

Illness Management and Recovery (IMR)

Recovery
is about **PROGRESSION**
not **PERFECTION**

KENBIS 20 maart 2015

Titus Beentjes, RN, MANP, MSc, PhD-student
Dimence, Radboudumc, Saxion Hogescholen

Kom verder. Saxion.



Radboudumc



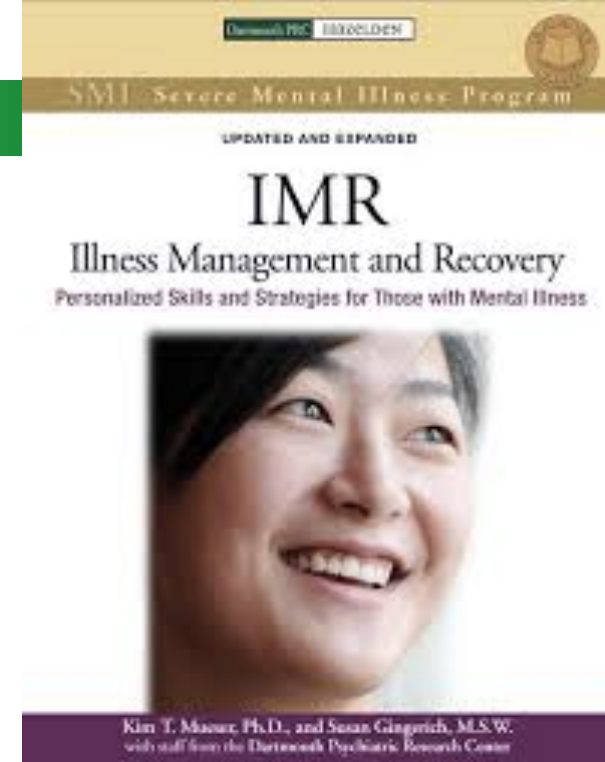
Disclosure



e-IMR

Mogelijke belangenverstrengeling

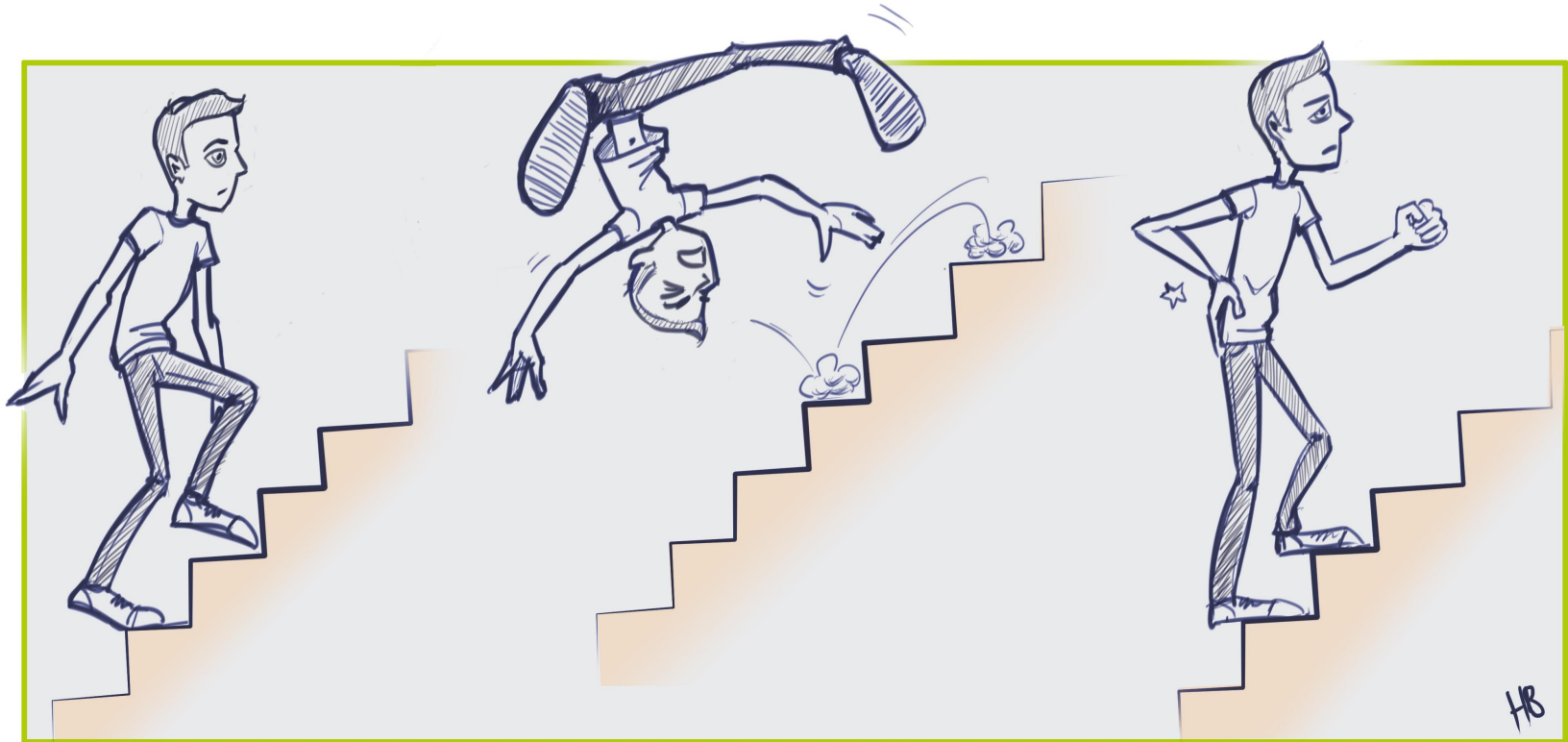
Sponsoring van e-IMR onderzoek ZonMW (520001001)



Doelen presentatie:

- kennis over de achtergronden van IMR;
- kennis over de modulaire opbouw van de IMR-training
- kennis over de wetenschappelijke basis van de IMR
- kennis over het IMR-netwerk

Achtergronden IMR



Trimbos databank: Good practices in de langdurige GGZ:

Effectief volgens sterke aanwijzingen:

IRB, IPS

Effectief volgens goede aanwijzingen:

Crisiskaart, CRA, IRB, IPS, Crisiskaart

Effectief volgens eerste aanwijzingen:

Herstellen doe je zelf, Liberman (omgaan met AP-medicatie)

Goed onderbouwd:

IMR, WRAP, SRH, De Triadekaart



Illness Management and Recovery

▼ Illness Management and Recovery

- ▶ Niveau van erkenning
- ▶ Doel
- ▶ Doelgroep
- ▶ Aanpak
- ▶ Materiaal
- ▶ Onderbouwing
- ▶ Onderzoek
- ▶ Download volledige beschrijving

laatst bijgewerkt: 05-03-2015

Erkend

- ☐ Effectief volgens sterke aanwijzingen
- ☐ Effectief volgens goede aanwijzingen
- ☐ Effectief volgens eerste aanwijzingen
- ☒ Goed onderbouwd

Toelichting

De interventie IMR is op alle onderdelen helder beschreven en goed onderbouwd. Uit buitenlands onderzoek blijkt dat IMR een bijdrage levert aan het managen van de ziekte en persoonlijk herstel. Nederlands onderzoek loopt nog.

Erkend door

Erkenningscommissie
langdurende zorg – 24 februari
2015

Thema

Psychische gezondheid
Alcohol, Tabak en Drugs
Preventie
Behandeling en reïntegratie
Implementatie
E-mental health
Feiten, cijfers en beleid

Nieuws

Trimbos nieuws
Persberichten
GGZ Nieuws
Nieuwsbrieven Trimbos-
instituut
MGV, het magazine voor ggz
en verslavingszorg, is per 2015
opgeheven

Projecten

Projecten en onderzoek
Verbeter de zorg
Depressie Initiatief
Collaborative care

Internationaal

Home
About Trimbos
Unit International Affairs

Trimbos programma's

Programma Epidemiologie en
Nationale Monitor GGZ
Programma Drug Monitoring
I Com
Programma Internationalisering
Programma Jongeren en
Riskant Gedrag
Programma Opvoeding en
Educatie
Programma Ouderen

Webwinkel

Trimbos databank:

Good practices in de langdurige GGZ:

<http://www.trimbos.nl/projecten-en-onderzoek/erkenningstraject-interventies/erkende-interventies/illness-management-and-recovery>

IMR verder in:

- Nieuwe richtlijn voor behandeling van cliënten met bipolaire stoornissen
- Zorgpaden verschillende instellingen



Geschiedenis IMR

- 2002: Literatuur studie van 40 RCT van zelfmanagement programma's (Mueser, 2002)
- 2003: 1^e versie IMR programma
 - Ontwikkeling met participatie doelgroep
- 2006: 2^e versie IMR
- 2009: Introductie in Nederland
- 2011: 3^e versie IMR
- 2014: Nederlandse vertaling van 3^e versie
- 2015: e-IMR



Mueser, K.T. et al. (2002). Illness management and recovery for severe mental illness: A review of the research, *Psychiatric Services*, 53, 1272–1284.

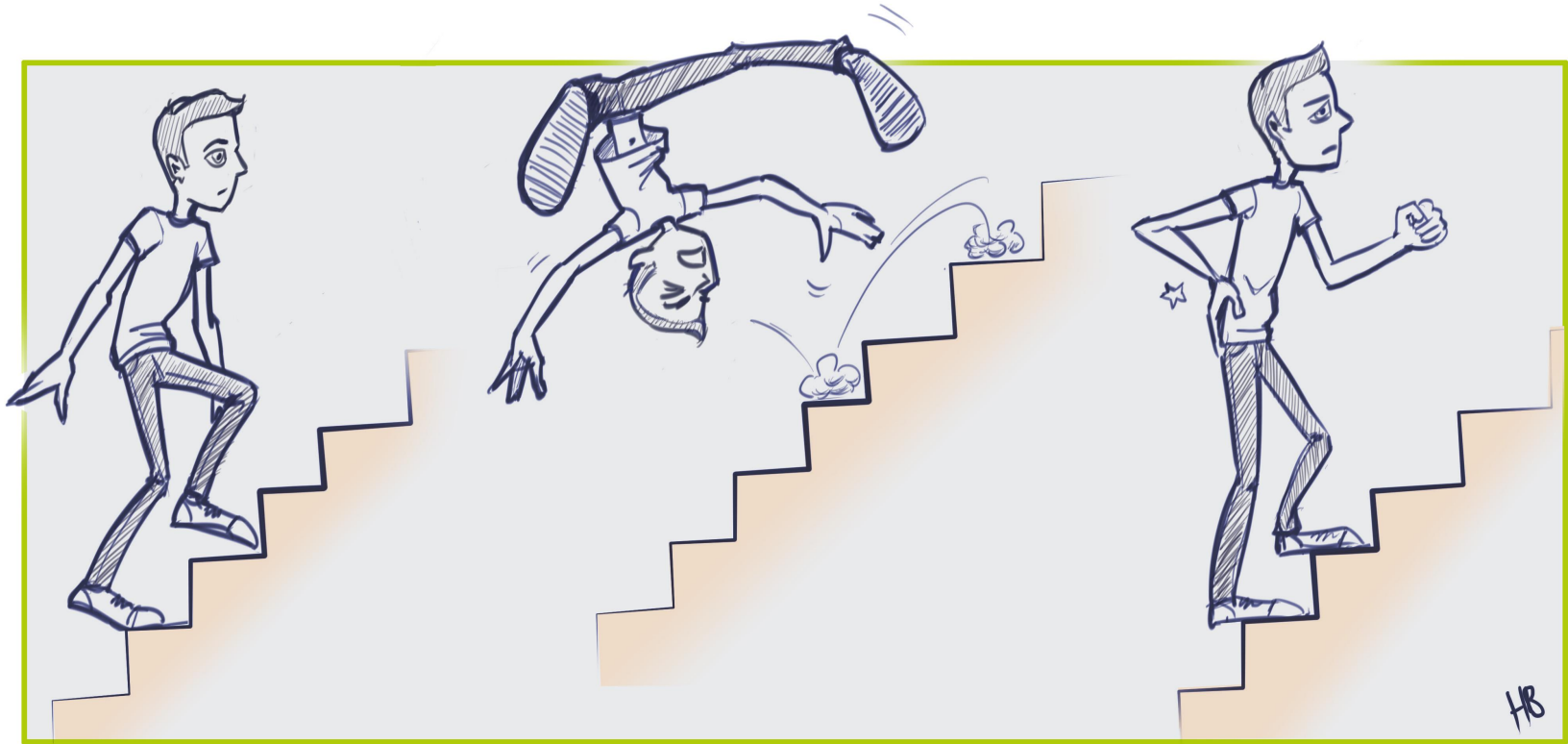
De IMR trainer maakt gebruik van:

- Motiverende strategieën
- Strategieën uit de cognitieve gedragstherapie
- Educatieve strategieën
- Herstel ondersteunende kernwaarden:
 - Hoop is de kern
 - De cliënt is de expert
 - Persoonlijke keuzes staan voorop
 - Trainers en cliënten zijn partners in IMR
 - Trainers demonstreren zonder te dicteren
 - Altijd respectvol !!



Kom verder. Saxion.

Modulaire Opbouw IMR





Werkboek 1. Werken aan hersteldoelen:

1. Herstel definiëren, wat helpt bij het proces
2. Onderzoeken welke gebieden van uw leven u zou willen verbeteren
3. Een persoonlijk hersteldoel opstellen
4. Uw doel in stappen opsplitsen en de eerste stap nemen
5. Het bijhouden van het doel en oplossen van problemen



Werkboek 2. Kennis krijgen over de stoornis:

Schizofrenie; Schizo-affectieve stoornis; Bipolaire stoornis, Depressieve stoornis, Borderline persoonlijkheidsstoornis

1. Wat is
2. Wat gebeurt er nadat mensen symptomen ontwikkelen
3. Positieve stappen nemen om te beheren
4. Omgaan met negatieve houdingen en overtuigingen on psychiatrische stoornissen (stigma)



Werkboek 3. Stress–Kwetsbaarheidsmodel:

1. Waardoor wordt psychiatrische stoornis veroorzaakt
2. Leren wat symptomen verbetert en terugvallen voorkomt
3. Welke behandelvormen zijn er
4. Voorkomen van een terugval

Okke Jager

Hoe kostbaar is een kwetsbaar mens



Werkboek 4. Sociale Steun:

1. Waarom is sociale steun belangrijk
2. Contacten leggen met mensen
3. Het hebben van aangename gesprekken
4. Het delen van persoonlijke informatie
5. Het begrijpen van andere mensen
6. Ontwikkelen van hechtere relaties



Werkboek 5. Bewust omgaan met medicatie:

1. Leren over de rol van medicatie bij het beheren van symptomen
2. Het herkennen van en omgaan met bijwerkingen
3. Het maken van een geïnformeerde beslissing over medicatie
4. Het beste resultaat behalen met uw medicatie



Werkboek 6. Omgaan met verslaving:

1. Waarom gebruiken mensen alcohol en drugs
2. Problemen die verband houden met middelengebruik
3. De voor- en nadelen van nuchterheid
4. Het inzien van persoonlijke redenen voor nuchterheid, sociale steun en een planning maken voor riskante situaties
5. Nieuwe manieren om in behoeften te voorzien
6. Het maken van een persoonlijk plan



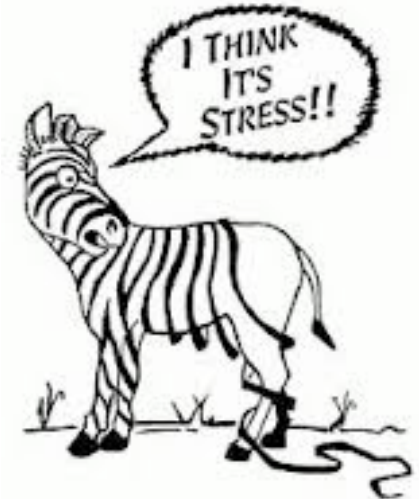
Werkboek 7. Voorkomen van een terugval:

1. Herkennen van triggers voor een terugval
2. Herkennen en controleren van waarschuwingssignalen
3. Opstellen van een signaleringsplan
4. Toepassen van een signaleringsplan



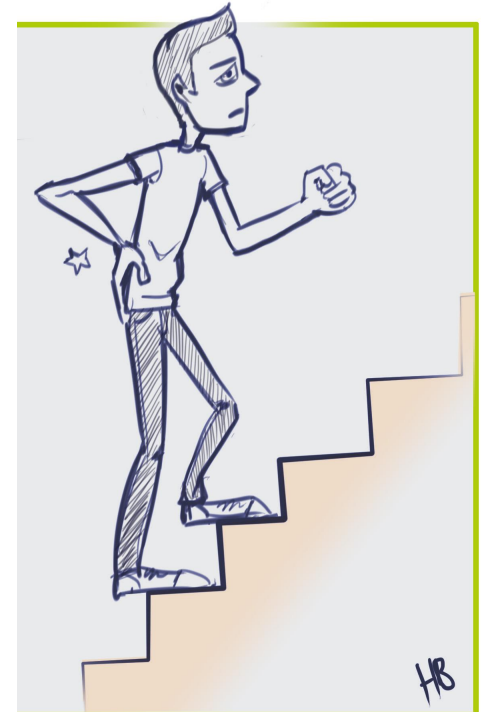
Werkboek 8. Omgaan met Stress:

1. Wat is stress
2. Het herkennen van tekenen van stress
3. Stress tegengaan en ermee omgaan
4. Ontspanningsoefeningen
5. Het maken van een plan om stress te voorkomen en om met stress om te gaan



Werkboek 9. Omgaan met problemen en symptomen:

1. Herkennen van aanhoudende symptomen
2. t/m 9: Omgaan met Depressie; Angst, Hallucinaties; Wanen; Slaapproblemen; Energieproblemen; Boosheid; Concentratieproblemen;
 1. Het herkennen van
 2. Omgaan met
 3. Een plan maken om strategieën te gebruiken
10. Een plan maken om door te gaan met het gebruik van de strategieën



Werkboek 10. Zorg managen:

1. Wat zijn GGz-instellingen
2. Financiële- en zorgtoeslagen
3. Voor uzelf opkomen in de GGZ



Werkboek 11. Gezond Leven:

1. & 2. Gezonde voeding
3. Lichaamsbeweging
4. Persoonlijke hygiëne
5. Slaapgewoonten



Structuur van een IMR bijeenkomst (1)

1. Informeel praatje
2. Terugblik op de vorige sessie
3. Terugblik op de huiswerkopdracht
4. Follow up op hersteldoelen
5. Bespreek de agenda voor de huidige bijeenkomst



Structuur van een IMR bijeenkomst (2)

6. Nieuwe materialen uit het tekstboek;
Interactieve discussies
7. Ontwikkel huiswerkopdrachten in samenspraak
met de cliënt
8. Vat de bijeenkomst samen en sta stil bij de
voortgang

Kernwaarden:

- Hoop is de kern
- De cliënt is de expert
- Persoonlijke keuzes staan voorop
- Trainers en cliënten zijn partners in IMR
- Trainers demonstreren zonder te dicteren
- Altijd respectvol !!



Wetenschappelijke basis van IMR

FOKKE & SUKKE
WETEN WAAR HET IN DE WETENSCHAP OM DRAAIT

... ZEER INDRUKWEKKEND, COLLEGA...

MAAR WERKT
HET OOK IN
THEORIE?



Theoretische onderbouwing

Nuechterlein &
Dawson (1984)

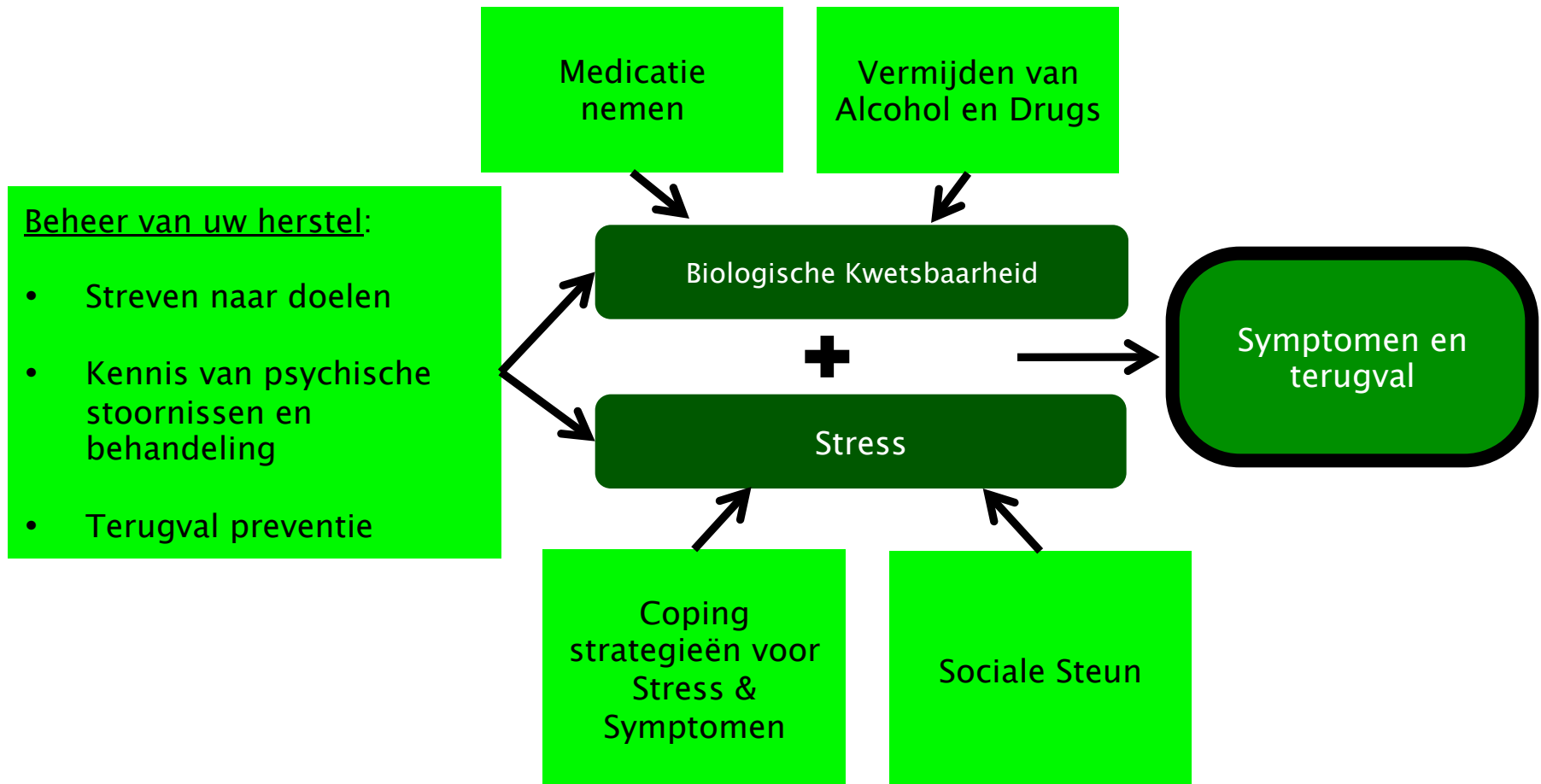
A Heuristic Vulnerability/Stress Model of
Schizophrenic Episodes. *Schizophrenia
Bulletin*, 10(2), 300-12

Prochaska, J. O.,
Redding, C. A., &
Evers, K. E. (2008)

The Trans Theoretical Model and Stages of
Change.
*Health Behavior and Health Education, Theory,
Research, and Practice* (4th ed., pp. 97-122).
San Fransisco: Jossey-Bass.



Stress & Biologische Kwetsbaarheid (Gingerich&Mueser)



Proces van gedragsverandering Trans Theoretisch Model (Prohaska)

Pre-contemplatie	Contemplatie	Voorbereiding	Actie	Gedragsbehoud
• Bewustzijn vergroten • Negatieve gevolgen van ongezond gedrag • Context re-evaluatie	• Zelf re-evaluatie	• Verander beslissing	• Positieve gevolgen van gezond gedrag • Helpende relaties • Bekrachtiging managen • Controle op stimuli	

IMR in RCT's

Hasson-Ohayon, et al. (2007), RCT: n=119/91

opnames in IMR groep minder, verbetering op kennis, stellen van doelen

Levitt, et al. (2009), RCT: n=54/50

verbetering op ziekte management, herstel, kennis van stoornis, depressie/angst, aantal opnames

Färdig, et al. (2011), RCT: n=21/20

verbetering op ziekte management, herstel, symptomen, kwaliteit van leven, inzicht suïcide ideaties, aantal opnames, medicatie gebruik

Salyers, et al. (2014), RCT: n=60/58

controle groep probleemoplossende training even intensief, minder opnames in IMR-groep



Experimentele trials

Mueser, et al. (2006) n=24	verbeteringen mbt omgaan met symptomen & herstel, kennis van stoornis, stress, hoop en stellen van doelen
Salyers, et al. (2009) n=324	verbeteringen mbt omgaan met symptomen & herstel
Kato, et al. (2010) n=25/10	verbeteringen op zelfmanagement, sociaal functioneren, kwaliteit van leven
Salyers, et al. (2010) n=144/354	minder opnames in IMR groep
Garber-Epstein et al. (2013) n=210/42	Significante verbeteringen tov controlegroep Ongeacht de professie van de trainer

Review of IMR-trials

McGuire, et al.
(2014)

IMR = beloftevolle interventie met
positieve cliënt uitkomsten,
Verder onderzoek naar verschillende
contexten



Kwalitatieve evaluaties

Roe, et al. (2009),
n=36

One Year Follow-Up of Illness Management
and Recovery: Participants' Account of Its
Impact and Uniqueness

Van Langen, et al.
(nd), n=8

Consumers' Perspective of how the Illness
Management & Recovery Program Enhanced
their Personal Recovery: A Phenomenological
Study



Kwalitatieve evaluaties

Van Langen, et al. (nd)

Thema 1: Werking aan Doelen	Thema 2: Openheid over de stoornis
Leren van de werkboeken:	Leren van de werkboeken:
Leren van lotgenoten:	Leren van lotgenoten:
Leren van eigen experimenten	Leren van eigen experimenten

Kwalitatieve evaluaties

Van Langen, et al. (nd)

Thema 1: Werking aan Doelen	Theme 2: Openheid over de stoornis
Leren van de werkboeken: • Leren doelen in kleine stappen te delen	Leren van de werkboeken: • Stimulans om open te zijn over de stoornis. • De stoornis bestaat !
Leren van lotgenoten: • Ideeën & tips krijgen • Delen van ervaringen over het uitvoeren van stappen	Leren van lotgenoten: • Uitwisselen van ervaringen, • Anderen schamen zich niet • Ideeën & tips krijgen hoe om te gaan met symptomen
Leren van eigen experimenten • Vieren van successen	Leren van eigen experimenten • Experimenteren met zelf regulatie
Algemeen: gevoel van gelijkwaardigheid; wederkerigheid; vrijheid eigen beslissingen nemen; één grote boodschap van HOOP.	

Lopend Nederlands onderzoek(1)

Bert-Jan Roosenschoon^{1,2}

Cornelis. L. Mulder^{1,2}

Mathijs L. Deen^{1,3}

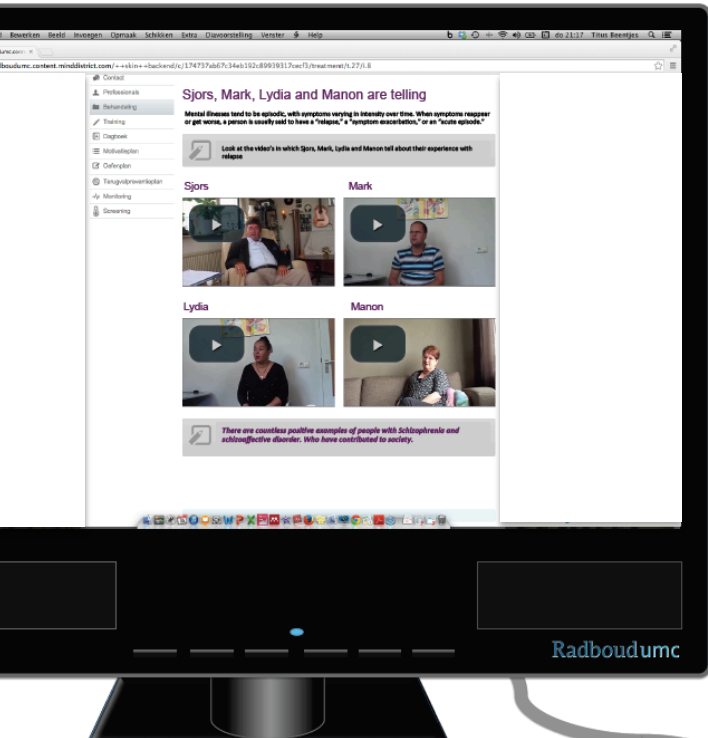
Jaap van Weeghel^{1,4}

Illness Management and Recovery (IMR)
in the Netherlands: a randomized
clinical trial.

Trial register: NTR 21572

¹Parnassia Groep, ²Erasmus MC, Rotterdam, ³Universiteit Leiden,

⁴Universiteit Tilburg



Wetenschappelijke basis van IMR

Lopend Nederlands onderzoek(2)



Titus A.A. Beentjes^{1,2,3}
Betsie G.I. van Gaal¹
Peter J.J. Goossens^{1,3,4,5}
Lisette Schoonhoven^{1,6}
Ria Nijhuis-v/d Sanden¹

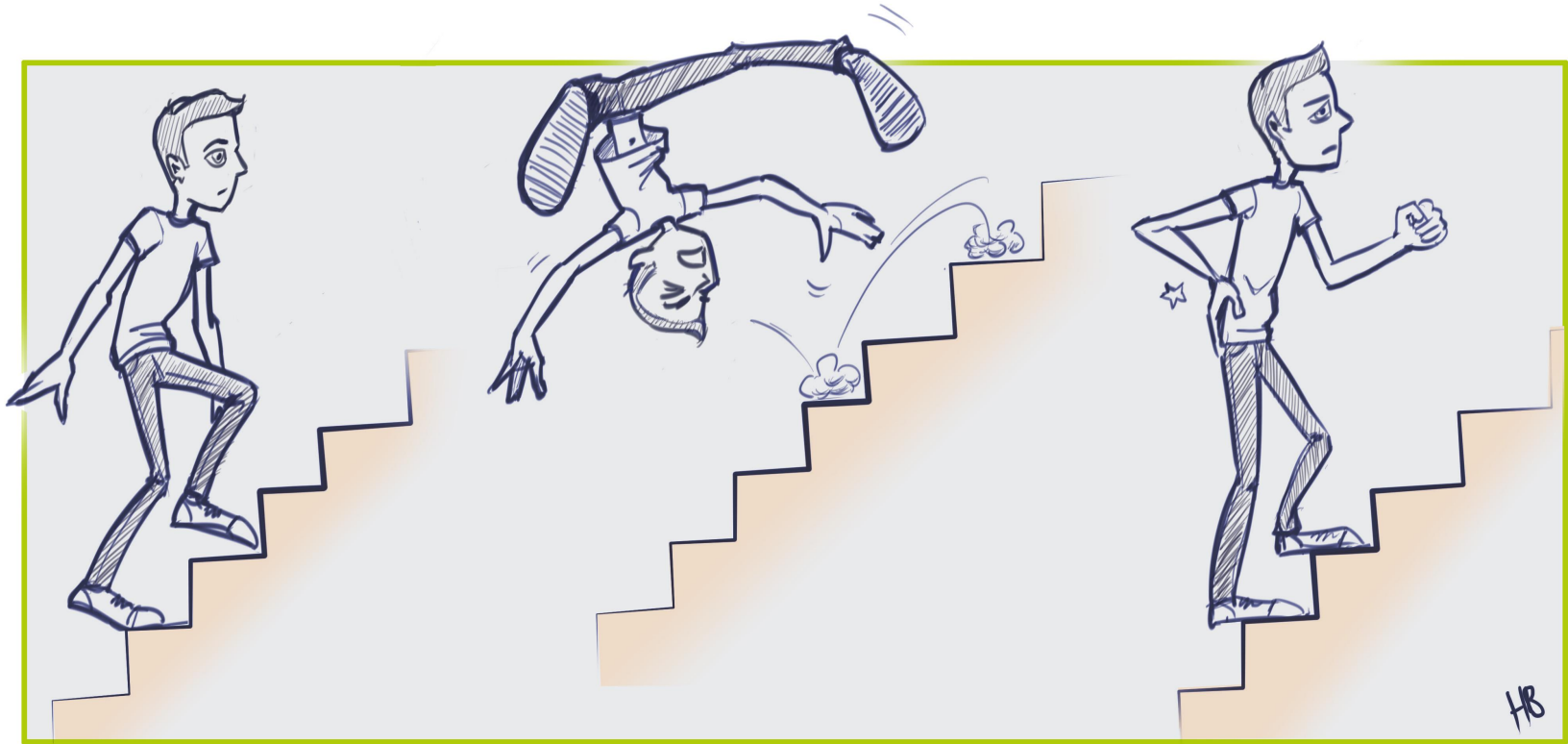
e-IMR, an e-supported Illness Management & Recovery Program for People with Severe Mental Illness: an early randomized controlled trial.
Trial register: NTR 4772

¹Radoud universitair medisch centrum Nijmegen, ²Saxion Hogeschool, Deventer, ³Dimence Groep, Deventer, ⁴Universiteit Gent, ⁵GGZ-VS, Utrecht, ⁶Universiteit Southampton



e-IMR

IMR-netwerk

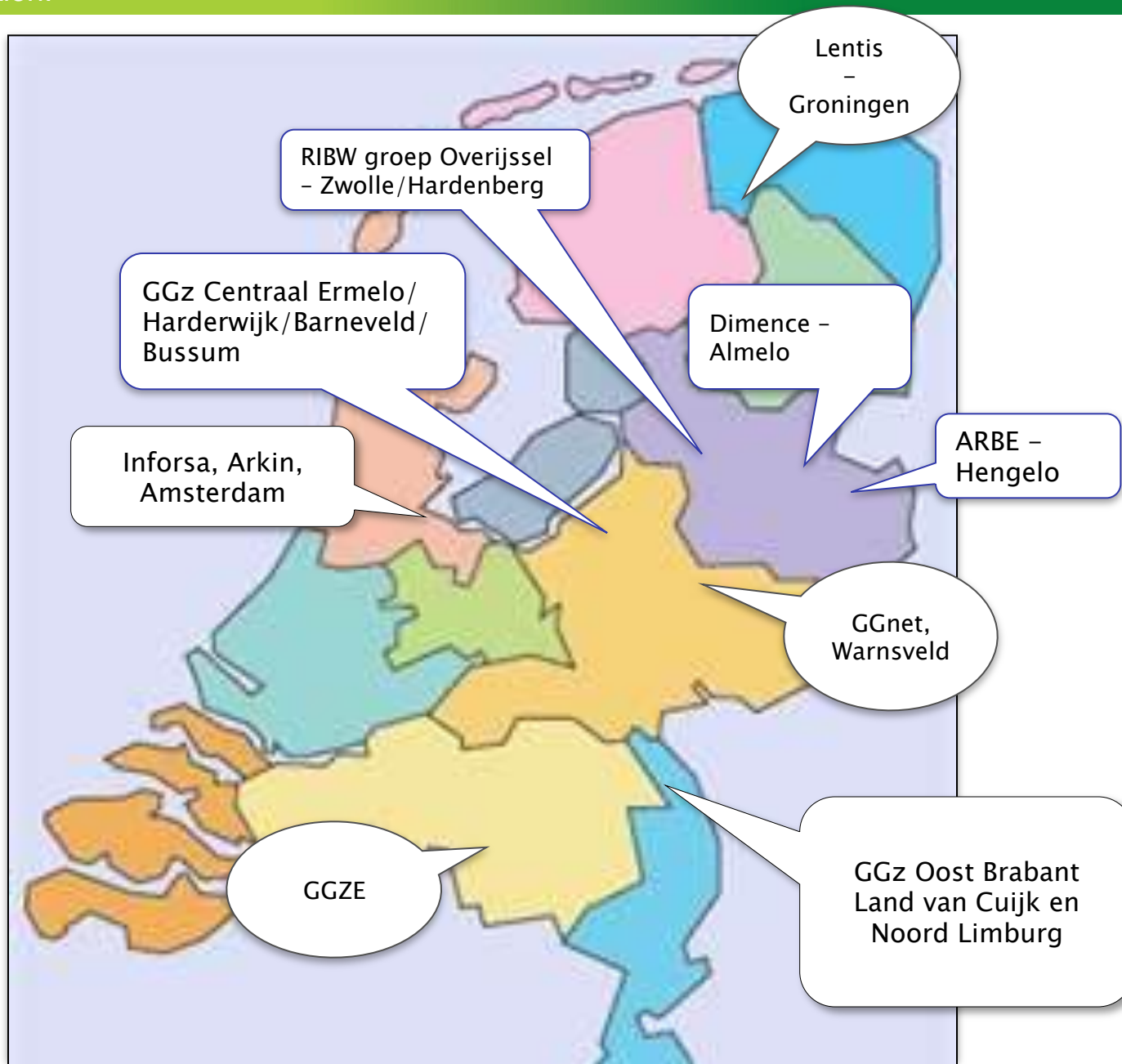


Lectoraat Verpleegkunde

Voorheen: Herstelgerichte Zorg en Empowerment

Netwerk IMR

- Training IMR-trainers
- Implementatie ondersteunen
- Kwaliteit bewaken
- IMR programma door ontwikkelen
- Wetenschappelijk onderzoek



Meer weten over het netwerk ??



m.j.brugman@saxion.nl



Marijke Brugman, Mrc

- Netwerk coördinator IMR
- docent HBO-v, Saxion Hogeschool, Deventer
- docent, Stichting Rehabilitatie '92, Utrecht





e-IMR

Verraadt
ons aller angst
zich niet
in wie het leven weerloos liet?
De glasglans
stemt de
blazer mild.
De kaarsvlam
vormt de
hand tot schild.
De krokus wijst
beton zijn grens.
Hoe kostbaar is
een kwetsbaar mens

Okke Jager