

Niet Rennen maar Plannen

op weg naar eHealth

Annette Baars-Elsinga¹, Caroline van Heugten² & Anne Visser-Meily¹

1) Kenniscentrum Revalidatiegeneeskunde Utrecht, Hersencentrum Rudolf Magnus, UMC Utrecht & De Hoogstraat Revalidatie, Utrecht
2) Neuropsychologie en Psychofarmacologie, Universiteit Maastricht & Psychiatrie en Neuropsychologie, UMC Maastricht

Niet Rennen maar Plannen (NRMP)

In 2012 is met behulp van subsidie van ZonMw het cognitief behandelprogramma NRMP ontwikkeld. NRMP is een behandelprotocol voor patiënten met **cognitieve problemen** die met een **lage behandel frequentie** revalideren.

NRMP bestaat uit:

- informatiemodule 'oorzaken van hersenletsel en mogelijke cognitieve gevolgen'

Trainingsmodules

- **Vermoeidheid** na hersenletsel, wat nu?
- Omgaan met **tijdsdruk**, vertraagde informatieverwerking
- Werken aan **geheugenproblemen**
- Grip op **planning**, vaardigheden voor het plannen en uitvoeren van activiteiten

Op weg naar eHealth

Naast de papieren van versie van NRMP is er straks ook een e-learning beschikbaar. Een blended care programma: een combinatie van e-learning en de face tot face contacten met de vertrouwde behandelaar. De informatiemodule en de trainingsmodule vermoeidheid worden in dit innovatieproject omgezet.

Waarom blended care?

Voordelen:

- + behandeling grotendeels in de **thuisituatie** op eigen computer
- + behandeling **wanneer** het de patiënt uitkomt
- + de patiënt bepaalt het **tempo**
- + **minder reis- en wachttijd** voor de patiënt
- + video's van ervaringsdeskundige
- + chat functie met de behandelaar over de opdrachten
- + **verlaging van de behandel tijd** voor behandelaars

Contact: Annette Baars-Elsinga
aelsinga@umcutrecht.nl



Ontwikkeling - aug/nov '16

- Omzetten tekst naar e-learning
- Video's ervaringsdeskundige

Test fase - dec/feb '17

- UMC Utrecht
- Expertisecentrum Hersenletsel Limburg
- Data verzameling:
 - Doelenthermometer
 - Disability management
 - Korte vermoeidheidsvragenlijst
 - Dutch Multifactor Fatigue Scale
 - CLCE-24
 - Enquête

Aanpassingen - maart/april '17

Op basis van de patiënt en therapeut ervaringen

Niet Rennen maar Plannen

Modules Uitloggen

1 ... 9 10 11 12 13 ... 18

Wat is cognitie?

Problemen met het denken worden ook wel cognitieve klachten of cognitieve stoornissen genoemd. De term cognitie komt uit het Latijn (cognoscere) en betekent weten of kennen. Veel voorkomende cognitieve klachten zijn concentratieproblemen, problemen met het verwerken van (grote hoeveelheden) informatie, geheugenproblemen en problemen met het plannen en uitvoeren van activiteiten. Deze klachten worden achtereenvolgens hieronder kort beschreven. Daarna wordt samen met u nagegaan op welke gebieden u vooral problemen ervaart.

volgende pagina