

Internet-based versus face-to-face cognitieve gedragstherapie voor MS-gerelateerde vermoeidheid

Achtergrond

Vermoeidheid is een klacht die bij 80% van de mensen met MS voorkomt. Vaak wordt dit als een zeer belemmerende klacht ervaren en geeft het veel beperkingen in het dagelijks leven. Onderzoek heeft aangetoond dat cognitieve gedragstherapie (CGT) een effectieve behandeling is om de ernstige vermoeidheid bij mensen met MS te verminderen. Er is nu een nieuwe vorm van deze cognitieve gedragstherapie ontwikkeld, namelijk e-CGT, waarbij mensen nog maar 2 keer naar het behandelcentrum hoeven te komen, en de behandeling verder online via internet kunnen volgen, ondersteund door videoconsulten en e-mailcontacten met de therapeut. Hiermee verwachten we dat de behandeling toegankelijker en minder belastend wordt voor vermoeide mensen met MS.

Doel van het onderzoek

In dit onderzoek willen we onderzoeken of cognitieve gedragstherapie met behulp van internet net zo effectief is als de gebruikelijke cognitieve gedragstherapie in de spreekkamer. Daarnaast willen we onderzoeken of het aanbieden van extra therapieessessies na afloop van de behandeling, zogenoemde boostersessies, het lange termijn effect van de behandeling vergroot.

Wie kan meedoen?

Mensen met MS, ouder dan 18 jaar, die last hebben van ernstige vermoeidheid. Voor deelname geldt ook dat u zelfstandig in staat bent om minstens 100 meter achtereen te lopen.

Wat betekent meedoen?

Meedoen aan het onderzoek betekent dat u aan een van de volgende twee behandelingen deelneemt. Door middel van loting wordt bepaald aan welke behandeling u deelneemt. (1) Reguliere CGT, die bestaat uit 12 sessies met een psycholoog binnen het revalidatiecentrum / ziekenhuis in uw woonomgeving. De behandeling duurt 5 maanden. (2) e-CGT is dezelfde behandeling, die u echter vanuit huis kunt volgen via internetmodules, onder begeleiding van de psycholoog. U spreekt de psycholoog 5 maal persoonlijk, ofwel binnen het revalidatiecentrum / ziekenhuis, ofwel via video-bellen. Daarnaast begeleidt de psycholoog u via emailcontacten. De behandeling duurt 5 maanden.

Beide behandelingen zijn inhoudelijk hetzelfde, alleen de manier waarop u de behandeling volgt verschilt. Na afloop van de behandeling wordt opnieuw geloot of u nog extra therapieafspraken krijgt 2 en 4 maanden na afloop van de behandeling.

Als u mee wilt doen aan dit onderzoek wordt allereerst in een telefonisch gesprek met de onderzoeker uitleg gegeven en onderzocht of u in aanmerking komt voor het onderzoek. Wanneer u toestemt met deelname, wordt u uitgenodigd om online twee vragenlijsten in te vullen over uw vermoeidheid en stemming. Om te bepalen of behandeling voor uw vermoeidheid voor u op dit moment passend is, zult u eerst een afspraak krijgen bij een revalidatiearts in uw regio. Wanneer u nog niet behandeld wordt in een revalidatiecentrum, heeft u hiervoor een verwijzing van uw huisarts of behandelend arts nodig. De revalidatiearts zal u vervolgens doorverwijzen naar de voor deze studie getrainde psycholoog. Voorafgaand aan de behandelingen wordt u gevraagd om online een aantal vragenlijsten in te vullen en gedurende een week een slaap/waakdagboekje bij te houden. Dit kunt u vanuit huis doen en kost u ongeveer 1-2 uur. Ditzelfde vragen we u daarna nog driemaal te doen: direct na afloop van de behandeling, vier maanden later en ten slotte nog drie maanden daarna..

Afdelingen

Revalidatiegeneeskunde en Medische Psychologie van het Amsterdam UMC, locatie VUmc



Deelnemende behandelcentra

- Amsterdam UMC, locatie Vumc / NKCV Amsterdam
- Rijndam, locatie Erasmus MC
- Maasstad Ziekenhuis
- Basalt Revalidatie Leiden
- Klimmendaal Zutphen
- Maartenskliniek Nijmegen
- Canisius Wilhelmina Ziekenhuis Nijmegen
- Roessingh Enschede
- Revalidatie Friesland Sneek
- Bravis Ziekenhuis Bergen op Zoom/ Roosendaal
- MS Centrum Melsbroek (Be)

Looptijd

2018 - 2021

Interesse?

Marieke Houniet- de Gier, Gz-psycholoog, VUmc
E-mail: e-trefams@vumc.nl, telefoon: 06-25716312