

# De bruikbaarheid en kosteneffectiviteit van E-Exercise

Cindy Veenhof<sup>1</sup>, Daniël Bossen<sup>1</sup>, Dinny de Bakker<sup>1,2</sup>, J. Dekker<sup>3</sup>



<sup>1</sup> NIVEL (Netherlands Institute for Health Services Research), Utrecht; <sup>2</sup> Tranzo, University of Tilburg, Tilburg; <sup>3</sup> VUMC, Afdeling revalidatie, Amsterdam/ Reade, Amsterdam.

## INLEIDING

Artrose gaat gepaard met klachten als pijn, beperkingen in het fysiek functioneren en een verminderde kwaliteit van leven. Mede vanwege deze klachten is een groot deel van de patiënten met artrose niet of onvoldoende lichamelijke actief. De vraag is echter op welke manier deze patiëntengroep het beste daarin ondersteund kan worden. Hiervoor zijn verschillende opties. Eén van de opties is een beweegprogramma van fysiotherapeuten. Een andere, relatief goedkope, interventie is een beweegprogramma via internet aan te bieden, zoals de digitale beweeginterventie Artrose in Beweging. Het blijkt echter dat een deel van de patiënten wel face-to-face contact nodig hebben. De vraag is of een beweegprogramma artrose vergelijkbare effecten heeft als een deel van een programma digitaal wordt uitgevoerd. Hiertoe wordt de interventie E-Exercise ontwikkeld en onderzocht.

## METHODE

Het onderzoek bestaat uit verschillende fasen:

### 1. VOORBEREIDINGSFASE

Het doel van de voorbereidingsfase is om een protocol voor E-Exercise te ontwikkelen waarbij de KNGF-standaard beweeginterventie artrose en het digitale beweegprogramma Artrose in Beweging als basis dienen. Verder worden een literatuurstudie en focusgroepen met fysiotherapeuten en patiënten verricht.

### 2. PILOT FASE

De toepasbaarheid en bruikbaarheid van het E-Exercise protocol wordt onderzocht in een pilot studie waaraan 10 fysiotherapeuten en 20 patiënten met artrose aan de heup of knie deelnemen. Informatie wordt verzameld via vragenlijsten en aanvullende interviews. Op basis van de resultaten wordt het E-Exercise protocol aangepast.

### 3. RANDOMISED CONTROLLED TRIAL

De kosteneffectiviteit van E-Exercise wordt onderzocht in een gerandomiseerde klinische studie waarbij twee interventies met elkaar worden vergeleken: E-Exercise (experimenteel) en alleen een beweegprogramma van fysiotherapeuten (gebaseerd op de KNGF-standaard beweeginterventie artrose). In totaal worden 200 patiënten met artrose aan heup of knie voor de studie geworven en gerandomiseerd. Primaire uitkomstmaten zijn lichamelijke activiteit (SQUASH en accelerometer) en fysiek functioneren (HOOS/KOOS). De metingen worden verricht op baseline en na 3 en 12 maanden.

### 4. IMPLEMENTATIEFASE

Tijdens de implementatiefase wordt aan de hand van vragenlijsten, interviews en focusgroepen informatie verzameld over de toepasbaarheid en bruikbaarheid van E-Exercise bij patiënten met artrose en andere chronische aandoeningen. Onderdeel van dit implementatieplan is het ontwikkelen van een website E-Exercise waarin informatie is opgenomen voor zowel fysiotherapeuten, patiënten als andere zorgverleners.

## DOEL

Het hoofddoel van dit onderzoek is de bruikbaarheid en (kosten)effectiviteit te bestuderen van E-Exercise en deze te vergelijken met een beweeginterventie van fysiotherapeuten (volgens de KNGF-standaard) bij patiënten met artrose aan heup en/of knie.

## E-EXERCISE

E-Exercise is een combinatie van het web-based programma 'Artrose in beweging' en de KNGF-standaard beweeginterventie artrose. Tijdens het onderhavige project wordt het definitieve protocol voor E-Exercise ontwikkeld.

## E-Exercise: een deel van de KNGF beweeginterventie wordt web-based aangeboden



## SAMENWERKINGSPARTNERS

Het onderzoek wordt uitgevoerd in samenwerking met het Reumafonds, KNGF, St. Maartenskliniek, Reade, Achmea, UMC Utrecht (afdeling orthopedie).