

Digitale medische zorg wint terrein

Na moderniseren behandeling van depressies meer traditionele therapieën aanpakken

Martin de Heer

Overheid en zorgverzekeraars hebben per 1 april de online therapie voor milde en matige depressies in de basisverzekering opgenomen. Dit is een formele erkenning dat digitale medische zorg is geaccepteerd.

Nu moeten zorgverleners én werknemers nog over de streep worden getrokken. Want depressie is vooral een kwaal van werkenden. De therapie die nu in de basisverzekering is opgenomen, 'Beating the Blues', is in het Verenigd Koninkrijk al door meer dan tweehonderdduizend patiënten gevolgd. Na een persoonlijk intakegesprek gaat de patiënt thuis zelf aan de slag.

In acht sessies van een uur wordt hij door het therapieprogramma geholpen om zelf de klachten aan te pakken, in het eigen tempo, wanneer dat het beste schikt. De betrokken psycholoog kijkt via een dashboard mee naar het verloop van de behandeling en volgt de patiënt op afstand. Na af-

loop vindt er een persoonlijke evaluatie plaats en indien nodig kan de patiënt de psycholoog tussentijds bellen.

Ongetwijfeld zullen verschillende therapieën het voorbeeld van Beating the Blues volgen. Jarenlang is getwijfeld aan de mate waarin patiënten en zorgverleners elkaar effectief kunnen vinden langs de online weg. Die scepsis is nu verdwenen.

Bovendien is de digitale behandeling van patiënten — op momenten dat het hun uitkomt, zonder wachtlijsten of lange wachttijden voor de spreekkamer — zonder meer een doorbraak. De traditionele zorgdienstverlening, die uitgaat van het medisch model, botst in toenemende mate met de flexibilisering en individualisering in de samenleving.

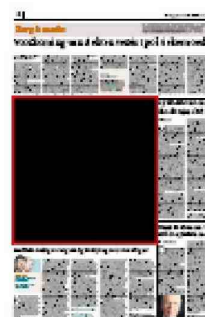
Opname van de therapie voor depressies in de basisverzekering is in verscheidene opzichten een doorbraak die de aandacht verdient. Wachtlijsten zijn ontoelaatbaar in een maatschappij waarin iedereen moet meedoen en waar-

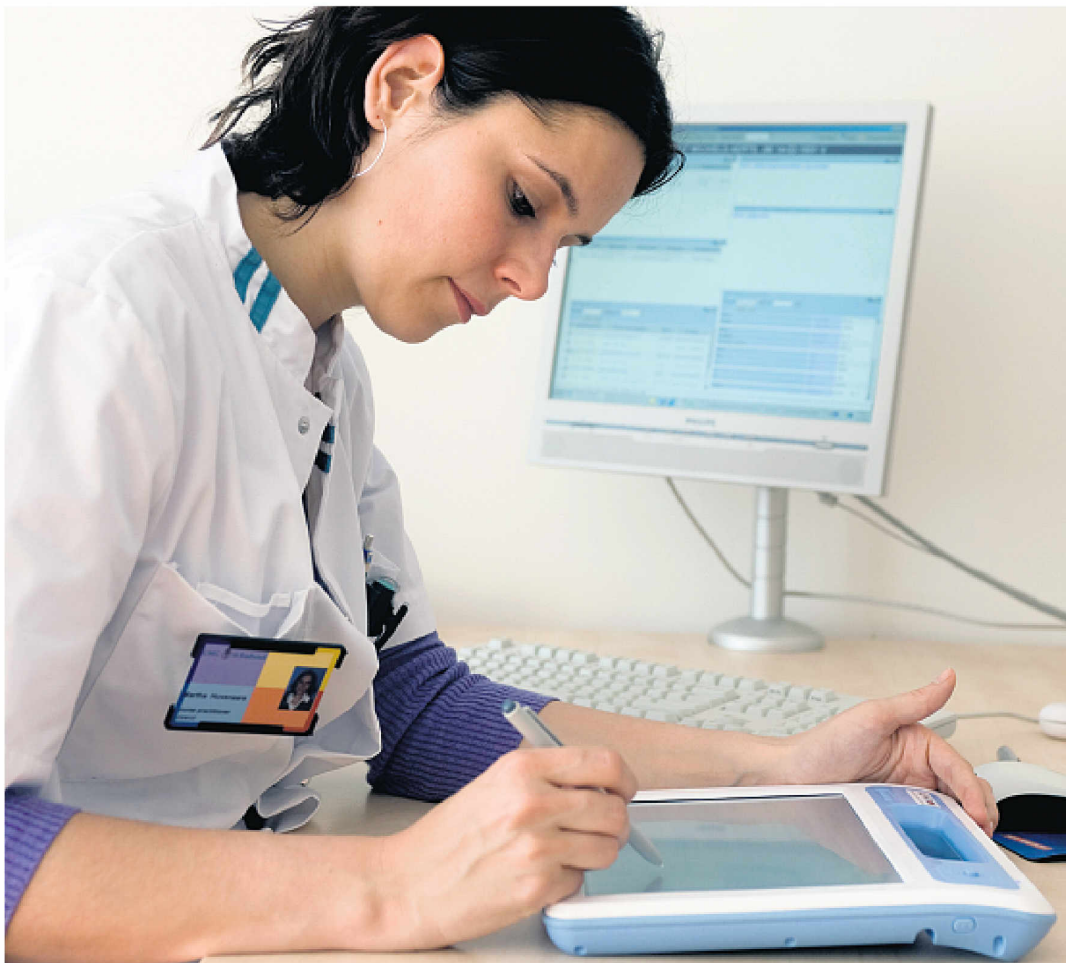
in de kosten van ziekteverzuim, arbeidsongeschiktheid en verlaagde productiviteit de pan uitrijzen. Het opnemen van digitale behandelingen in het zorgpakket is een belangrijke eerste stap.

De tweede stap moet zijn dat zorgverleners méér energie steken in het modern (lees: digitaal) maken van traditionele therapieën. Dit is natuurlijk lang niet altijd mogelijk. Maar zelfs als slechts een fractie wordt gemoderniseerd, betekent dat al pure winst voor patiënt, zorgsector en samenleving.

Overheid en zorgverzekeraars kunnen dit niet afdwingen. Het initiatief hiervoor moet komen vanuit wetenschappelijk onderzoek en zorginstellingen zelf. Hier is ook een belangrijke taak weggelegd voor de — organisaties van — werknemers en ondernemers. Want depressie is vooral een kwaal van werkenden en zal dat nog wel even blijven.

Martin de Heer is voorzitter van de raad van bestuur van Interhealth.





Digitalisering in de zorg neemt toe, zoals deze arts die gegevens van een patiënt bijwerkt in haar digitale panel.

Foto: Frank Muller/HH

