

Begeleiding na een beroerte kan sinds kort ook via de computer. Patiënten sturen zelf hun gegevens door en krijgen hun coach te zien op het computerscherm.



Proefproject

Beroertecoach ondersteunt patiënten via internet

Stel: Fernand krijgt op zijn 62ste een beroerte. Er is geen blijvende schade, maar hij moet zijn leefgewoonten wel drastisch omgooien om een nieuwe beroerte te voorkomen. Gelukkig staat hij er niet alleen voor: een beroertecoach van het UZA zal hem daarbij ondersteunen.

Beroertecoach Delphine Mahieu: 'De controles door de neuroloog blijven in het ziekenhuis, maar voor de opvolging door de beroertecoach kunnen mensen tegenwoordig ook kiezen voor begeleiding via een online platform.' Online begeleiding, dat ziet Fernand wel zitten. Hij is graag bezig op zijn pc, en zo moet zijn dochter hem niet elke keer naar het ziekenhuis brengen. Aan zijn

ziekenhuisbed krijgt hij van zijn beroertecoach alvast de eerste tips en samen bekijken ze wat Fernand kan doen om zijn risico op een nieuwe beroerte te verlagen: stoppen met roken, minder alcohol drinken en meer bewegen.

Geen sportman

Na een bezoekje aan de huisarts vult Fernand thuis zijn bloeddruk, gewicht, cholesterolwaarde en bloedsuikerspiegel in op de website. Hij krijgt meteen heel wat informatie te zien en besluit prompt om te stoppen met roken. Maar dat glaasje wijn bij het avondeten, dat valt hem wel moeilijker. En meer bewegen, dat ziet hij helemaal niet zitten. Op zijn leeftijd gaan ze toch geen sportman meer van hem maken?

Samen op zoek naar oplossingen

Zoals afgesproken ziet Fernand twee weken later zijn coach verschijnen op het computerscherm. Het gesprek verloopt vlot: de coach vindt het schitterend dat Fernand gestopt is met roken. Samen bespreken ze de andere pijnpunten: kan hij zijn glas wijn bij het avondeten vervangen door iets anders? En zou hij misschien met de fiets naar de bakker in het dorp kunnen rijden, in plaats van met de auto? Fernand belooft om het te proberen. Zolang hij geen wieleroefuitfit moet dragen, vindt hij fietsen best oké.

Op de goede weg

Trouw vult Fernand elke week zijn bloeddruk en gewicht in op

de website. Zijn coach houdt alles vanuit het ziekenhuis nauwgezet in het oog, en geeft tijdens de videogesprekken extra tips en informatie. Zelf moet Fernand enkel nog op controle bij de neuroloog. Ook die is tevreden over de resultaten: Fernand is op de goede weg!

Volwaardig alternatief

'Patiënten na een beroerte begeleiden via de computer is een proefproject dat in vier verschillende ziekenhuizen loopt', zegt Delphine Mahieu. 'Het project kreeg steun van minister Maggie De Block in het kader van Mobile Health. Als de evaluatie goed is en er voldoende middelen zijn, kan het project uitgroeien tot een volwaardig alternatief voor begeleiding na een beroerte.' ☺