

Handreiking toepassing e-Health in de praktijk (Minddistrict)

Oktober 2016



Inhoudsopgave:

1. *Wat is e-Health en blended care?*
2. *Effectiviteit e-Health*
3. *Uitdaging aan POH-GGZ*
4. *Meerwaarde*
5. *Wanneer?*
6. *Hoe?*
7. *Wat is Minddistrict?*
8. *Werkwijze Minddistrict*
9. *Veel gestelde vragen Minddistrict:*



1. Wat is e-Health en blended care?

E-Health definitie (NICTIZ): “e-Health is het gebruik van nieuwe informatie- en communicatietechnologieën, en met name internet-technologie, om gezondheid en gezondheidszorg te ondersteunen of te verbeteren”

Blended care is zorg waarbij reguliere face-to-face gesprekken gecombineerd worden met online interventies zoals bijvoorbeeld online behandelmodules.



2. Effectiviteit e-Health:

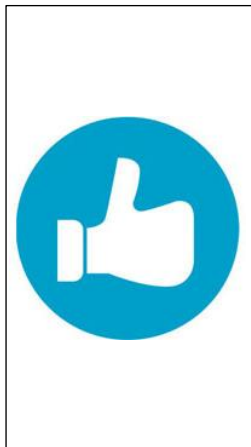
Er is wetenschappelijk bewijs voor de effectiviteit en kosteneffectiviteit van verschillende onlineprogramma's voor depressie, alcoholproblemen en angst. Het combineren van online-interventies met face to face-contact staat bekend als 'blended care'. Dankzij deze combinatie van zorg kan de zorgverlener e-mental-health-interventies gemakkelijker toepassen in zijn of haar praktijk. Wat betreft het daadwerkelijk gebruik van e-mental-health-interventies in de zorg valt nog winst te halen. In de huisartsenpraktijk wordt het gebruik van blended care voor psychische aandoeningen sinds dit jaar gestimuleerd dankzij extra financiering voor de praktijkondersteuner GGZ (3+ regeling). Investering in implementatie is hierbij nodig.

LEES MEER: <https://www.ntvg.nl/artikelen/e-health-de-ggz-hoe-staat-het-daar-nu->



3. Uitdaging aan POH-GGZ:

POH-GGZ gebruikt in december 2017, op maat, bij 10-30% van zijn/haar patiënten Minddistrict (blended care), om patiënten bewust en actief te betrekken in hun eigen gezondheidsproces.

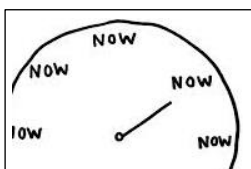


4.1 Meerwaarde - Patiënt:

- Eigen regie wordt vergroot
- Empowerment wordt vergroot
- Vrijheid in tijdspad en -besteding
- Katalysator in persoonlijke ontwikkeling: hoe komen we tot zelfreflectie en analyse?
- Verantwoordelijkheid voor eigen welzijn
- Kans om laagdrempelig familie en omgeving te betrekken.

4.2 Meerwaarde - Zorgverlener:

- Het is effectief, doelgericht en oplossingsgericht
- Het genereert meer objectieve informatie vanuit cliënt waardoor meer zicht op diens problemen
- Het biedt meer kans op een gelijkwaardige relatie tussen professional en cliënt
- Het biedt meer kans op een gevarieerde agenda en spreiding van werkdruk



5. Wanneer?

Iedereen die mailt, Facebook gebruikt of Marktplaats bezoekt kan Minddistrict gebruiken.

Bij diverse klachtgerichte behandelingen. Niet bij crisisachtige situaties.



6. Hoe?

- Motivering voor gebruikmaking van e-Health is noodzakelijk.
- Bespreek samen met cliënt of blended care de voorkeur heeft
- Bekijk samen met de cliënt het e-Health-modulepakket wat passend is bij de hulpvraag.
- Geef uitleg over de mogelijkheden van e-Health, benoem de voordelen.
- Ben je ervan bewust dat je eigen enthousiasme stimulerend werkt.
- Aanbieden van een informatiefolder over Mind-district.



7. Wat is Minddistrict?

- Tussen de face-to face contacten werkt de hulpvrager thuis aan een klachtgerichte module.
- Hulpvrager maakt huiswerkopdrachten die zichtbaar zijn voor hulpverlener.
- Deze geeft feedback.
- Chatten en dagboekfunctie is mogelijk.
- Structureel zijn er face to face contacten waarbij het hulpverleningsproces, eventueel belemmerende en helpende factoren besproken worden.
- Blended care kan volgens de matched care aanpak binnen de diverse echelons van de GGZ-keten aangeboden worden.



8. Werkwijze Minddistrict

- Minddistrict werkt grotendeels op dezelfde therapeutische principes als face to face therapie.
- Doe aan verwachtingsmanagement door duidelijk aan te geven wanneer je bereikbaar bent, zult reageren op mail en/of huiswerk.
- Geef aan wanneer je afwezig bent
- Geef digitale complimenten!
- Maak het leuk en meer persoonlijk. Plaats een foto van jezelf in de e-Health applicatie en zorg voor een welkom boodschap.
- Maak een snelkoppeling op je bureaublad naar de e-Health mogelijkheid.
- Maak het leuk en meer persoonlijk. Plaats een foto van jezelf in de e-Health applicatie en zorg voor een welkomboodschap.

9. Veel gestelde vragen Minddistrict:

Wilt u een inlog als POH-GGZ voor Minddistrict?

http://www.synchroon.info/formulieren/aanmelden_inloggegevens_minddistrict/

Wat gebeurt er als ik me heb aangemeld voor een inlog?

U krijgt binnen één week twee inlogcodes gekregen per email. Eentje om te oefenen en eentje voor echte contacten. De inloggegevens kunt u identiek maken. Heeft u geen email ontvangen, kijk in uw spam (ongewenste e-mails) inbox. Lukt het niet: info@synchroon.info.

Wat is de trainingsomgeving?

Om te kunnen oefenen met het gebruik van het Minddistrict platform heeft u een account gekregen op een eigen trainingsomgeving; <https://synchroon.training.minddistrict.com>. Op deze omgeving kan er geoefend worden met de functionaliteiten en modules die binnen het platform beschikbaar zijn. Dit is gratis en u kunt alles uitproberen!

De 'echte omgeving'

Voor echte contacten, ga naar: <https://synchroon.minddistrict.nl>.

Waar vind ik een handleiding?

<http://www.manula.com/manuals/minddistrict/manual-for-therapist>

Wat zijn de kosten voor Minddistrict?

Indien huisartsenpraktijk meedoet aan de 3+ regeling bij Synchroon zijn er geen kosten verbonden aan het gebruik van Minddistrict. Per aanmelding van een nieuwe cliënt wordt er betaald door Synchroon aan Minddistrict. Het aantal modules of dagboeken per patiënt is ongelimiteerd.

Training

Wilt u een training op uw praktijk voor uw gehele team of een korte individuele online training? Neem contact op kis@synchroon.info

Hoe start ik?

1. Maak in de trainingsomgeving een testpatiënt (klik op 'Cliënten' en vervolgens op 'Cliënt toevoegen') aan op je eigen emailadres. Open de testpatiënt. Voeg de module depressie toe. Klik op details. Klik op gebruikersswitch. Op deze manier ziet u de omgeving van de patiënt. Klik op terug naar eigen account op terug te keren naar de professional account.

Met de gebruikersswitch kunt u ervaren wat de patiënt ziet, leest en welke opdrachten er gegeven worden.

2. Start met maximaal 3 patiënten die één van de volgende modules volgen: ADHD, depressie, minder piekeren of angst.

3. Breid uit naar 10 patiënten.

4. Ontdek enkele nieuwe modules.

Hoe richt ik mijn agenda in?

Plan 1x per week een apart blokje in je agenda voor e-Health. Op dit tijdstip beantwoord je alle online behandelingen/vragen.

Ik heb nog een vraag:

Heeft u inhoudelijke over een dagboek of module? amaas@medipark.nl

Heeft u vragen met betrekking tot inloggen? info@synchronon.info

Heeft u een andere vragen? kis@synchronon.info

Wanneer komt er een snelkoppeling vanuit het KIS naar Minddistrict?

De koppeling is technisch klaar. We verwachten deze in mei 2017 in gebruik te nemen.