

## Yes you can, zelfmanagement bij diabetes

**Zelfmanagement speelt een steeds grotere rol bij de begeleiding van diabetespatiënten. Israëlische onderzoekers gingen na of het meten van self-efficacy (eigen effectiviteit) bij diabetespatiënten een goede voorspeller is voor het opvolgen van gegeven behandeladviezen.**

Optimaal effect van de behandeling vereist gedragsveranderingen van diabetespatiënten op meerdere gebieden. De begeleiding van diabetespatiënten is tegenwoordig ook meer gericht op het stimuleren van deze gedragsveranderingen. *Self-efficacy* geeft het vermogen van de patiënt tot verandering weer. Hoe groter de self-efficacy, hoe groter de kans dat de patiënt de behandeladviezen gaat opvolgen.

Met vragenlijsten – waaronder de *Resistance to Treatment Questionnaire* – maten de onderzoekers bij 119 patiënten de self-efficacy voor vier specifieke behan-



Foto: Shutterstock/Dmitry Lobanov

deladviezen: inname orale medicatie, dieetnaleving, lichaamsbeweging en zelfmonitoring van glucose. Tevens maten ze in welk stadium van gedragsverandering de patiënt verkeerde. Het bleek dat hoe lager gescoord werd voor self-efficacy voor een specifiek behandeladvies, hoe minder de patiënt in staat bleek dit specifieke behandeladvies op te volgen. Dit gold vooral voor de wat latere stadia van gedragsverandering bij dieetnaleving, lichaamsbeweging en zelfmonitoring van glucose. Een uitzondering vormde de inname van orale medicatie. Hierbij bleek de

self-efficacy score geen invloed te hebben op het gedrag van de patiënt.

Het met behulp van vragenlijsten bepalen van de self-efficacy lijkt dus een bruikbaar instrument om meer behandeladviezen 'op maat' aan te bieden bij diabetespatiënten. Hoe deze methode zijn weg kan vinden in de dagelijkse praktijk, zal moeten blijken. ■

**Johan Schinkelshoek**

*Mishali M, et al. The importance of measuring self-efficacy in patients with diabetes. Fam Pract 2011;28:82-7.*

## Evidence-based tevredenheid met gedelegeerde zorg voor diabetes

**In tweederde van de Nederlandse huisartsenpraktijken is een praktijkondersteuner werkzaam. Eén van de belangrijkste praktijkondersteunende taken is de begeleiding van diabetespatiënten. Het inzetten van de praktijkondersteuner voor deze zorg wordt wijd verbreid toegepast, naar tevredenheid van alle betrokkenen.**

Het lijkt een open deur, maar het was nog niet bekend of het delegeren van begeleiding van diabetespatiënten aan praktijkondersteuners wel verantwoord is. Om dit zeker te weten voerden Houweling et al. een gerandomiseerd, gecontroleerd onderzoek uit waarbij aan

de praktijkondersteuner gedelegeerde zorg voor diabetes werd vergeleken met de conventionele zorg door de huisarts zelf. De primaire uitkomstmaat was de gemiddelde afname van het HbA<sub>1c</sub>.

Aan het einde van de onderzoeksperiode van veertien maanden vonden de onderzoekers geen statistisch relevant verschil in de daling van het HbA<sub>1c</sub>, bloeddruk en lipidenprofiel tussen beide groepen. Wel was zowel de bloeddruk als de streefwaarde voor het lipidenprofiel aan het eind van de onderzoeksperiode in zowel de interventiegroep als in de controlegroep significant gedaald ten opzichte van de beginmeting. In de door de praktijkondersteuner begeleidde groep was sprake van enige verslechtering in de gezondheidsgerelateerde kwaliteit van leven en er was een geringe toename van diabetesgerelateerde symptomen. De door de praktijkondersteuner behandelde patiënten waren echter meer tevreden

met hun behandeling dan de patiënten die werden behandeld door een huisarts.

Dit onderzoek leert ons wat we eigenlijk al wisten: het delegeren van de begeleiding van diabetes aan praktijkondersteuners is verantwoord en patiënten die deze begeleiding krijgen zijn zelfs meer tevreden dan bij begeleiding door een huisarts. Wij waren al tevreden met de zorg van onze praktijkondersteuners aan diabetes, maar kunnen nu met recht zeggen dat onze tevredenheid evidence-based is. ■

**Just Eekhof**

*Houweling ST, et al. Can diabetes management be safely transferred to practice nurses in a primary care setting? A randomised controlled trial. J Clin Nurs 2011;20:1264-72.*