

Onderzoeker uitgelicht

Onder redactie van Marij Hillen

Stel jezelf voor

Ik ben Nadine Köhle, 25 jaar. Oorspronkelijk kom ik uit Duitsland, maar vijf jaar geleden ben ik naar Nederland verhuisd om aan de Universiteit Twente te studeren. In 2011 heb ik daar mijn master gezondheidspsychologie behaald. Na korte tijd aan de Universiteit van Amsterdam gewerkt te hebben als practicumbegeleider ben ik in februari 2012 begonnen aan mijn promotieproject aan de Universiteit Twente. Het project wordt gefinancierd door KWF Alpe d'Huzes. Mijn project is gericht op het verminderen van distress van partners van kankerpatiënten met een online zelfhulpinterventie.



Nadine Köhle

Het onderzoek in een notendop

De uitspraak 'Kanker heb je niet alleen' is bij uitstek van toepassing op mijn onderzoek: veel partners van patiënten met kanker ervaren problemen als psychische en fysieke stress, verdriet en sociale isolatie. Zij zullen niet snel aan de bel trekken, omdat ze zichzelf vaak wegcijferen. Er is veel hulp voor patiënten met kanker, maar er zijn weinig interventies gericht op de mensen in hun omgeving. In dit onderzoek ontwikkelen we een online zelfhulpinterventie gebaseerd op de 'Acceptance and commitment theory' en mindfulness. Partners zijn vaak erg druk met het draaiende houden van een huishouden en met de zorg voor de patiënt. De interventie moet dus niet te veel tijd kosten en toegankelijk zijn. Vandaar dat we hebben gekozen voor een online variant. Doel van de interventie is dat partners beter in hun vel komen te zitten, met als bijeffect dat ze hun partner nog beter tot steun kunnen zijn. Met onder andere informatie, oefeningen en tips proberen we zoveel mogelijk aan te sluiten bij de behoeften van partners van

patiënten. De interventie is onderverdeeld in verschillende modules. Onderwerpen die aan bod komen, zijn onder andere emoties, veerkracht, gedachten, waardes en het oppakken van het leven na de behandeling. Partners kunnen korte oefeningen doen, bijvoorbeeld om in kaart te brengen hoe de verhouding is tussen verschillende onderdelen van hun leven.

Hoe kom je aan de benodigde data?

De eerste 18 maanden van mijn onderzoek staan in het teken van de ontwikkeling van de interventie. Dat gebeurt volgens het principe van 'co-creatie': alles wat we ontwikkelen, leggen we direct voor aan de partners zelf, zodat het goed aansluit bij hun belevingswereld en behoeften. De ontwikkelfase bestaat uit interviews, een vragenlijstonderzoek en het testen van de gebruiksvriendelijkheid van de ontwikkelde webapplicatie. Na 18 maanden gaan we de effectiviteit en kosteneffectiviteit testen in een *randomized controlled trial* (RCT).

Wat zijn de mogelijke gevolgen voor de praktijk?

Ik hoop dat we een plek kunnen creëren, waar partners terecht kunnen wanneer ze even tijd voor zichzelf willen vrijmaken; een soort ankerpunt op een stressvolle dag. Clinici geven aan dat ze vaak weinig tijd hebben om aandacht aan de partners te besteden. Met deze interventie kunnen we hen op een laagdrempelige manier toch hulp bieden en zo hopelijk hun kwaliteit van leven verbeteren.

Welke raakvlakken heeft jouw onderzoek met de actualiteit?

Het aantal mensen dat met kanker moet leven groeit nog steeds. Maar met het aantal patiënten groeit ook het aantal partners van patiënten. Ook het hele online gebeuren is actueel: er is steeds meer mogelijk via internet. Online hulpverlening lijkt heel goed te kunnen werken.

Waarom sta je 's morgens graag op?

Ik vind het onderwerp van mijn onderzoeksproject ontzettend leuk. Het verbaast me dat er zo weinig hulp bestaat voor partners van kankerpatiënten en ik hoop dat ik zo iets bij kan dragen. Vooral het contact met de partners zelf vind ik erg inspirerend: je merkt dat je iets doet wat hen ook echt aanspreekt. Daarnaast vind ik de sfeer op de Universiteit Twente erg fijn en word ik goed begeleid. Er zijn hier veel AiO's waardoor er een gezellige werksfeer bestaat.

En nu?

Ik ben heel druk. Er lopen nu twee studies tegelijk: een vragenlijstonderzoek en een studie waarin we de teksten en oefeningen uit de interventie voorleggen aan de partners. De interviews daarvoor zijn net afgerond en worden nu geanalyseerd. Daarna gaan we beginnen met het 'bouwen' van de zelfhulpinterventie, in samenwerking met de websitebouwers. In de zomer beginnen we al met de RCT. Kortom, het is allemaal heel druk, maar gelukkig ook heel leuk!

AANKONDIGING ANTONI VAN LEEUWENHOEK-SYMPOSIUM

Op 13 juni 2013 zal het 19^{de} Antoni van Leeuwenhoek-symposium 'Oncologie in perspectief – 100 jaar grensverleggend' plaatsvinden. De NVPO is als wetenschappelijke beroepsvereniging een samenwerkingsverband aangegaan met de organisatoren. Hierdoor



krijgen de leden van de NVPO 15% korting op het inschrijfgeld. De korting wordt op het digitale inschrijfformulier automatisch verwerkt na invulling van het lidmaatschapsnummer van de NVPO.

Kijk voor meer informatie op

www.avl.nl/symposium-oncologie-in-perspectief-2013