

NIEUWSBRIEF ZELF DOEN

Nr. 2 - Januari 2017

Alle betrokkenen en geïnteresseerden bij het onderzoek ZELF DOEN willen we graag op de hoogte houden, middels periodieke nieuwsbrieven. In deze nieuwsbrief vinden jullie informatie over de voortgang van het onderzoek tot nu toe de geplande activiteiten voor de eerste helft van 2017.

Tevens willen we van de gelegenheid gebruik maken om iedereen al het goede voor 2017 toe te wensen.

De Hoogstraat
Revalidatie

U UMC Utrecht
Hersencentrum

Kenniscentrum Revalidatiegeneeskunde Utrecht



Tijn van Diemen,
onderzoeker bij
ZELF DOEN

Wat is ZELF DOEN?

Dit acroniem staat voor: **Z**elfmanagement en **E**igen regie op het **L**even tijdens en na de **F**irst **D**warslaesie **O**pnam**E** in **N**ederland. Het doel van dit onderzoek is zicht krijgen op de ontwikkeling van de zelfmanagement en eigen regie vaardigheden tijdens de klinische revalidatie en het eerste jaar daarna.

Voortgang

In de nieuwsbrief van juli 2016 konden jullie lezen dat we op het punt stonden om de 100^{ste} deelnemer te gaan includeren. Inmiddels staat de teller op ruim 150 deelnemers. De afgelopen maanden is het iets minder snel gegaan dan de maanden ervoor. Naast de vakanties (zomer en kerst) zijn daar nog een aantal andere redenen voor aan te wijzen. Voor zover we daar invloed op uit konden oefenen hebben we dat ook gedaan en dat maakt dat we de laatste maand weer meer mensen includeren dan we voor aanvang van het project hadden voorzien. Hiermee gaat de inclusie nog steeds sneller dan verwacht. Hierbij blijven de onderzoeksassistenten van de deelnemende centra een cruciale rol spelen, waarvoor ik hen weer heel hartelijk wil danken. Door jullie is dit geweldige resultaat behaald. Op de volgende pagina staat een overzicht per centrum.

Afgelopen maanden heeft student Tim Crul hard gewerkt om een overzichtsartikel te maken. Hij heeft in bestaande literatuur gekeken wat er bekend is over de relatie tussen het hebben van eigen regie en het optreden van secundaire problemen. Hierbij is onderscheid gemaakt tussen fysieke problemen als pijn, decubitus en dergelijke en de meer psychologische problemen als depressie en angst. Voor de psychologische problemen zijn er sterke aanwijzingen dat een hogere eigen regie tot minder problemen leidt, voor de fysieke problemen zijn die aanwijzingen er ook, alleen niet zo sterk.

Verder is er een artikel van Tijn van Diemen geaccepteerd over lichaamsbeeld bij mensen met een dwarslaesie in het tijdschrift Archives of Physical Medicine and Rehabilitation. Dit zal binnenkort verschijnen.

NIEUWSBRIEF ZELF DOEN

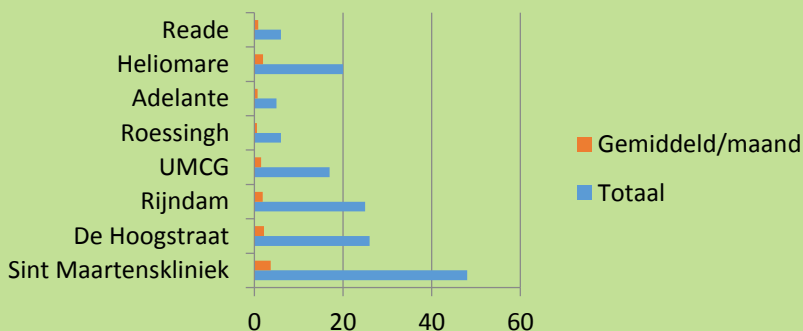
Pagina 2

De Hoogstraat
Revalidatie

UMC Utrecht
Hersencentrum

Kenniscentrum Revalidatiegeneeskunde Utrecht

Op dit moment is er in 1 van de deelnemende centrum geen onderzoeksassistent beschikbaar. Er wordt door het centrum naar een oplossing gezocht zodat we snel weer met alle centra door kunnen. Hieronder het overzicht van het totaal aantal deelnemers per centrum en de gemiddelde inclusie per maand.



Voor de toekomst

De afgelopen maanden is er hard gewerkt aan het verder vorm geven van het kwalitatieve deel van het onderzoek. We gaan beginnen met het interviewen van revalidanten. Het zou per centrum om 4 deelnemers gaan. We interviewen 2 deelnemers die hebben aangegeven minder vertrouwen te hebben in het voeren van eigen regie en 2 deelnemers die daar wel vertrouwen in hebben. Door dit onderscheid verwachten we meer uitgesproken verschillen te zullen vinden tussen beide groepen. Dat zal ons helpen om uiteindelijk duidelijkere aanbevelingen te doen voor de toekomst van de dwarslaesierevalidatie in Nederland.

Het interviewen en vooral de uitwerking hiervan is een intensieve klus. We hebben afgelopen maanden actief gezocht naar studenten om ons hierbij te helpen. Rachelle van Santen en Anouk Sijlmans zijn twee enthousiaste studenten die de komende periode samen met Tijn van Diemen de interviews af zullen gaan nemen. Er zullen met de onderzoeksassistenten afspraken gemaakt worden om dit praktisch vorm te geven.



Rachelle van Santen

geen selfie



beschikbaar

Anouk Sijlmans

Aangezien Anouk momenteel in het buitenland verblijft, hebben we geen foto van haar.

ZELF DOEN is mogelijk gemaakt door een financiële bijdrage van het Revalidatie fonds

 **revalidatiefonds**