

Wat de zorg kan leren van... Games

21 januari 2022



Ik moet zeggen dat ik me erg met [Brawl Stars](#) vermaak. Zoals met alle succesvolle games worden er allerlei trucs - met succes - uit de kast getrokken om je als speler de game zoveel en zo lang mogelijk te laten spelen. Een sociaal element om met vrienden te spelen, spanning of je een nieuwe knokker krijgt, een extra bonus als je tien keer achter elkaar speelt en nog veel meer. En het blijft leuk!

En ik ben niet de enige die enthousiast wordt van gamen! Uit de [tweede editie](#) van de Smart Media Monitor (van net voor de corona-crisis) blijkt dat in Nederland 7,6 miljoen mensen gemiddeld net iets meer dan 1 uur gamen per dag!

Leren van games

Dat zette mij aan het denken over wat we in de zorg zouden kunnen leren van games. Ik ken namelijk maar weinig mensen die hun fysiotherapie-oefeningen of medicatie zo leuk vinden dat ze er niet mee kunnen stoppen.

Ik had daar een interessant gesprek over met Jurriaan van Rijswijk. Hij is oprichter en voorzitter van de stichting [Games for Health Europe](#). Dit is het grootste netwerk ter wereld van mensen, bedrijven en instellingen die betrokken zijn met het onderzoeken, ontwikkelen en implementeren van games in de zorg. Hij heeft zelf ook honderden serious games ontworpen en gebouwd.

Leuke aanpak gedragsverandering

Hij vertelde mij dat games uitermate geschikt zijn voor de zorg, omdat ze op een leuke manier kunnen helpen om [gedrag te veranderen](#). Een groot gedeelte van de interventies in de zorg gaan namelijk juist dáár over: het aanpassen van gedrag. Je mag als patiënt niet meer zus, je moet als patiënt voortaan zo...en dat voor de rest van je leven...

We pakken dat in de zorg alleen wel wat bijzonder aan. We vragen de patiënt namelijk simpelweg om zich voortaan op een andere manier te gedragen. En dan moet je als patiënt wel heel erg gedisciplineerd zijn om dat op te volgen.

Er is inmiddels een hele sector ontstaan om de patiënt daarmee te ondersteunen. Met reminder-apps, telefoonservices, verpleegkundigen die het land doorrijden om naar mensen thuis te gaan, fysiotherapeuten waar mensen oefeningen mee doen. Maar dat zijn allemaal extrinsieke factoren, terwijl intrinsieke motivatie veel krachtiger werkt. En daar zijn games juist heel goed in. Als de game goed gemaakt is, dan wil je het graag spelen. Zo hoef je mijn dochters niet te dwingen een potje Brawl Stars te doen, dat willen ze zélf graag.

Strengere regels

In de zorg zijn er strenge regels voor het op de markt brengen van nieuwe behandelingen. In 2020 was het na jaren hard werk zover dat de eerste game [door de FDA](#) werd goedgekeurd als medicijn. Het gaat om [EndeavorRx](#) en mag alleen op recept worden verstrekt aan kinderen tussen de 8 en 12 jaar oud met ADHD. In deze game moet de speler zijn karakter door een level navigeren. Het vereist focus en flexibiliteit om meerdere taken tegelijkertijd uit te voeren terwijl afleiding wordt weggefilterd. Uit [klinische studies](#) is gebleken dat het de aandacht effectief verbeterde bij de patiënten na het spelen van de game.

Maar er zijn ook games op de consumentenmarkt die een goede toepassing in de zorg zouden kunnen krijgen. Denk aan Pokémon Go. Met deze game uit 2016 moet je met je mobiele telefoon in de echte wereld op zoek naar Pokémons en die vervolgens vangen en trainen. De game maakt daarbij gebruik van augmented reality en GPS. Naar schatting had het spel in 2020 166 miljoen actieve spelers wereldwijd. In een [systematic review](#) van 38 studies was de conclusie dat Pokémon GO spelers significant meer fysieke actief waren dan de controlegroep.

Gebruik van games in zorg

Ondanks deze mogelijkheden om de zorg te verbeteren, worden games nog maar erg weinig ingezet. Hoe komt dat nou? Ik vond het herkenbaar dat Jurriaan aangaf dat de zorg wel heel vaak denkt dat ze het zelf het beste kunnen oplossen. De game-industrie is big business met een vergevorderde specialisatie. Bij de ontwikkeling van games zijn veel verschillende specialismen nodig, zoals gameontwerpers, programmeurs, levelontwerpers, geluidstechnici, testers, marketeers en community managers. Zorgverleners moeten niet denken dat ze gemakkelijk zelf een game in elkaar kunnen zetten. Daar heb je écht experts voor nodig. Net zoals je een expert nodig hebt om een heup te vervangen of een pacemaker te implanteren.

Een andere reden is dat we in de zorg gewend zijn om bij twijfel niet in te halen. Dat is natuurlijk hartstikke goed voor het inzetten van nieuwe invasieve technieken als geneesmiddelen of een nieuwe chirurgische methode. Die kun je beter niet zomaar inzetten en

kijken waar het schip strandt.

Maar je kunt je afvragen of je jarenlang onderzoek moet doen naar het toepassen van een game. Wat zijn de risico's als Pokémon GO niet werkt om iemand meer te laten bewegen? Wat is het risico als iemand niet rustig wordt na het spelen van een ontspannende game?

Het is mijns inziens veel beter om simpelweg te kijken naar het resultaat in de praktijk. De bijwerkingen zijn in het algemeen zeer mild en als iemand door het spelen van een game meer gaat bewegen, beter kan ontspannen, afvalt, stopt met roken of beter zijn medicatie inneemt, dan is dat toch gewoon pure winst?

Ik wil graag Jurriaan van Rijswijk hartelijk bedanken voor zijn tijd en ons energieke gesprek!