


Erasmus MC
Universitair Medisch Centrum Rotterdam

Rijndam revalidatiecentrum

HABITS
Healthy Active Behavioural Intervention SCI

Hedwig Kooijmans, MsC
Dr. J.B.J. Bussmann
Dr. M.W.M Post
Prof. dr. H.J. Stam



Inhoud presentatie

- Korte beschrijving onderzoek
- Voortgang onderzoek
- Eerste ervaringen HABITS
- Extra projecten:
 - Niet-participanten onderzoek










Doel

Effect 16 weken durende **zelfmanagement** interventie op **fysieke activiteit** en **zelfmanagementvaardigheden**, bij mensen die al meer dan 10 jaar een **dwarslaesie** hebben.



Wat is zelfmanagement?

Vermogen om te gaan met chronische aandoening

Behandeling Lichamelijke gevolgen Symptomen Sociale gevolgen

Voordeel zelfmanagementcursus

- Preventie gezondheidsproblemen en risico's
- Bevorderen van gezondheid
- Vergroot
 - zelfvertrouwen om meer te bewegen
 - probleemoplossend vermogen
 - proactieve coping
- Gedragsverandering
 - Meer bewegen in het dagelijkse leven & verbeteren gezonde leefstijl



Theorieën zelfmanagement

- Transtheoretisch model
- Theory of planned behaviour (ASE model)
- Sociaal cognitieve theorie

HABITS

Doel: Motiveren om meer te gaan bewegen in het dagelijkse leven & verbeteren actieve en gezonde leefstijl

16 weken

5 Groepsbijeenkomsten

- Interactief (discussies, vaardigheidstraining, multimedia)
- Verschillende thema's → bewegen en gezondheid
- Sociale support

5 Telfonische bijeenkomsten

- Extra ondersteuning bij beweeg- of gezondheidsdoelen

Persoonlijke coach

- Leidt de bijeenkomsten
- Support
- Motivational Interviewing






Primaire & secundaire uitkomstmaten

Fysieke activiteit

- Rolstoel rijden (activiteitenmonitor ActiGraph)
- Actieve leefstijl (PASIPD)
- Fase van gedrag verandering (beweeggedrag)

Zelfmanagementvaardigheden

- Probleemoplossend vermogen (SCI-ESES)
- Proactieve coping (UPCC)
- Beweging self-efficacy (SCI-ESES)

Opzet onderzoek

Erasmus MC 

Design

- Multi center RCT
- 40 HABITS cursus, 40 controlegroep (alleen informatie)
- Rijndam, De Hoogstraat, Het Roessingh, Adelante

Inclusie

- Tijd sinds ontstaan dwarslaesie > 10 jaar
- Huidige leeftijd: 28-65 jaar
- Fysiek inactief
- Rolstoel afhankelijk
- In staat om zelfstandig rolstoel te rijden

3 meetmomenten

- Activiteitenmonitor
- Vragenlijsten
- Testdag in revalidatiecentrum



Stand van zaken

Erasmus MC 

- Inclusie
 - N = 50 geïncludeerd
 - N = 30 nog nodig
- De eerste 2 metingen en de cursus in Rijndam voltooid
- Meting gestart in de Hoogstraat
- Het Roessingh en Adelante start november
- Minimaal nog één ronde (liefst 2)



Eerste ervaringen deelnemers HABITS

Erasmus MC 

Positief!
Geen drop-outs

Wat vinden zij zelf?


- Meer gaan bewegen
- Gemotiveerder → bewegen
- Betere kennis bewegen & gezondheid
- Groepsdruk → motiverend
- Persoonsgericht → prettig



Aandachtspunten

- Overbelasting
- Er zijn **meer gezondheidsproblemen** die aandacht verdienen

Andere onderzoeksprojecten

Erasmus MC 

- Niet-participanten onderzoek
- Validatie accelerometer ActiGraph voor rolstoelrijden

Achtergrond niet-participanten onderzoek

Erasmus MC 

Non-respons → praktisch probleem

- RCTs & leefstijlinterventies
 - N = groot
 - Strikte in/exclusie criteria
 - Redenen non-respons: Geen interesse, belasting interventie, reiskosten, tijdsbelasting, geld, onzekerheden behandeling etc.
 - Wie doen mee? Hogeropgeleid, getrouwd, ouder en hogere SES.

→ Vertraagde inclusie en oplopende kosten

Methodologisch probleem


- Groter risico op *selectie bias*
- Gevolgen *generaliseerbaarheid*: onder/overschatting resultaten

Onderschat probleem
Vaak niet genoemd in onderzoek (METC, tijdschriften, fondsen etc.)



Belang onderzoek
Bijdrage kennis: *Methodologisch- of praktisch probleem* in soortgelijk onderzoek?
Aanbevelingen toekomst: Beschrijving factoren die van invloed zijn deelname

Niet-participanten onderzoek

Erasmus MC 

Doel
Het doel van dit onderzoek is na te gaan waarom en welke mensen juist wel of niet deelnemen aan een (zelfmanagement) interventiestudie.

- Vergelijking "niet-participanten" met de participanten van de HABITS studie
- Overzicht van de redenen voor niet deelname

Vraagstellingen

- Welk percentage van de potentiële deelnemers (willen) niet deelnemen aan het onderzoek?
- Wat zijn redenen voor niet deelname?
- Verschillen niet-deelnemers van de deelnemers?

Opzet niet-participanten onderzoek



Proefpersonen

- Niet-participanten HABITS
- Geen RCT, wel vragenlijsten
- Zelfde inclusiecriteria als HABITS

Methoden

Vragenlijstonderzoek:

- Reden van niet deelname (multiple choice/open)

Uitkomstmaten uit HABITS:

- Actieve leefstijl
 - Fase gedragsverandering (motivatie om te bewegen)
 - Zelfmanagementvaardigheden
 - Attitude
- Determinanten van invloed op deelname:
 - Personalita (demografische gegevens)
 - Gezondheid
 - Sociale support



Uitkomstmaten



- Percentage wel/niet deelname
- Beschrijving reden niet deelname
- Vergelijking tussen de groepen op de uitkomstmaten



Bedankt voor de aandacht!