

Leef! Een augmentatie strategie?

Leefstijlinterventie pilot
Jolien Kik, GGZ Drenthe
8 september 2022

Disclosure belangen spreker

**Geen (potentiële)
belangenverstrengeling**

Geen

**Voor bijeenkomst mogelijk
relevante relaties¹**

GGZ Drenthe, UMCG

- Sponsoring of onderzoeksgeld²
- Honorarium of andere (financiële) vergoeding³
- Aandeelhouder⁴
- Andere relatie, namelijk ...⁵

Espria Innovatiefonds,
Fonds Psychische gezondheid



Achtergrond

- ▶ Bijna 20% van de Nederlanders ooit in leven depressieve of angststoornis
- ▶ Behandeling met name gericht op:
 - ▶ Gedrags-, psychologisch- en farmacotherapie
 - ▶ Daarnaast running-therapie (nu als eerste-stap interventie)
- ▶ Onderzoek wijst uit dat klachten (ook) verminderd worden door o.a.
 - ▶ Gezonder dieet, stoppen met roken (+ meer lichaamsbeweging)
 - ▶ Meer verschillende interventies tegelijkertijd → meer behandel-effect
- ▶ Eerste leefstijlstudieresultaten m.b.t. klachtenreductie hoopvol, daarom pilotstudie “Leef!”



Leef! - TRAINING

Wie komen in aanmerking?

▶ Inclusiecriteria:

- ▶ Affectieve of angststoornis
- ▶ Metabool syndroom (MetS)
 - ▶ ≥ 45 jaar: min. 3/5 criteria
 - ▶ < 45 jaar: min. 2/5 criteria
- ▶ Maatje beschikbaar
- ▶ Bereidheid tot:
 - ▶ Invullen vragenlijsten
 - ▶ Dragen actimeter
 - ▶ Interview laten afnemen

▶ Exclusiecriteria:

- ▶ Boulimia of anorexia nervosa
- ▶ Onvoldoende beheersing van het Nederlands
- ▶ Niet kunnen lezen of schrijven
- ▶ Onderwijs $<$ MBO 2



Leef! - TRAINING Programma

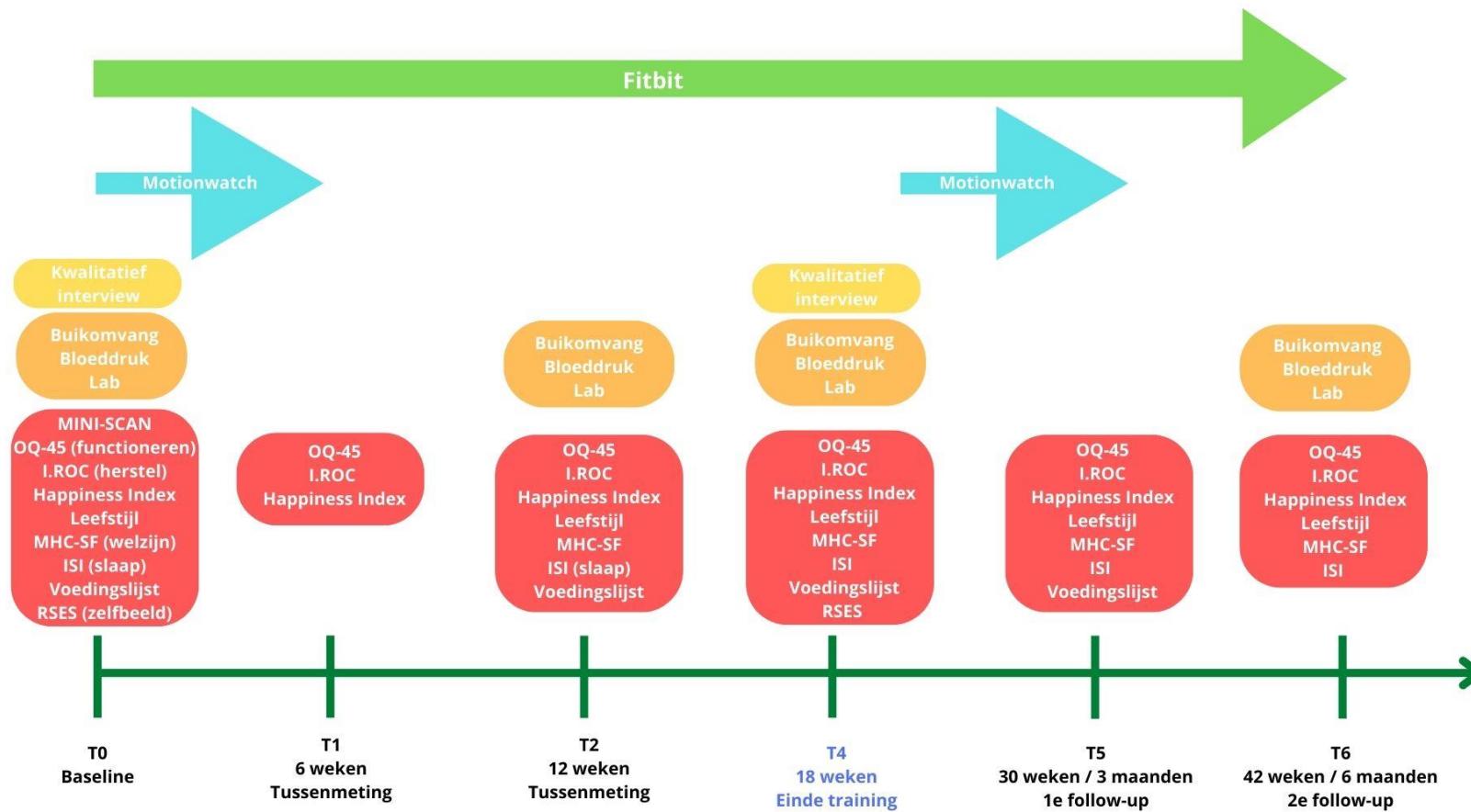
- ▶ Bijeenkomsten onder leiding van een leefstijltrainer
 - ▶ 18 bijeenkomsten
 - ▶ 13 groepsbijeenkomsten (1,5 - 2 uur/bijeenkomst)
 - ▶ 5 individuele bijeenkomsten (0,5 uur/bijeenkomst)
- ▶ Persoonlijke doelen deelnemers
- ▶ Leefstijlmodules

Het Leefstijlroer



Leef! - ONDERZOEK

Metingen



Leef! - ONDERZOEK

Waar staan we?

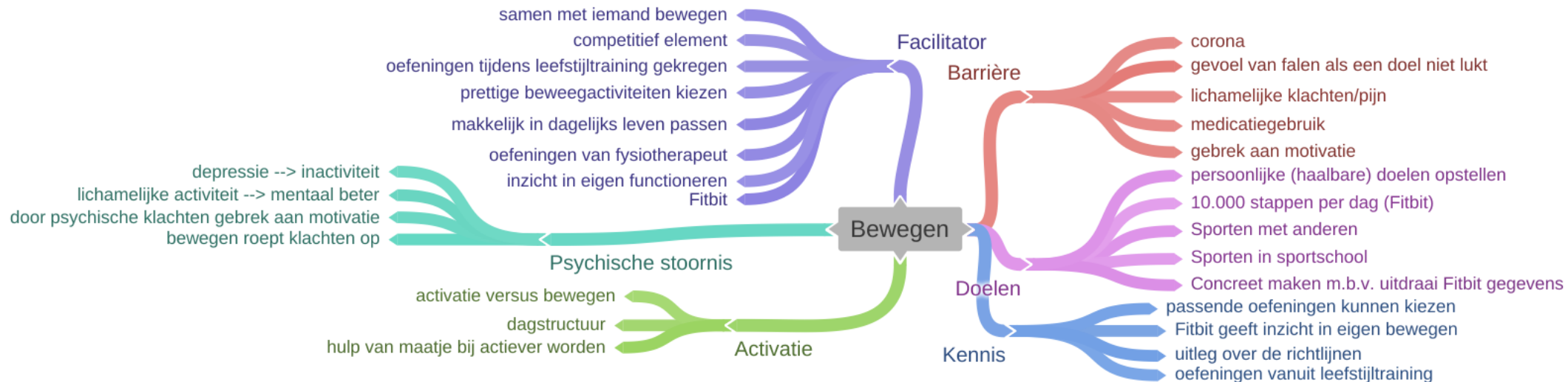
- ▶ Training afgerond
 - ▶ 43 deelnemers
- ▶ Kwalitatief
 - ▶ Voormetingen; 27 interviews
 - ▶ 17 deelnemers & 10 maatjes
 - ▶ Nametingen
 - ▶ Vraagroutes en afspraken
- ▶ Kwantitatief
 - ▶ Per november analyse

Baselinemetingen		
Demografie	Vrouw	Man
Aantal	23	20
Leeftijd in jaren (gem)	21-65 (43)	35-67 (51)
BMI (gem)	20-48 (36)	24-65 (35)
Buikomvang cm (gem)	78-136 (111)	90-131 (120)



Vragen?

- ▶ “Waar denkt u aan bij gezond leven?”
 - ▶ Bewegen; geïnterviewden



Mede mogelijk gemaakt door:

Leef!-team

- ▶ Daniëlle Cath
 - ▶ PI
- ▶ Maartje Hofman
 - ▶ Onderzoeksassistent
- ▶ Jolien Kik
 - ▶ Promovendus
- ▶ Nicolette Moes
 - ▶ Manager/leefstijltrainer
- ▶ Erwin Norder
 - ▶ Leefstijltrainer
- ▶ Rens Vugt
 - ▶ Leefstijltrainer

Promotieteam

- ▶ Marjolein Berger
 - ▶ Promotor
- ▶ Huib Burger
 - ▶ Co-promotor
- ▶ Daniëlle Cath
 - ▶ Promotor
- ▶ Jolien Kik
 - ▶ Promovendus
- ▶ Edith Liemburg
 - ▶ Co-promotor



Bijlage 1 - Metingen

	Base-line	6 weken	10 weken	15 weken	18 weken	30 weken	42 weken
Lab/LO	X		X		X		X
Leefstijl	X		X		X	X	X
MHC-SF	X		X		X	X	X
OQ-45	X	X	X	X	X	X	X
I.ROC	X	X	X	X	X	X	X
Voedings- lijst	X		X		X	X	
ISI	X		X		X	X	X
Rosen- Berg	X				X		
HI	X	X	X	X	X	X	X
MINI-SCAN	X						
KI	X				X		

