventie/ controle groep

Interventie (N=40)

- In ontwikkeling
- 16 weken
 - Wekelijks < 8 weken
 - Om de week > 8
- ZM vaardigheden → actieve levensstijl:
- Educatie
- Groep/ individuele sessies
- Coachende rol behandelaar

Controle groep: (N=40)

- Geen interventie
- Informatie voorziening

Primaire uitkomstmaten

- **Dagelijkse fysieke activiteit**
 - Rolstoel activiteit (Accelerometers, dagboek, VitaMove)
 - Actieve levensstijl (PASIPD)
 - Fase van gedrag verandering (beweeggedrag)
- **Zelfmanagementvaardigheden**
 - Probleemoplossend vermogen (SCI-ESES)
 - Proactieve coping (UPCC)
 - Beweging self-efficacy (SCI-ESES)

Secundaire uitkomstmaten

- **Secundaire gezondheidsklachten**
- **Fysieke fitheid**
 - Aerobische capaciteit
- **Participatie /Kwaliteit van leven**
 - Functionele gezondheidstoestand, stemming, vermoeidheid, tevredenheid leven, kwaliteit van leven and participatie

Vragen/Discussie



search ID: k1am6

© Original Artist
Reproduction rights obtainable from
www.CartoonStock.com