

'ER IS ZOVEEL WAT JE AAN DUIZELIGHEID KUNT DOEN'



Vincet van Vugt ontving de NHG-Wetenschapsprijs 2020 voor zijn artikel over vestibulaire revalidatie bij duizeligheid.

'Besef dat onderzoek bij huisartsgeneeskunde hoort'

De NHG-Wetenschapsprijs wordt elk jaar uitgereikt voor het beste internationaal gepubliceerde artikel met een huisarts als eerste auteur. Vincet van Vugt kreeg de prijs voor het artikel 'Internet based vestibular rehabilitation with and without physiotherapy support for adults aged 50 and older with a chronic vestibular syndrome in general practice: three armed randomised controlled trial' gepubliceerd in november 2019 in de British Medical Journal.

Duizeligheid, vestibulaire revalidatie en e-health zijn de voornaamste ingrediënten van het artikel waarmee huisarts Vincet van Vugt de *British Medical Journal* haalde. Met deze publicatie won hij de NHG-Wetenschapsprijs 2020.

NHG-Wetenschapsprijs

'Het winnen van de NHG-Wetenschapsprijs is een enorme eer. Het is zo'n fijn project geweest waarbij we zoveel lol hebben gehad. Alles is verlopen zoals gepland, binnen de gestelde tijd. De eerste beloning was al de acceptatie van ons artikel in de *British Medical Journal*. Daarna deze prijs en ook nog de SBOH-Academiseringsprijs. Fantastisch. Het heeft ons ook enorm meegezeten. En we hadden een heel goed onderzoeksteam met Henriëtte van der Horst, Otto Maarsingh en Hans van der Wouden. Dat was de kern van het succes.'

Duizeligheid

'Ik word altijd heel enthousiast als iemand op mijn spreekuur komt met duizeligheid. Er is zoveel wat je als huisarts kunt doen! Er zijn weinig symptomen die wij zo goed kunnen diagnosticeren. Toch zijn de meeste huisartsen minder enthousiast dan ik. Misschien omdat er relatief weinig aandacht voor duizeligheid is in de huisartsenopleiding. Of door onbekendheid van de behandelmogelijkheden. Of omdat je aan duizeligheid over het algemeen niet doodgaat en het meestal vanzelf overgaat. Dat gebrek aan interesse geldt overigens ook voor de tweede lijn. Een groot deel van de neurologen en kno-artsen zijn duizeligheid liever kwijt dan rijk. Dat motiveert niet echt om het als eerste lijn dan op te pakken.'

Vestibulaire revalidatie

'Vestibulaire revalidatie is ontwikkeld voor soldaten die trauma's hadden doorgemaakt aan het evenwichtsorgaan. Bij mensen die een groot deel van het evenwichtsorgaan waren kwijtgeraakt, bleek dit heel effectief te zijn. Het protocol bestaat uit simpele oefeningen, zoals

naar je vinger kijken en hoofdbewegingen maken. Door de integratie van je zicht en de beweging van je hoofd, prikkel je je evenwichtssysteem. Ook als het evenwichtsorgaan erg beschadigd is, helpen de oefeningen. Er vindt dan een compensatiemechanisme plaats in het centraal zenuwstelsel. Na een tijdje ga je minder duizeligheid ervaren. Helaas is vestibulaire revalidatie vrij onbekend. Nog geen 10% van Nederlandse huisartsen kent het, terwijl 50 tot 60% wel de Epley-beweging kent.'

E-health

'Ik heb het idee dat wij huisartsen vaak terughoudender zijn dan patiënten als het gaat om de inzet van e-health. Maar e-health is echt voor iedereen. In ons onderzoek namen we aan dat mensen de voorkeur zouden geven aan hulp van een fysiotherapeut bij de oefeningen tegen duizeligheid. Maar we zagen dat de groep die hulp van een fysiotherapeut kreeg het niet beter deed dan de groep zonder die hulp. De kracht van e-health is blijkbaar al groter dan we soms denken. Dit verraste ons omdat je in de literatuur ziet dat blended interventies het meestal beter doen dan op zichzelf staande e-health interventies, bijvoorbeeld in de psychiatrie bij depressie en angst.'

Onderzoek

'Ik vind onderzoek ontzettend leuk. Heel veel huisartsen droegen dit onderzoek een warm hart toe, maar het werven van praktijken vond ik lastig. Ik zie dat ook bij collega's. Dat is jammer. Als huisarts ben je elke dag met wetenschap bezig. Je bent geen stratenmaker. Huisarts-onderzoekers verzetten heel veel werk en vragen daar maar een klein beetje voor terug. Nu ik zelf weer in de praktijk zit, begrijp ik best dat als je dag al propvol zit, deelname aan onderzoek onderaan je lijstje staat. Maar besef dat onderzoek bij huisartsgeneeskunde hoort. Ook omdat het onze positie ten opzichte van de tweede lijn versterkt. Ons onderzoek konden we zo ontwerpen dat het deelnemende huisartsen weinig tijd en energie zou kosten om mee te doen. Dat is denk ik wel een voorwaarde voor praktijken om mee te kunnen doen.'

- Samen met de universiteit van Southampton is een website vestibulaire revalidatie in ontwikkeling die binnen afzienbare tijd de lucht in gaat.