

Britten geven steeds vaker voorkeur aan ggz-apps boven medicatie

10 juni 2022



ORCHA (Organisatie voor de Beoordeling van Zorg- en Gezondheidsapps) beoordeelt gezondheidsapps en beheert in het VK databases met gezondheids-apps voor zorgaanbieders in 70 procent van de Britse NHS (National Health Service)-regio's. Het [ORCHA](#)-onderzoek is uitgevoerd door OnePoll, dat 2.000 mensen heeft geïnterviewd.

Uit de studie blijkt ook dat meer dan een derde (36%) van alle volwassenen in het VK graag een aanbeveling voor een app voor geestelijke gezondheid van hun arts ontvangt. Zo'n app dient ter ondersteuning van de behandeling van aandoeningen zoals angst, stress, paniek, depressie, eetstoornissen of zelfbeschadiging. Het percentage was hoger in veel leeftijdsgroepen (45% voor 35- tot 44-jarigen en 55% voor 18- tot 24-jarigen).

“Dit voelt als een kantelpunt, een acceptatie dat er verschillende manieren zijn om toegang te krijgen tot ondersteuning”, stelt dr. Simon Leigh, hoofd onderzoek bij ORCHA tegenover de website [Health Tech Digital](#). “Er wachten nu 1,6 miljoen mensen op de geestelijke gezondheidszorg van de NHS. Nog eens acht miljoen mensen in het VK kunnen geen gespecialiseerde hulp krijgen omdat ze niet als ziek genoeg worden beschouwd om in aanmerking te komen. En wachtlijsten zullen waarschijnlijk langer worden, omdat we de achterstand van de NHS aanpakken. We moeten er allemaal anders over denken - en dit rapport laat voor het eerst zien dat het tij zou kunnen keren.”

Voordelen health-apps

Het onderzoek belicht de belangrijkste redenen waarom Britten kiezen voor digitale gezondheidsapps:

- **Gemak:** 37 procent van de respondenten meldt dat er een app voor geestelijke gezondheid beschikbaar is om ondersteuning te bieden wanneer ze die nodig hebben, vooral 's nachts.
- **Directe toegang:** 35 procent waardeert het onmiddellijke karakter van digitale gezondheid.
- **Flexibiliteit:** 31 procent vond het prettig om toegang te hebben tot ondersteuning zonder werk te hoeven missen of kinderopvang te regelen. Dit was significant hoger bij vrouwen en leeftijdsgroepen die het meest kans hadden om kinderen te krijgen.
- **Privacy:** 29 procent hecht veel waarde aan de privacy van digitale gezondheid, met name mensen van 18 tot 24 jaar (37%).
- **Kosteneffectiviteit:** 28 procent waardeert dat een gezondheidsapp minder kan kosten dan privétherapie. In de leeftijdscategorie 25-44 jaar liep dit op tot 41 procent.

Ook zorgen

Maar er zijn ook zorgen over het gebruik van health apps:

- 46 procent is op zijn hoede voor het gebruik van AI-chatbots.
- 41 procent maakt zich zorgen of de app is ontworpen door gekwalificeerde artsen en psychologen. Deze zorg was het grootst bij 65-plussers.
- 35 procent maakt zich zorgen over hoe veilig hun persoonlijke gegevens zullen zijn.
- 28 procent is bang dat ze akkoord gaan met een abonnement dat ze zich niet kunnen veroorloven of waarvan ze niet weten hoe ze het moeten opzeggen. Deze bezorgdheid was het grootst onder de 18- tot 34-jarigen.

“Apps voor geestelijke gezondheid kunnen een grote troef zijn en mensen op bewijs gebaseerde ondersteuning bieden precies wanneer ze het nodig hebben”, stelt dr. Laura Pogue, Clinical Lead for Mental Health ORCHA en GP Clinical Lead for Mental Health bij St Helen's CCG in een reactie. “ORCHA constateert echter consequent dat slechts 20-30 procent van de apps persoonlijke gegevens afdoende veilig behandelt. Dus gebruikers moeten alert zijn en idealiter apps gebruiken die zijn aanbevolen door een zorgverlener.” Om de veiligheid van digitale gezondheidsproducten te borgen, heeft de Britse overheid vorig jaar een toetsingskader, de Digital Technology Assessment Criteria, als kwaliteitsmaatstaf ingevoerd.