

## **Het aanleren van zelfmanagement bij een bipolaire stoornis**

*Dr. Silvio van den Heuvel*

Silvio is docent bij Hogeschool Saxion in Deventer en was in de afgelopen jaren verbonden aan Dimence Bipolair als onderzoeker.

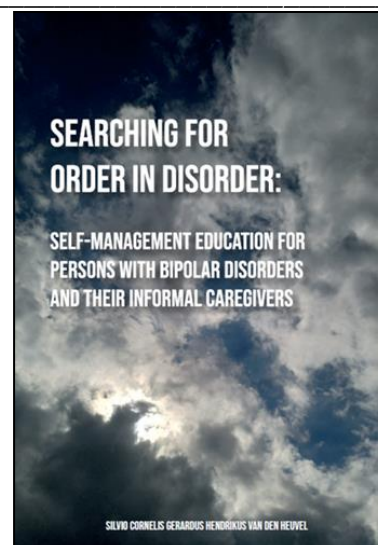
Hij promoveerde in januari 2021 op zijn proefschrift 'Searching for order in disorder: Self-management education for persons with bipolar disorders and their informal caregivers'

### Toelichting en leerdoelen

Naast medicamenteuze- en psychologische behandeling adviseert de huidige multidisciplinaire richtlijn bipolaire stoornissen zelfmanagement van een bipolaire stoornis om herhaalde episoden te reduceren.

Zelfmanagement van een bipolaire stoornis behelst volgens de richtlijn vooral een bundel aan niet-medicamenteuze interventies die gericht zijn op stemmings- en activiteiten monitoring en vroege signalering van prodromale symptomen. Het is bekend dat het gebruik van deze instrumenten effectief is in het terugdringen van het aantal herhaalde episodes voor een deel van de patiëntenpopulatie. Het is echter minder duidelijk hoe de inzet van deze interventies bijdraagt aan het bevorderen van zelfmanagement van een bipolaire stoornis. De gepresenteerde resultaten uit dit promotieonderzoek zal (ten dele) antwoord geven op de vraag welke leermechanismen ten grondslag liggen aan zelfmanagement bevorderende interventies.

Deelnemers verdiepen kennis in de werkingsmechanismen van zelfmanagement bevordering bij een bipolaire stoornis.



## **Goed leven met een bipolaire stoornis**

*Dr. Jannis Kraiss*

Jannis is assistant professor aan de Universiteit van Twente, department of psychology, health en technology in Enschede.

Hij promoveerde in november 2021 op zijn proefschrift 'Living well with bipolar disorder – integrating positive psychology and personal recovery into the treatment of bipolar disorder'.

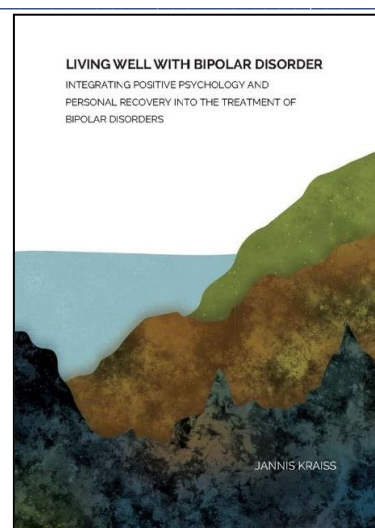
### Toelichting en leerdoelen

In deze presentatie vertelt Jannis over de uitkomsten van zijn promotieonderzoek.

In de afgelopen jaren ontwikkelde Jannis in samenwerking met collega's een nieuwe groepsinterventie gebaseerd op positieve psychologie (Goed leven met een bipolaire stoornis).

Het doel van deze interventie is om mentaal welbevinden en persoonlijk herstel bij euthyme patiënten met een bipolaire stoornis te bevorderen. Deze interventie is recent geëvalueerd in een gerandomiseerd gecontroleerd onderzoek in Nederland. In deze presentatie vertelt hij de achtergrond van het onderzoek en legt hij uit wat de interventie inhoudt. Hij zal bevindingen over klinische effectiviteit presenteren. De presentatie wordt afgesloten met toekomstige richtingen voor onderzoek op dit gebied en implementatie van de interventie.

Na afloop van de presentatie begrijpen de aanwezigen de relevantie van de psychologische behandeling 'Goed leven bipolaire stoornis' voor de huidige behandeling van euthyme patiënten met een bipolaire stoornis. Zij verwerven kennis over wat de interventie inhoudt en wat voor soort oefeningen er in de interventie worden gebruikt. De aanwezigen vergaren kennis over de klinische effectiviteit van de behandeling en zij begrijpen mogelijke toekomstige richtingen voor toekomstig onderzoek op dit gebied en voor de implementatie van deze interventie.



## **E-health bij mensen met een ernstige psychiatrische aandoening.**

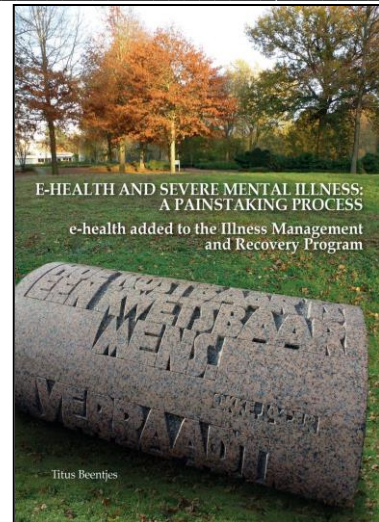
*Dr. Titus Beentjes*

Titus werkt als verpleegkundig specialist GGZ bij team Angst en Stemming bij Dimence in Deventer.

Hij promoveerde in januari 2021 op zijn proefschrift 'E-health and Severe Mental Illness: A Painstaking Process, E-health Added to the Illness Management and Recovery Program'

Toelichting en leerdoelen:

In het onderzoek van Titus Beentjes naar e-health is door de mensen met EPA weinig gebruik gemaakt van de e-health module van het Illness Management and Recovery program. Hij concludeerde dat mensen met EPA nog niet gereed zijn om het internet bij hun behandeling te gebruiken.



Het is de vraag of e-health beantwoordt aan de ondersteuningsbehoefte van mensen met EPA. Onmisbare steun voor het leren begrijpen van de aandoening kan verkregen worden van iemand die de impact en het beangstigende van de aandoening erkent en begrijpt. Ervaringsverhalen zijn de sleutel om mensen te leren open te zijn en kracht te vinden in hun eigen ervaringskennis. Geconcludeerd is dat leren van e-health vaardigheden pas mogelijk is ná het leren omgaan met overweldigende symptomen van de aandoening. Deelnemers vergaren kennis over toepasbaarheid van E-health bij mensen met een ernstige psychiatrische aandoening.

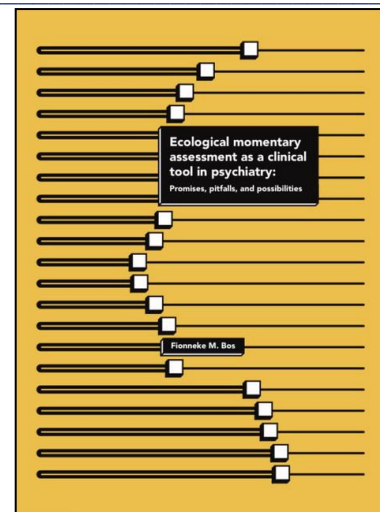
## **Het nut van dagboekmetingen op de smartphone in de behandeling van bipolaire stoornis**

*Dr. Fionneke Bos*

Fionneke werkt als wetenschappelijk coördinator en postdoc onderzoeker bij het UMCG. Zij promoveerde in september op haar proefschrift 'Ecological momentary assessment as a clinical tool in psychiatry - Promises, pitfalls, and possibilities'

Toelichting

De laatste jaren gaan er steeds meer stemmen op om psychiatrische behandelingen meer te personaliseren. Het kan een uitdaging zijn om zicht te krijgen op hoe diverse klachten van een patiënt met elkaar samenhangen. Een manier om dat te doen is middels dagboekmetingen. Met dagboekmetingen kunnen patiënten hun ervaringen meerdere keren per dag bijhouden via de smartphone. Er worden dan vragen gesteld over psychische klachten, gedachten en de context (activiteiten, gebeurtenissen en gezelschap). Zo kan er per patiënt zicht worden verkregen op de dagelijkse situaties die problemen opleveren.



In deze presentatie ga ik in op het gebruik van dagboekmetingen in de behandeling van mensen met een bipolaire stoornis. Wat vinden patiënten en behandelaren hiervan? En zijn er eigenlijk voor mogelijkheden om met dagboekmetingen te voorspellen wanneer iemand manisch of depressief wordt? Hierbij presenteer ik data van een studie waarbij 20 mensen met een bipolaire stoornis vier maanden lang, vijf keer per dag hun stemming en klachten hebben bijgehouden. We hebben naderhand hun ervaringen en die van hun behandelaar uitgevraagd middels kwalitatieve interviews en deze geanalyseerd middels de Qualitative Analysis Guide of Leuven (QUAGOL) methode. Hieruit kwamen diverse aanbevelingen voor het gebruik van dagboekmetingen. Ook hebben we gekeken of we in de dagboekdata al aanwijzingen konden vinden voor een toename in manische en depressieve symptomen. Tot slot bespreek ik hoe dagboekmetingen op dit moment gebruikt kunnen worden in de behandeling middels de PETRA web-app, via de RoQua-omgeving beschikbaar in veel elektronische patiëntendossiers.

Leerdoelen

- Kennis hebben over hoe en wanneer je dagboekmetingen kunt inzetten in de behandeling van bipolaire stoornis
- Kennis nemen van de nieuwste wetenschappelijke inzichten rondom dagboekmetingen

Literatuur

Bos, FM, Snippe E, Bruggeman R, Doornbos B., Wichers M, & van der Krieke L (2020). Recommendations for the use of long-term experience sampling in bipolar disorder care: a qualitative study of patient and clinician experiences. *International Journal of Bipolar Disorders*, 8(1), 1-14.

Bos FM, Schreuder M., George SV, Doornbos B, Bruggeman R, van der Krieke L, Haarman B, Wichers M, & Snippe, E. (preprint 2021, November 3). Anticipating manic and depressive shifts in patients with bipolar disorder using early warning signals. <https://doi.org/10.31234/osf.io/v5b7t>