



BeweegSaam goed uit de startblokken

Online platform om patiënten met kanker te helpen een actieve levensstijl te ontwikkelen tijdens hun traject

In 2019 zijn we het project BeweegSaam opgestart, een beweegtraject om de oncologische patiënt te stimuleren om fysiek actief te zijn. Via de Stichting tegen Kanker ontving ZOL 100.000 euro om het beweegproject verder uit te werken. De dienst Revalidatie heeft ondertussen in samenwerking met Future Health een online platform opgericht waar patiënten met kanker virtueel gecoacht worden. Een uniek concept in België dat een meerwaarde betekent voor zowel de patiënt als de zorgverlener, want het gepersonaliseerde platform is ook gekoppeld aan het elektronisch patiëntendossier.

"Met het online platform willen we de oncologische patiënt stimuleren tot fysieke activiteit. Wetenschappelijke studies tonen immers aan dat de levenskwaliteit verhoogt bij oncologische patiënten die voldoende fysiek actief zijn tijdens en na hun kankerbehandeling. In sommige gevallen bevordert dit zelfs de kans op genezing", vertelt paramedisch manager Jan Van Hoecke. Hij is samen met Inge Thys (THINK3 simulation & innovation lab van UHasselt) en Patrick Stijven (oncocoach) bedenker van het concept.

"Verder willen we de patiënt informeren en ondersteunen, aangepast aan zijn diagnose en behandelingsfase. Deze informatie wordt vastgelegd in het elektronisch patiëntendossier waardoor het zorgtraject van de patiënt beter afgestemd wordt."

Profiel op maat

Vlak na de diagnose krijgt de patiënt de mogelijkheid om zich aan te melden op het platform. "Na het invullen van een health monitor (soort algemene vragenlijst) en een vragenlijst over de fysieke fitheid, stellen we een profiel op maat van de patiënt op. De patiënt krijgt zo een aanbod op maat van zijn profiel. Dit kunnen individuele fysieke thuisoefeningen

zijn tot oefeningen in groep of samen met de mantelzorger/familie,...". Deze oefeningen hebben we ook gefilmd zodat de patiënt perfect weet hoe je een bepaalde oefening moet uitvoeren", vertelt Katrien Severens, stafmedewerker paramedische diensten en medecoördinator van het project. "Na de oefensessie vult de patiënt een evaluatie in zodat we de oefeningen indien nodig kunnen aanpassen voor de dagen nadien."

Elektronisch patiëntendossier

Belangrijk om te weten is dat het platform een gepersonaliseerd profiel opstelt waardoor de patiënt oefeningen op maat ontvangt. "Patiënten met bijvoorbeeld borstkanker mogen geen buikspieroefeningen doen. Deze oefeningen worden dan ook niet aangeboden. Of in een fase in het behandelingstraject mag de patiënt bepaalde oefeningen niet doen. Die oefeningen kunnen we dan afschermen van de patiënt zodat het genezingsproces niet in het gedrang komt", aldus Katrien.

Interessant is dat alle uitgevoerde handelingen in het portaal automatisch geregistreerd worden in het elektronisch patiëntendossier. Ook de pijnscore die de patiënt ingeeft. Hierdoor zijn de zorgverleners meteen op de hoogte van de

recente situatie van de patiënt en kunnen we kort op de bal spelen.

Infobrochures

De focus van het online platform ligt op bewegen, maar daarnaast biedt het platform informatiebrochures over verschillende soorten kanker aan en ontvangt de patiënt tips over hoe om te gaan met pijn en vermoeidheid. Ook ontspanningsoefeningen worden voorzien.

In januari hebben een tiental personen het platform getest. Aan de hand van hun feedback werden aanpassingen doorgevoerd om het gebruiksgemak te verhogen. Bedoeling is om het platform dit najaar open te stellen voor patiënten met borstkanker, om nadien stelselmatig uit te breiden naar andere oncologische patiënten.

"BeweegSaam is een methodiek ontwikkeld voor patiënten met oncologische problematiek, maar kan in de toekomst dienen voor meerdere doelgroepen. Naast het beweegaspect proberen we de randfactoren die impact hebben op bewegen (psychisch welzijn, pijn en voeding) verder te ontwikkelen. Wordt dus vervolgd...", besluit Jan Van Hoecke. ■