

Eindhovens Dagblad, 23 november 2010

Nederlanders met een milde tot matige depressie kunnen straks ook via de huisarts gebruikmaken van de online therapie 'Beating the Blues'. Praktijkondersteuner PoZoB, zorgverzekeraar UVIT en leverancier Innohealth starten een pilot bij huisartsen om te bepalen of 'Beating the Blues' geschikt is voor gebruik in de huisartsenpraktijk. Gedurende de pilot wordt de effectiviteit van Beating the Blues in de huisartsenpraktijk wetenschappelijk onderzocht. De online therapie wordt vergoed vanuit het basispakket van zorgverzekeraar UVIT.

Naar aanleiding van de pilot verscheen onderstaand bericht in het Eindhovens Dagblad.

beating the blues
Maak kennis met de nieuwe online therapie bij depressie

Wilt u beter leren omgaan met depressie?

Het kan met internettherapie van Beating the Blues. Hierdoor merkten hiermee al meer dan 200.000 mensen succesvol aan duurzaam herstel.

- 8 sessies van een uur
- Wetenschappelijk bewezen effectief
- Aanbevolen door College voor Zorgverzekeringen
- 100% vergoed door de meeste zorgverzekeraars

Start hier

Vraag de huisarts

Huisartsen: primeur met thuistherapie depressie

door Natasja Weber
e-mail: n.weber@ed.nl

EINDHOVEN/HELMOND - Thuis werken aan depressieve klachten zonder psycholoog, maar mét een internetprogramma en begeleiding vanuit de huisartspraktijk. Daar kunnen inwoners van Zuid-

De website 'Beating the Blues', thuistherapie voor mensen met milde depressieve klachten.

oost-Brabant die kampen met milde depressieve klachten vanaf deze week voor kiezen. De regio Eindhoven/Helmond heeft hiermee een landelijke primeur. Ongeveer honderd regionale huisartspraktijken die zijn aangesloten bij PoZoB (organisatie die huisartsen ondersteunt) bieden de online therapie aan in samenwerking met zorgverzekeraar UVIT; Univé, VGZ, IZA en Trias. Met de thuistherapie hopen de ini-

tiatiefnemers mensen met depressieve klachten tijdig te kunnen helpen. Uiteindelijk moet dat leiden tot kortere wachttijden bij de psycholoog. Mensen die voor de online therapie in aanmerking willen komen, worden in de huisartspraktijk gezien door de praktijkondersteuner geestelijke gezondheidszorg. Na een intakegesprek gaan patiënten thuis aan de slag. Ze doorlopen acht sessies waarbij ze allerlei on-

drachten moeten doen om hun sombere klachten proberen uit te bannen. De praktijkondersteuner volgt het verloop van de behandeling op afstand en heeft na afloop een evaluatiegesprek met de patiënt. De online thuistherapie (officiële naam is 'Beating the Blues') die nu via de huisarts wordt ingezet, is onder psychologen al een veelvuldig gebruikt middel. www.beatingtheblues.nl