

Vermindering vermoeidheid diabetes patiënten door online therapie

25 april 2017

In Nederland kampen ruim 1,2 miljoen mensen met diabetes. Eén op de tien mensen heeft diabetes type-1, de vorm waar het onderzoek zich op richt. Veertig procent van alle patiënten met diabetes type-1 is chronisch moe. Deze patiënten ervaren de chronische vermoeidheid als één van de meest belemmerende gevolgen van de ziekte. Het NKCv, het AMC en het Radboudumc ontwikkelden voor deze patiënten Dia-Fit, een cognitieve gedragstherapie via het internet. De behandeling leert patiënten op een andere manier met moeheid omgaan.

Therapie en internetmodules

De Dia-Fit behandeling richt zich op gedachten en gedrag van de patiënt. De behandeling bestaat uit zowel gesprekken met een therapeut als internetmodules die patiënten in de eigen tijd kunnen uitvoeren. De patiënten krijgen oefeningen en tips aangereikt, waarmee zij hun activiteiten beter leren verdelen over de dag, lichamelijk actief te blijven, beter met hun diabetes om te gaan en hun slaap-waakpatroon te verbeteren. De behandeling is af te stemmen op de persoonlijke behoeftes en wensen van de patiënt. Zij kunnen het programma grotendeels thuis volgen.

Significant minder moe

Bij het onderzoek werden 120 diabetespatiënten tussen de 18 en 70 jaar met chronische vermoeidheidsklachten betrokken. Zestig van hen kregen de therapie, de andere zestig niet. Zes maanden na de start van het onderzoek werd de patiënten gevraagd een vragenlijst in te vullen. Deze lijst hielp de korte en lange termijn effecten van het onderzoek te bepalen.

De resultaten toonden aan dat patiënten met de behandeling significant minder moe waren dan patiënten zonder de behandeling. Ongeveer driekwart van de behandelde groep viel na de behandeling niet meer in de categorie ernstig moe. Ook waren de patiënten minder beperkt in het dagelijkse functioneren.

De bevindingen moeten bevestigd worden in langer en intensiever onderzoek, maar de eerste resultaten zijn positief. Het NKCv is van plan de therapie op te nemen in hun reguliere zorgaanbod.

Het onderzoek werd op 25 april gepubliceerd door The Lancet Diabetes & Endocrinology.