



Vital voor Stoppen met Roken



vitale samenwerking.....

1. Introductie

Levensstijl is in toenemende mate bepalend voor allerlei gezondheidsrisico's. Veranderingen in eet- en leefgewoontes veroorzaken een diversiteit aan medische en sociale problematiek. Eén van de belangrijkste oorzaken voor veel gezondheidsproblemen is roken. De uitdaging om rokers van deze verslavende problematiek af te helpen krijgt een belangrijke impuls met de nieuwe softwaretoepassing van VitalHealth, Vital voor Stoppen met Roken.

1.1. Roken in Nederland

Een aanzienlijk deel van de Nederlandse bevolking rookt. Van de bevolking ouder dan 12 jaar rookt ongeveer 30 %, terwijl gemiddeld genomen rond het 15e levensjaar wordt gestart met roken. 65% van de rokers heeft ooit wel geprobeerd om te stoppen, maar van deze groep redt slechts 30 % het om dit vol te houden. Succesvolle stoppers bereiken dit gemiddeld na respectievelijk 19 en 16 jaar roken. Ongeveer de helft van de rokers wil graag van deze verslaving afkomen. Hierin ligt een enorme behoefte aan de kant van de roker om te gaan werken aan een gezonde toekomst. Daarnaast is de huidige wet- en regelgeving erop gericht om de werkomgeving, openbare ruimtes en horeca tot rookvrij gebied te maken.

1.2. Roken en gezondheid

Gebruik van tabak wordt gerelateerd aan allerlei aandoeningen, waaronder kanker, COPD, cardiale aandoeningen, herseninfarcten en vaatproblematiek. Longkanker is hiervan de meest

impactvolle aandoening door de geringe overlevingskans. Zogenaamde meerokers lopen eveneens een gezondheidsrisico. Zo stelt het roken door zwangere vrouwen het ongeboren kind al bloot aan een ongezonde levensstijl. Roken is een niet te ontkennen gezondheidsprobleem en interventie op deze verslavende gewoonte is een bijzonder grote uitdaging.

1.3. Roken is een verslaving

Tabaksrook bevat (naast 4000 andere stoffen) met name nicotine, teer en koolmonoxide. Vooral op nicotine ontwikkelt het lichaam een sterke behoefte. In deze behoefte wordt snel voorzien op het moment dat een nieuwe sigaret wordt geconsumeerd; al binnen 10 seconden na de eerste inhalatie komt de nicotine aan in de hersenen. Naast het verslavende karakter van de stof nicotine is de gewoonte om te roken vaak sterk ingesleten in het leefpatroon. Deze gewoonteverslaving is ook een niet te onderschatten barrière voor een geslaagde stoppoging.

(Bron: Website Stivoro, 2008)

1.4. Interventiemethoden

Diverse rookstop methoden zijn ontwikkeld. Sommige rokers die stoppen met roken maken gebruik van medicatie of nicotinesubstituten. Daarnaast krijgen sommigen begeleiding door zorgverleners.

Middelen

Om te stoppen met roken zijn geregistreerde geneesmiddelen beschikbaar. Medicatie helpt zowel de nicotinebehoefte als de ontwenningverschijnselen te reduceren. Alleen als een sterke motivatie om te stoppen aangetoond is, wordt medicatie geadviseerd.

Daarnaast kunnen nicotinesubstituten zoals nicotinepleisters, nicotinekauwgum en ook de recent ontwikkelde elektrische sigaret helpen om in de behoefte van nicotine te voorzien. Gebruik hiervan vermindert de nicotine behoefte van de stoppende roker en zo ook de drang tot het opsteken van een nieuwe sigaret.

Interventiestrategie

Bij de 'cold turkey' methode wordt zonder enige ondersteuning een stoppoging ondernomen. Wetenschappelijke resultaten laten zien dat dit de minst effectieve methode is. Juist ondersteu-

ning vanuit de omgeving speelt een belangrijke rol om de stopper gemotiveerd te houden. (Bron: Website Stivoro 2008) Bij de Minimale Interventiestrategie heeft de zorgverlener ook een rol. Door regelmatige consultatie wordt de stopper maximaal gemotiveerd. Veelal is dit een rol van de huisarts, praktijkondersteuner of longverpleegkundige. Desondanks bestaat veelal terugval in de oude gewoonte, wat voor alle betrokkenen een teleurstelling is.

Succesfactoren

De grootste slagingskans om te stoppen met roken wordt bereikt door de stop-ondersteuning aan te passen aan de individuele situatie van de cliënt. Hiervoor moet eerst de situatie in kaart worden gebracht om deze vervolgens te vertalen in een gericht ondersteuningsprogramma. Daarnaast dient de cliënt intensief via contactmomenten te worden ondersteund. Deze aanpak moet planmatig worden aangepakt en uitgevoerd door een gemotiveerde zorgverlener met een passend profiel. Tenslotte is adaptieve software essentieel bij het vaststellen van het beste ondersteuningsprogramma en een goede uitvoering van het programma.



vitaal leven...

2. VitalHealth Software

2.1. Ontstaan

VitalHealth is ontstaan uit de samenwerking van haar aandeelhouders Mayo Clinic (USA) en de Noaber Foundation (NL). Mayo Clinic, een internationaal en gerenomeerd topklinisch instituut, voorziet VitalHealth van de medische kennis en gebruikt de door VitalHealth ontwikkelde software. De Noaber foundation is een Nederlandse stichting die zich door social venturing ondermeer richt op het ondersteunen van vernieuwingen in de gezondheidszorg met ICT.

2.2. Missie

De missie van VitalHealth is om een bijdrage te leveren aan de gezondheid van mensen door middel van innovatieve ICT-oplossingen. VitalHealth wil met flexibele softwareoplossingen die gebaseerd zijn op algemeen geaccepteerde protocollen, disease management maximaal ondersteunen en bestaande systemen verrijken. Zij richt zich daarbij allereerst op de behandeling van chronische aandoeningen zoals diabetes mellitus en COPD, omdat een groot en toenevend aantal mensen hieraan lijdt. Daarnaast maken toepassingen voor leefstijl interventies zoals Vital voor Stoppen met roken deel uit van het productenportfolio.

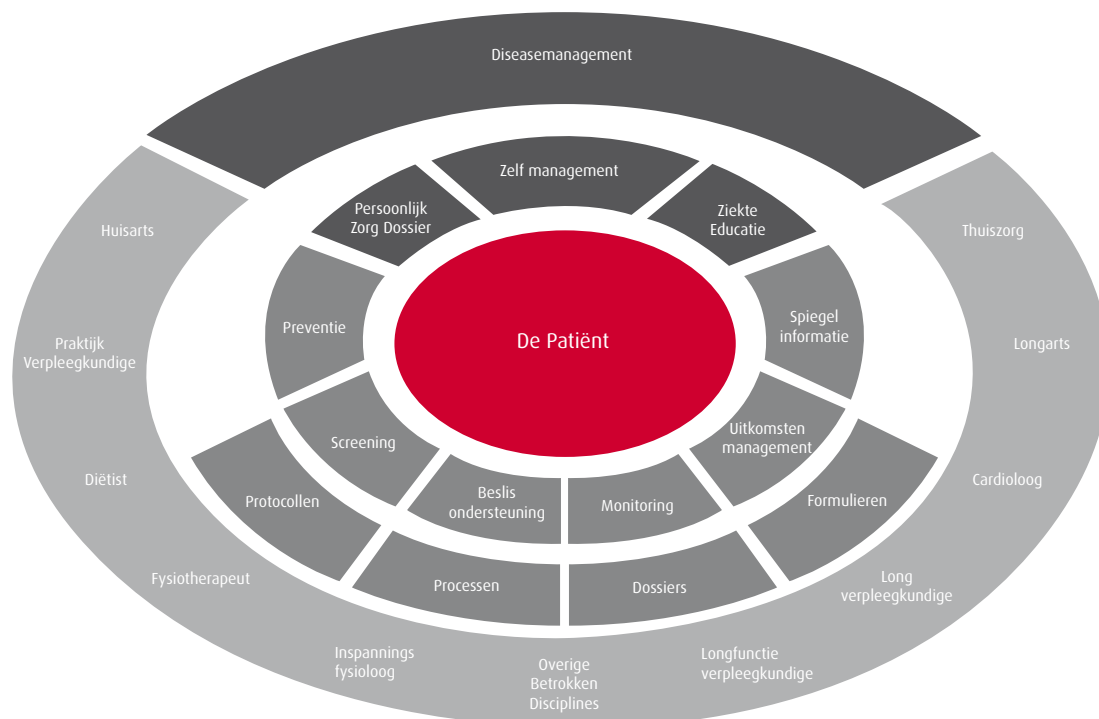


fig.1 Disease management

2.3. Disease Management

Belangrijk bij het leveren van kosteneffectieve en kwalitatief hoogwaardige disease management is dat ICT-oplossingen ondersteunend zijn bij protocolgebaseerde werkprocessen, multidisciplinaire samenwerking en het monitoren van klinische uitkomsten en processen. Daarnaast kan de patiënt met zelfmanagement een actievere rol in de beheersing van zijn gezondheid krijgen. Complicerende factoren hierbij zijn dat veel chronische patiënten aan meerdere aandoeningen tegelijk lijden en dat organisaties en behandelwijzen continu in ontwikkeling zijn.

2.4. Software platform

Software voor disease management moet dus ketenzorg en multi-disease management ondersteunen en daarnaast breed toepasbaar en flexibel zijn. De huidige ICT-systemen zijn echter overwegend star en vooral ontwikkeld voor administratieve ondersteuning. VitalHealth is de eerste mondiale software onderneming die een webbased softwareplatform heeft ontwikkeld dat generiek en flexibel genoeg is om multi-disease management volwaardig gestalte te geven.

Disease management
preventie
screening
protocollaire behandeling
taakdelegatie
gestructureerde data vastlegging
behandelplan
zelfmanagement
educatie
ketenzorg
samenwerking
zorgpaden
uitkomsten
rapportages
spiegelinformatie

fig.2 Aspecten van disease management



...vitale toekomst

3. Succesvol stoppen met ondersteuning van ICT

VitalHealth richt zich als softwareleverancier naast Keten Informatie Systemen voor chronische aandoeningen ook op toepassingen op het gebied van lifestyle interventies. VitalHealth focust daarbij onder andere op stoppen met roken en gewichtsmanagement. Vital voor Stoppen met Roken biedt zowel de stoppende roker als de betrokken begeleiding optimale ondersteuning voor een maximaal succes.

3.1. De stoppende roker

Begeleiding in stoppen met roken is effectief als de stoppende roker actief bij de behandeling betrokken wordt. Met Vital voor Stoppen met Roken krijgt de stopper op termijn ook toegang tot eigen dossiergegevens. De stopper kan actief deelnemen aan de behandeling, door gegevens over bijvoorbeeld het rookgedrag, de terugval en de ontwenningverschijnselen via het systeem met de begeleidende zorgverlener te delen. De stoppende roker krijgt door deze informatie beter inzicht in de problematiek van het stoppen en wordt gemotiveerd om vol te houden.

3.2. Samenwerking in de keten

Optimale ondersteuning bij de stoppoging vereist dat alle relevante disciplines goed samenwerken en op de hoogte zijn van de stoppoging van de roker. Vital voor Stoppen met Roken kan daarom door iedere zorgverlener in de keten worden gebruikt, waarmee efficiënte en effectieve samenwerking en informatie-uitwisseling ook praktisch gezien een haalbaar doel zijn geworden.



fig.3 Het zorgoverzicht van de stoppende roker en het in kaart brengen van nicotine afhankelijkheid

3.3. Proactieve ondersteuning

Vital voor Stoppen met Roken is primair ontwikkeld voor het ondersteunen van de stoppoging. Een geïntegreerd beslissingsondersteunend systeem plant noodzakelijke coachmomenten, ondersteunt op basis van rokersspecifieke achtergrondinformatie en geeft op richtlijnen gebaseerde adviezen.

3.4. Integratie

VitalHealth geeft integratie een nieuwe dimensie. Op dit moment wordt de integratie vormgegeven doormiddel van Edifactberichten. Vital voor Stoppen met Roken maakt de informatie over de stoppoging via Edifact berichten voor het HIS beschikbaar, waarmee de huisarts op de hoogte wordt gehouden van de voortgang

en het succes van de stoppoging. Hiermee is een nauwe betrokkenheid van de huisarts bij de stoppende roker gegarandeerd. VitalHealth werkt momenteel ook aan integratie doormiddel van de HL7-standaard.

3.5. Flexibiliteit

De zorg is een dynamische werkomgeving geworden: huisartsen werken samen in zorggroepen en focussen op multidisciplinaire samenwerking. Verzekeraars introduceren DBC's voor ketenzorg en verlangen rapportages op het gebied van uitkomsten en de inhoud van het proces. Richtlijnen worden door voortschrijdend inzicht, hogere kwaliteitseisen en intensief onderzoek voortdurend aangescherpt. Vital voor Stoppen met Roken is gebouwd in een nieuwe generatie revolutionaire software. Hiermee zijn gewenste aanpassingen binnen deze veranderende werkomgeving snel en eenvoudig te realiseren. Hierbij kan gedacht worden aan aanpassingen in richtlijnen, werkstromen, samenwerkingsverbanden, declaraties en rapportages. Met Vital voor Stoppen met Roken kunnen aanpassingen eenvoudig worden doorgevoerd door een ervaren applicatiebeheerder, waardoor slepende

offertetrajecten en dure programmeurs worden bespaard.

3.6. Web-based

De webbased software van VitalHealth is bruikbaar wanneer u een browser en internetverbinding heeft. Het werkt net zo intuïtief als surfen op het internet. Dat is niet alleen belangrijk voor de zorgverlener, het is ook van essentieel belang om de stopper maximaal toegang tot het systeem te geven, juist op de momenten dat daaraan behoefte is..

3.7. Generiek bruikbaar

Vital voor Stoppen met Roken is ontwikkeld voor de begeleiding van stoppende rokers. Zowel rokers als de begeleiding worden maximaal ondersteund om tot een succesvolle poging te komen. De toepassing is daarmee van vitaal belang voor:

- *Ziekenhuizen met stoppen-met-rokenpoli's*
- *Zelfstandige behandelcentra met stoppen-met-rokenpoli's*
- *Gezondheidscentra*
- *Samenwerkende huisartsen*
- *Thuiszorgorganisaties*

4. Functionaliteit

4.1. Gebaseerd op protocollen

Vital voor Stoppen met Roken is gebaseerd op de Minimale Interventiestrategie. Hierdoor wordt ondersteuning geboden op basis van gangbare protocollen. Deze geprotocolleerde aanpak is een belangrijke voorwaarde voor een gerichte en planmatige aanpak die tot succes leidt.

4.2. Intake van de stopper

Vital voor Stoppen met Roken brengt door een gerichte intake helder in kaart wat de achtergrond, ervaring en motivatie van de stopper is. Deze informatie verhoogt de kans op succes van

gemotiveerde stoppers. Tijdens de intake maakt deze adaptieve software duidelijk of het zinvol is om de stoppoging te starten en op welke manier de stoppende roker het beste kan worden ondersteund.

4.3. Vragenlijsten rondom roken

Is er sprake van een rokende partner of kinderen? Hoeveel tabaksconsumpties worden per dag gebruikt? Door het gebruik van lijsten met dergelijke vragen kan op een gestructureerde manier inzicht worden verkregen in het rookpatroon van de stopper en de mate waarin de om-

The screenshot displays the 'Ondersteuningsprogramma' (Support Program) form in the VitalHealth application. The form is organized into several sections:

- Header:** 'Ondersteuningsprogramma' with tabs for 'Ondersteuningsprogramma' and 'Vital parameters'.
- Personal Information:** Fields for Name (J. (Janet) Top), Birth Date (05-11-1955), Patient Code (00036), HIG number (65785443249), HA practice (Stoppen met Roken), and Issued by (Hendrik, 18-04-2008, 14:36).
- Angsten (Fears) and Advies (Advice):**

De behoefte te roken	Nicotine substituu, gewoonte vermijding, verzoek 'omgevings ondersteuning', peer-to-peer ondersteuning
Frikkelbaarheid / rusteloosheid	Nicotine substituu, Medicatie, Yoga, verzoek 'omgevings ondersteuning'
Gewichtstoename	Dieet advies, lichaams oefeningen, verzoek 'omgevings ondersteuning'
- Medicatie ervaringen voorgaande stoppogingen (Medication experiences previous attempts):**

Goede ervaring	Nicotine pleister, Call turkey.
Slechte ervaring	Nicotine kauwgom.
Geen ervaring	Bupropion / Zyban.
- Pharmacotherapy:** A dropdown menu showing 'Nicorette'.
- Aanbevelen niet-farmacotherapie (Recommendations non-pharmacotherapy):** A dropdown menu showing 'Yoga'.
- Aanbevelen ondersteuningsprogramma (Recommendations support program):** A dropdown menu showing 'Dieet advies'.

fig.4 Ondersteuning bij de intake van de stoppende roker

geving stimulerend is voor de stoppoging. Met Vital voor Stoppen met Roken worden ook alle relevante gezondheidsparameters van de stopper structureel geregistreerd. Het systeem attendeert op afwijkende bevindingen.

4.4. Barrières

Vital voor Stoppen met Roken brengt in kaart hoe groot de nicotine afhankelijkheid is. Hiermee wordt inzichtelijk hoe zwaar het de roker zal vallen om te stoppen en wordt de suggestie voorgelegd of het inzetten van nicotinesubstituten zinvol kan zijn. Ook wordt met de roker gekeken naar eventuele andere barrières. De roker kan bijvoorbeeld aangeven bang te zijn voor gewichtstoename, concentratieverlies of slaapproblemen. Door gerichte coaching en ondersteunende maatregelen op deze aspecten wordt maximaal succes nagestreefd.

4.5. Voordelen van het stoppen

Vital voor Stoppen met Roken legt vast welke voordelen de stopper het meest belangrijk vindt. Precies op deze voordelen kan de stopper gemotiveerd en gecoacht worden. Met Vital voor Stoppen met Roken kan de zorgverleners maatwerk leveren voor de stoppende roker. Vital voor Stoppen met Roken kijkt ook naar financiële aspecten. Hoeveel geld kan worden bespaard op korte en lange termijn en hoeveel geld is besteed aan

deze verslaving? Dit inzicht kan een extra stimulans betekenen voor de stopper.

4.6. Kiezen op basis van persoonlijk profiel

Nadat persoonlijke omstandigheden, barrières en motivatie van de stopper in kaart zijn gebracht wordt een keuze gemaakt voor de stopmethode. Vital voor Stoppen met Roken maakt op intelligente wijze inzichtelijk, van welke methode(s) op grond van de ingevoerde gegevens het meeste effect mag worden verwacht. In overleg met de stopper wordt een definitieve en goed onderbouwde keuze gemaakt.

4.7. Afspraken functionaliteit

Nadat tijdens de intake de roker aangegeven heeft te willen stoppen vraagt Vital voor Stoppen met Roken een afspraak te maken voor een 'stoppen-met-rokenafpraak'. Met Vital voor Stoppen met Roken kunnen eenvoudig afspraken worden gemaakt. Omdat structureel contact met de stopper van belang is voor succes, is dit een belangrijk aspect van de software. Om een optimale begeleiding te garanderen plant het systeem de noodzakelijke follow-up en contactmomenten tussen begeleidende zorgverlener(s) en de stopper. De planning en opzet van de contactmomenten zijn gebaseerd op de algemeen geaccepteerde Minimale Interventiestrategie.

4.8. Spirometrie

Rokers lopen een verhoogd risico op aandoeningen van de luchtwegen. Met Vital voor Stoppen met Roken kan daarom een spirometrie worden uitgevoerd. De gegevens van de geblazen curve worden in het systeem vastgelegd en kunnen naar wens met andere zorgverleners worden gedeeld. Hierdoor wordt het mogelijk om (beginnende) COPD op te sporen.

4.9. Verwijzen

De stopper kan vanuit Vital voor Stoppen met Roken worden verwezen naar andere zorgverleners, zoals de diëtist, de fysiotherapeut, de sportschool, de yogaleraar of de laserkliniek, nadat met deze zorgverleners hierover samenwerkingsafspraken gemaakt zijn. De zorgverlener waarnaar verwezen wordt, krijgt per e-mail bericht van de verwijzing, zodat deze weet dat een stopper “onderrweg” is. Deze gestructureerde samenwerking biedt veel voordelen: de betrokken zorgverlener krijgt stoppers naar zich verwezen, maar is gedwongen om bevindingen en voortgang vast te leggen in Vital voor Stoppen met Roken. Hierdoor ontstaat de noodzakelijke transparantie over de effectiviteit van de betrokken methode en/of zorgverlener, wat aanzet tot maximale inzet van deze zorgverlener.

4.10. Visualiseren van longleeftijd & succesrate

Vital voor Stoppen met Roken visualiseert door middel van grafieken de longleeftijd van de stopper en de succeskans van de gekozen methode. Met deze ondersteuning wordt gewerkt aan een maximale motivatie van de stopper.

4.11. Inzicht in resultaat

Vital voor Stoppen met Roken biedt rapportages om inzichtelijk te maken hoe effectief het stoptraject is. Hiermee is inzicht in aantallen intakes, de gekozen methodes, contactmomenten, mate van terugval en het succespercentage.

Om inzicht te krijgen in de reden van succes of falen bevat Vital voor Stoppen met Roken een gestructureerde evaluatie. Zo wordt helder waarom een poging al dan niet succesvol is verlopen en welke aspecten hiervoor bepalend zijn geweest. Omdat de voortgang en de succesrate bij elke stoppoging worden vastgelegd, ontstaat inzicht in de toegevoegde waarde van iedere stopmethode, zelfs in relatie tot het profiel van de stopper.

5. Samenvatting

Vital voor Stoppen met Roken voor u samengevat

Ondersteuning van Intake tot Rapportage:

Vooraf:

- Bepalen nicotine afhankelijkheid
- Vastleggen voor rook- en stophistorie
- Vastleggen motivatie
- Vastleggen barrières

Dan:

- Gezamenlijk vaststellen beste begeleidingsmethode

Vervolgens:

- Uitvoeren van begeleidingsmomenten
- Eventueel aanpassen van begeleidingsmethode

Tenslotte:

- Evalueren van succes
- Rapporteren

Alle rollen ondersteund

- Praktijkondersteuner of RookStop begeleider
- Diëtist
- Fysiotherapeut
- Sportschool
- Andere betrokken zorgverleners

Vital voor Stoppen met Roken ondersteunt een succesvolle stoppoging:

Optimale begeleiding van de stoppende roker door selectieve intake, gerichte ondersteuning en maximale begeleiding

Maximaal succes door web-based ondersteuning voor zelfmanagement & zelfeducatie van de stopper. Efficiënte informatie uitwisseling tussen stopper en begeleider en begeleiders onderling.

Korte- en langetermijn gezondheidswinst en betere kwaliteit van leven door voorkomen van roken-gerelateerde aandoeningen

Zonneoordlaan 17

6718 TK Ede

The Netherlands

P +31 (0)318 - 65 77 30

F +31 (0)318 - 65 77 58

www.vitalhealthsoftware.com

info@vitalhealthsoftware.com