

Opleiding voor mensen met ontstekingsartritis

12 september 2016

INLEIDING

Patiënteneducatie is **een gepland, interactief leerproces** dat ontworpen is om mensen met ontstekingsartritis te helpen hun leven te organiseren en hun gezondheid te verbeteren.

Activiteiten in het kader van patiënteneducatie omvatten het geven van **hulp en advies** over gezond leven en over de manier om gezond te blijven. Het helpt mensen om te gaan met hun ziekte. EULAR-aanbevelingen geven artsen en patiënten advies over de beste manier om aandoeningen te behandelen en ermee om te gaan. In 2015 heeft EULAR aanbevelingen over **patiënteneducatie voor mensen met ontstekingsartritis** gepubliceerd.

Ontstekingsartritis is een groep aandoeningen waarbij de gewrichten stijf en pijnlijk worden doordat het immuunsysteem lichaamseigen weefsels aanvalt en ontstekingen veroorzaakt. De belangrijkste aandoeningen zijn reumatoïde artritis, spondyloartritis / spondylitis ankylopoetica en artritis psoriatica. Artsen, verpleegkundigen, gezondheidsbeoefenaars en patiënten werkten samen om deze aanbevelingen te ontwikkelen. Doordat patiënten in de groep werden opgenomen, werd ervoor gezorgd dat het **standpunt van de patiënten** in de aanbevelingen geïntegreerd werd. De auteurs keken in het bijzonder naar aanwijzingen over welk type patiënteneducatie gegeven werd, wie deze gaf en hoe deze gegeven werd. Ze keken ook naar aanwijzingen over hoe goed patiënteneducatie werkt.

WAT WETEN WE AL?

Het concept van patiënteneducatie is in de loop der jaren veranderd. In het verleden betekende patiënteneducatie dat artsen informatie gaven en patiënten passieve ontvangers van deze informatie waren. Vandaag betekent patiënteneducatie meer dan enkel informatie geven en worden patiënten **aangemoedigd** om meer **betrokken** te zijn bij beslissingen over hun behandeling. Patiënteneducatie kan de kennis van mensen over hun aandoening, alsook hoe beter omgaan met hun aandoening, verbeteren.

WAT ZEGGEN DE AANBEVELINGEN?

Er zijn **twee hoofdprincipes**. Het eerste principe zegt dat patiënteneducatie **interactief** moet zijn. Het moet zo ontworpen zijn dat het mensen helpt om te gaan met hun aandoening en hen helpt hun gezondheid en levenskwaliteit te behouden of te verbeteren. Het tweede principe gaat over de **communicatie** en de gemeenschappelijke beslissingen. Deze zijn essentieel, wat wil zeggen dat patiënten hun zegje moeten kunnen doen over hun behandeling en hoe ze met hun ziekte omgaan. Ze moeten ook aangemoedigd worden om samen met hun arts en andere zorgverleners beslissingen te nemen.

In totaal zijn er acht aanbevelingen. Elke aanbeveling is gebaseerd op beschikbaar wetenschappelijk bewijs of de opinie van experts. Hoe meer sterren een aanbeveling heeft, des te meer bewijs voorhanden is en des te belangrijker het is dat u en uw arts de aanbeveling volgen.

Eén ster (*) betekent dat de aanbeveling zwak is met beperkt bewijs.

Twee sterren (**) betekent dat de aanbeveling zwak is met enig bewijs.

Drie sterren (***) betekent dat de aanbeveling sterk is met enig bewijs.

Vier sterren (****) betekent dat de aanbeveling sterk is met veel bewijs.

- **Patiënteneducatie moet deel uitmaken van de normale behandeling van patiënten met ontstekingsartritis.******

Dit zorgt ervoor dat u uw aandoening begrijpt en dat u bij uw behandeling en beslissingen over uw behandeling betrokken bent. Bij geïnformeerde patiënten is het waarschijnlijker dat zij in staat zijn hiermee om te gaan.

- **Patiënteneducatie moet meer dan één keer aangeboden worden.****

U moet patiënteneducatie krijgen als de diagnose voor de eerste keer gesteld wordt en elke keer als u van geneesmiddel verandert of als uw gezondheidstoestand of uw persoonlijke behoeftes veranderen.

- **De inhoud van patiënteneducatie moet volgens de behoeftes van elke persoon ontworpen worden.******

De patiënteneducatie die u krijgt moet op maat van uw persoonlijke behoeftes en verwachtingen afgestemd zijn. Sommige mensen willen meer weten over bepaalde aspecten van hun aandoening dan anderen.

- **Patiënteneducatie kan op verschillende manieren gegeven worden.******

Sommige mensen reageren best op een individuele opleiding, terwijl anderen het best in groep of online leren. Telefonische gesprekken of schriftelijk materiaal kunnen ook nodig zijn.

- **Patiënteneducatie moet op theorie en bewijs gebaseerd zijn.******

Sommige vormen van patiënteneducatie kunnen door wetenschappelijk bewijs of opvoedingstheorieën onderbouwd zijn. Anderen kunnen op oude praktijken zoals yoga of meditatie gebaseerd zijn. Elke vorm heeft als doel de gezondheid te verbeteren.

- **Patiënteneducatie moet geëvalueerd worden.***

Programma's over patiënteneducatie moeten geëvalueerd worden. Als de evaluatie gebeurd is, moeten de gebruikte resultaten de programmadoelstellingen weergeven.

- **Patiënteneducatie moet door zorgverleners gegeven worden, bijvoorbeeld artsen, verpleegkundigen, psychologen, fysiotherapeuten en/of opgeleide patiënten die deel van een team uitmaken.****

Het is belangrijk dat de mensen die patiënteneducatie geven de juiste opleidingstechnieken geleerd hebben.

- **Mensen die patiënteneducatie geven moeten opgeleid zijn en hun kennis en vaardigheden onderhouden.****

Het is belangrijk dat de mensen die patiënteneducatie geven opgeleid zijn en de juiste kennis en vaardigheden bezitten om een opleiding van hoge kwaliteit te geven.

In het algemeen zeggen de aanbevelingen dat het voor u en uw arts of zorgverlener belangrijk is om **samen te werken**. Zo kun je beter omgaan met uw aandoening en de best mogelijke resultaten halen uit uw behandeling. Als u een vorm van ontstekingsartritis heeft, geven deze aanbevelingen u advies over wat u kan verwachten van de mensen die patiënteneducatie geven.

Als u vragen over uw aandoening of medicatie heeft of als u hierover bezorgd bent, neem dan contact op met uw arts of zorgverlener die bij uw behandeling betrokken is.

Dit is de patiëntversie van de EULAR-aanbevelingen voor patiënteneducatie bij mensen met ontstekingsartritis. De originele publicatie kan via de website van EULAR gedownload worden: www.eular.org.

Bron: Zangi HA, et al. EULAR recommendations for patient education for people with inflammatory arthritis. *Ann Rheum Dis* 2015;74(6):954–62. doi:10.1136/annrheumdis-2014-206807

Noot: Deze informatie vervangt medisch advies niet. Raadpleeg uw arts wanneer u een medisch probleem hebt.

Noot: Deze aanbevelingen gelden voor mensen met ontstekingsartritis, maar kunnen, naar de mening van ReumaNet, ook doorgetrokken worden naar andere reumatische aandoeningen of chronische ziektes in het algemeen.