



Online hulpverlening. Door COVID-19 in een stroomversnelling?

Tom Van Daele
VAD Studiedag, 26 november 2021



Al 20 jaar – COVID-19
als zwarte zwaan?



Wind et al. (2020)

Online consultaties & corona

Toenemende evidentie voor
werkzaamheid e-mental health
↔ beperkte uptake in praktijk

COVID-19 Coronavirus pandemie
→ mogelijkheden om gebruik te stimuleren

Van Daele et al. (2020)

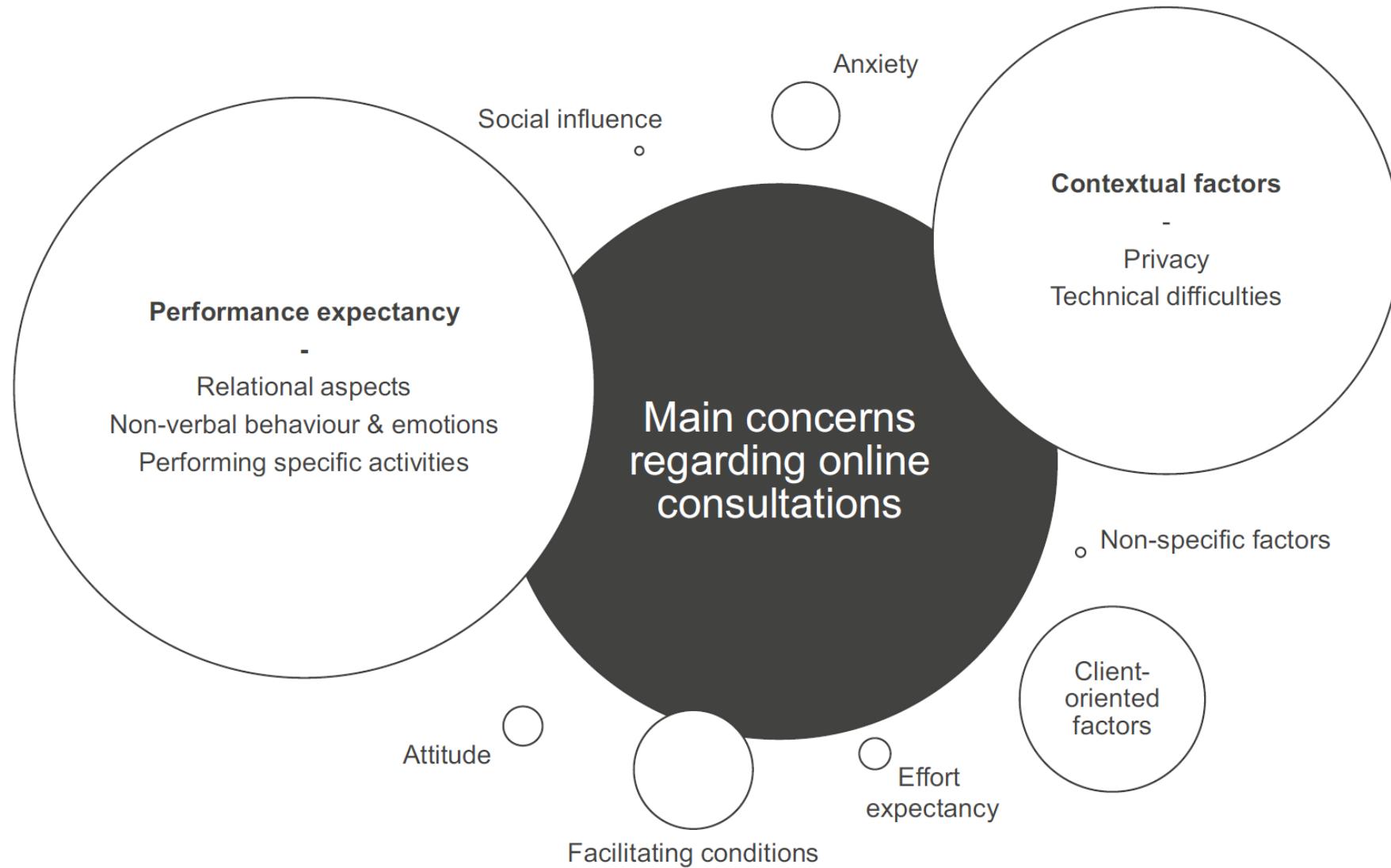
Online consultaties & corona

Europese bevraging met
556 Belgische deelnemers uit GGZ

voor uitbraak: 23% ervaring met online consultaties
tijdens uitbraak: 75% telefoon & 87% online

7% voorgaande training

Online consultaties & corona



Online consultaties als gateway?

- internationale evidentie
- nationale initiatieven
- randvoorwaarden



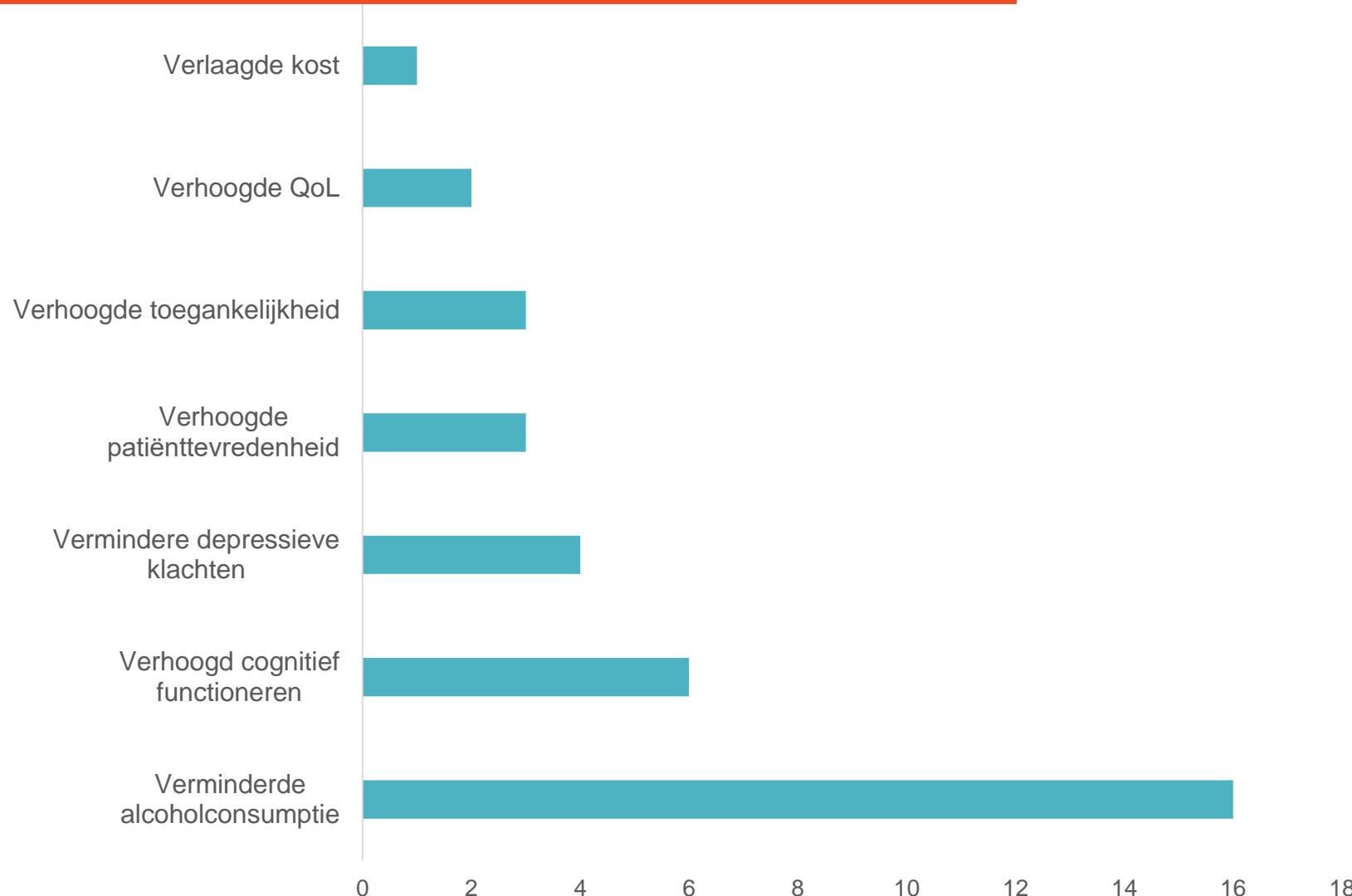
Internationaal – SMS & middelenverslaving

11 uiteenlopende studies:
SMS-interventies lijken acceptabel en haalbaar:

- ↳ Meer klinische vooruitgang, betere therapietrouw & hogere betrokkenheid.
- ↳ Eerder omkaderend dan echt therapeutisch: polsen naar cravings & gebruik, contactmiddel, & herinneringen aan afspraken.

Tofighi et al. (2017)

Internationaal – eHealth & alcoholverslaving



Internationaal – apps & alcohol- en drugsverslaving

52 studies met focus op smartphone apps

- Positieve percepties
& hoge studiedeelname



- Beperkte gedragsverandering

Just-in-time adaptive interventions

- Net op tijd ingrijpen waar nodig
- Nog te academisch,
onvoldoende voor praktijk

Milne-Ives et al. (2020); Perski et al. (2021)

Internationaal – online vs f2f

7 studies vergeleken online met face to face.

- ➔ Verschillende modaliteiten
 - 4 individuele therapie, 1 groepstherapie, 3 rond medicatiebeheer
- ➔ Geen verschillen gerapporteerd in
 - drop-out
 - cliënttevredenheid
 - therapeutische alliantie
 - middelengebruik

Internationaal

– online verslaving, online behandelen

Open access

Protocol

BMJ Open Effects of an online-based motivational intervention to reduce problematic internet use and promote treatment motivation in internet gaming disorder and internet use disorder (OMPRIS): study protocol for a randomised controlled trial

Nationaal – OnlinePsyHulp.be

Bundeling van alcoholhulp.be,
drughulp.be, cannabishulp.be,
gokhulp.be & depressiehulp.be

Zowel online, als
blended inzetbaar.



DEPRESSIEHULP

Info, zelftest, zelfhulp en
(blended) begeleiding bij
depressie en verwante klachten.

WEBSITE



CANNABISHULP

Info, zelftest, zelfhulp en
(blended) begeleiding bij
problemen met cannabis.

WEBSITE



GOKHULP

Info, zelftests, zelfhulp en
(blended) begeleiding bij
gokproblemen.

WEBSITE



ALCOHOL HULP

Info, zelftest, zelfhulp en
(blended) begeleiding bij
alcoholproblemen.

WEBSITE



DRUG HULP

Info, zelftest, zelfhulp en
(blended) begeleiding bij
problemen met drugs.

WEBSITE



Online aanbod jongeren

Verwacht in 2022

Sombere buien, angst,
relaties, middelengebruik,
automutilatie,...

Nationaal – druglijn.be

in 2020

1-op-1 via tel, mail, chat & VoIP

- ↳ geen communicerende vaten
- ↳ +123% chatcontacten
- ↳ +2% totaal, maar +11% in duur

Online zelftesten & zelfhulp

- ↳ +13%, 100k zelftesten
- ↳ DASH : 679, helft in 1^{ste} golf
- ↳ GRIP: nieuwer, groeiend aanbod

Voor alle vragen over drank, drugs, pillen,
gamen en gokken



Bel 078 15 10 20

ma-vr 10u-20u



Chat nu

ma-vr 12u-18u



Mail je vraag

antwoord binnen 5 werkdagen

Steeds een antwoord op maat. Anoniem en objectief.

Ik zoek informatie over ...

> [Alcohol](#)
> [Cannabis](#)
> [Cocaine](#)
> [Gamen](#)

> [GHB](#)
> [Gokken](#)
> [Heroïne](#)
> [Ketamine](#)

> [Lsd en tripmiddelen](#)
> [Methadon](#)
> [Nieuwe psychoactieve stoffen \(NPS\)](#)
> [Pijnstillers](#)
> [Slaap- en kalmeringsmiddelen](#)
> [Speed](#)
> [Vluchtlige snuifmiddelen](#)
> [Xtc](#)



Corona-crisis

COVID-19 en de coronamaatregelen houden ons al meer dan een jaar in de greep. Dat kan aanzetten tot meer drank, drugs, pillen, gokken of gamen. Of het extra moeilijk maken als je al met alcohol- of andere drugproblemen worstelde. Naast de lichamelijke risico's, kan het ook mentaal zwaar doorwegen. Bij jezelf of bij iemand die jou dierbaar is.

Een telefoonje, chatgesprek of mail kan een verschil maken. [Aarzel niet ons te contacteren](#). Of maak gebruik van [onze zelfzorg-en zelfhulp-tools](#). Online, gratis en anoniem.

Neem contact >

De Druglijn vindt het nu belangrijker dan ooit om er voor jou te zijn.

Chathulpbegeleiding bij 703 Vlaamse cliënten,
minstens 3 sessies over 12 weken

- ↳ Sterke daling alcoholconsumptie
- ↳ Ongecontroleerde, exploratieve studie
- ↳ 27% van totale aanmeldingen tussen '08-'13

Resultaten studie ACHG (KU Leuven) binnenkort verwacht.

Nationaal – Big Bird Trial



**Begeleide zelfhulp rond benzodiazepines,
in Belgische huisartsenpraktijken.**

Omvat online slaapdagboek, afbouwschema, psycho-
educatie en toelichting over medicatiegebruik in functie van
het verbeteren van slaap.

Resultaten KCE-studie in februari '22.

Coteur et al. (2020); bigbirdtrial.com

Randvoorwaarden



Psychotherapists

Acknowledge reluctance.

Exert caution with vulnerable clients.

Monitor progress and tailor treatment.

Assure personal guidance for self-help.

Avoid excessive burden.

Seek sufficient continuous education.

Opt for peer intervision & supervision.

Have protocols available for crises.

Be aware of applicable regulations.



Health services and regulatory agencies

Evaluate routine care effectiveness.

Create (inter)national guidelines.

Clarify who is to be held responsible.

Make intervention switching easy.

Provide reimbursement.

Set quality criteria for professionals.

Provide adequate working conditions.

Assure continuity of IT systems.



Developers

Develop multidisciplinary.

Tailor to the target population.

Comply with legal regulations.

Maintain ethical standards.

Involve end users.

Consider an evidence-based approach.

Provide robust evaluation evidence.

Account for adoption inequalities.

Randvoorwaarden

– Erken terughoudendheid

Digitale kloof of persoonlijke voorkeur,
maar valt soms om te buigen

- informeer
- bied complementair aan
- stem af en personaliseer
- exploreer niet-technologische alternatieven

Randvoorwaarden – Volg evolutie op

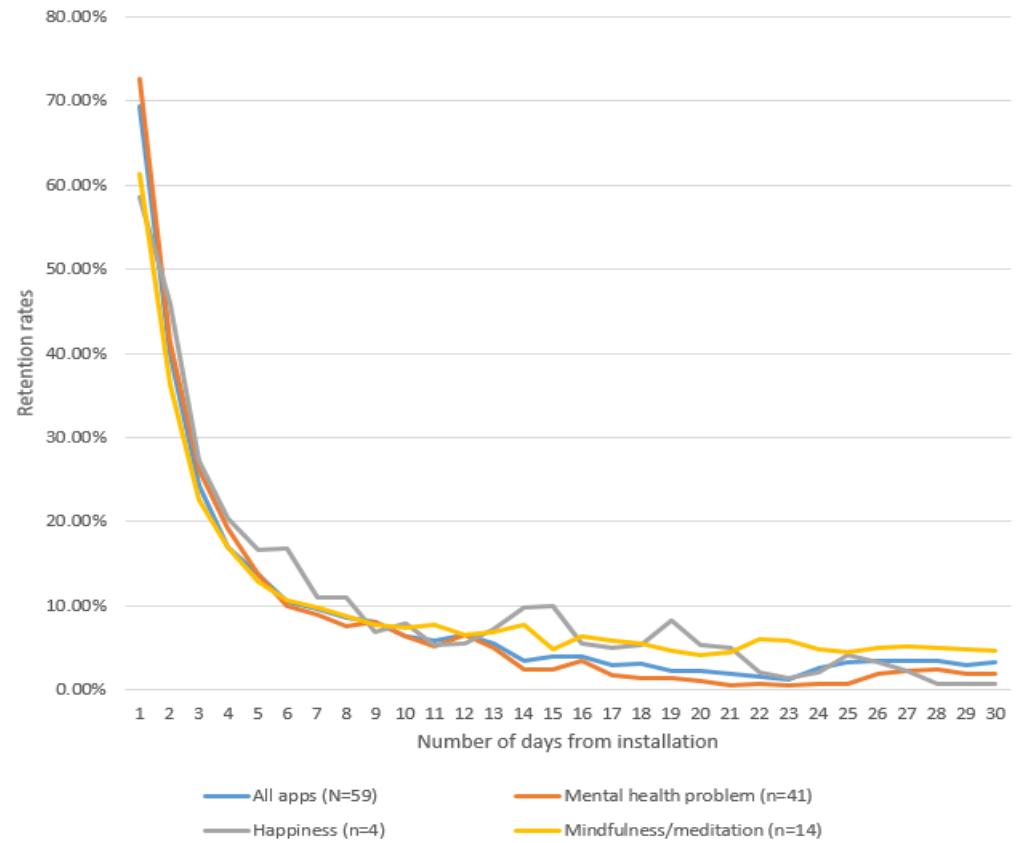
Algemene evidentie aanwezig,
maar wat voor wie,
vaak nog onduidelijk.

Val terug op zelfrapportering
en **stuur zo nodig bij**.

Randvoorwaarden – Voorzie opvolging

Zelfhulp lukt zelden

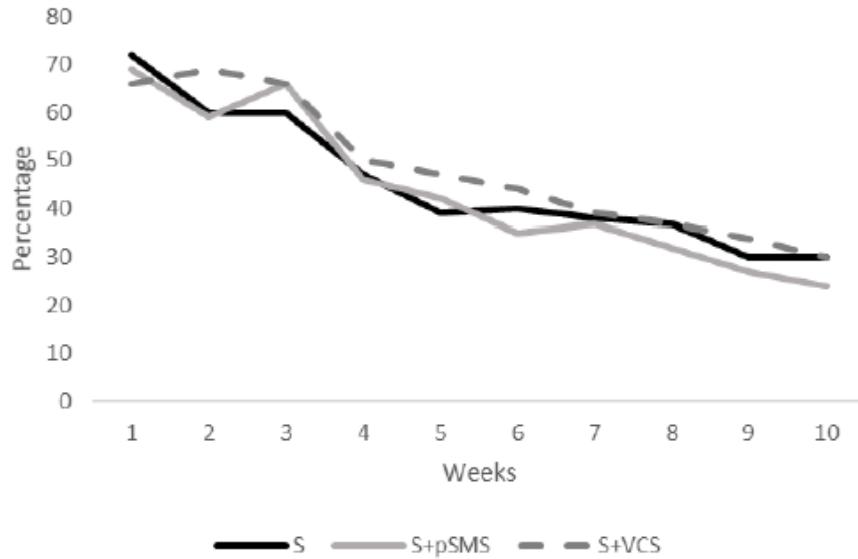
Sterke drop-out al
binnen de eerste week



Baumel et al. (2019)

Randvoorwaarden – Voorzie opvolging

Figure 3. Percentage of participants who logged challenges over 10 weeks. S: standard—automated emails; S+pSMS: standard plus personalized SMS; S+VCS: standard plus videoconferencing support.



Online blijft uitdagend, ook met aansporing.

Renfrew et al. (2020)

Randvoorwaarden – Overbelast jezelf en je cliënten niet

Digitaal ≠ weinig moeite

Grenzen stellen (vooral) bij
asynchrone communicatie

Randvoorwaarden – School jezelf bij

Technologisch,
maar ook inhoudelijk

e.g. [APA's telepsychology Best Practice 101](#)
[Training beeldbellen voor praktijkwerkers](#)

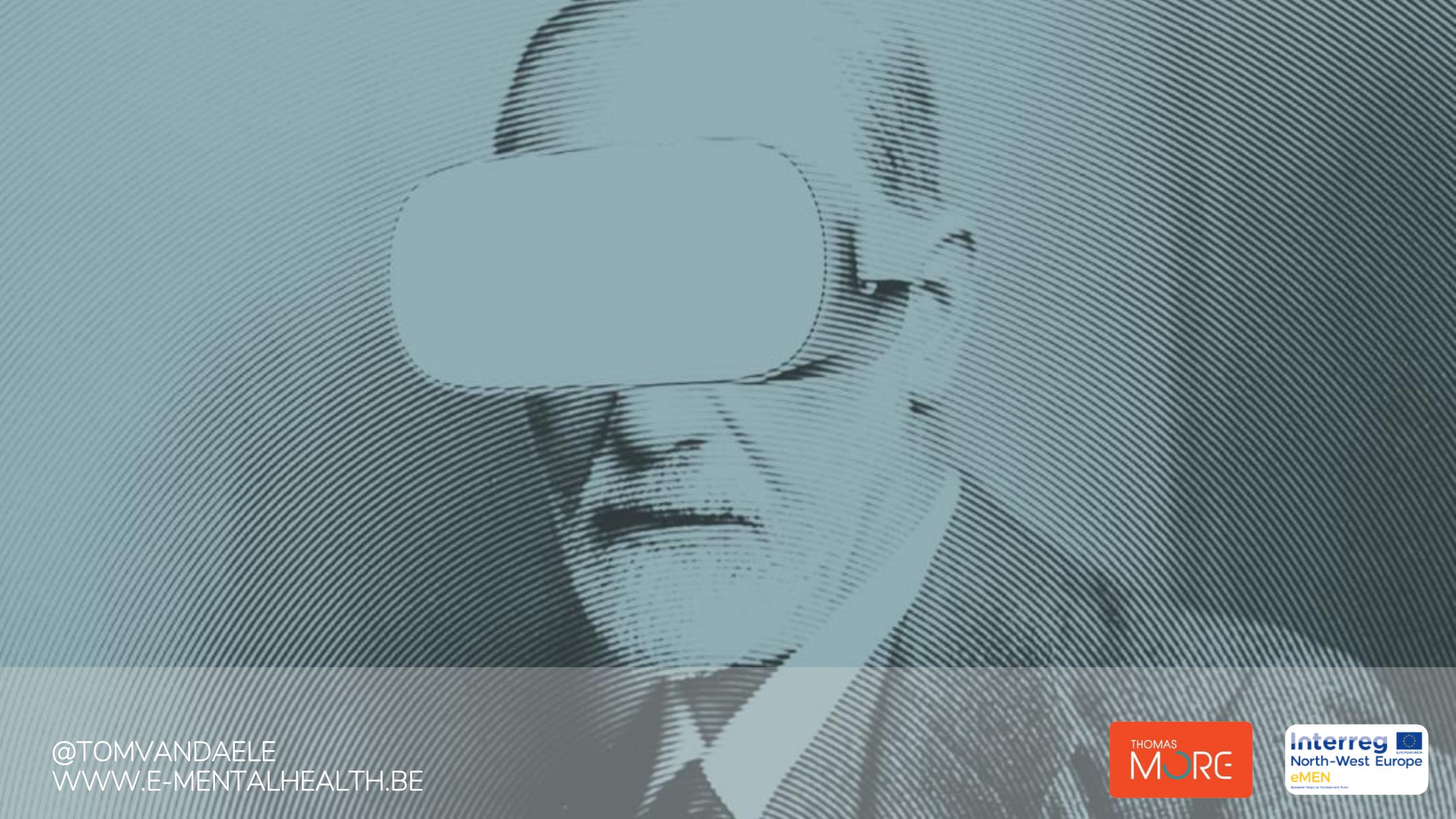
Randvoorwaarden – School jezelf bij





Online
consultaties
als gateway?

ja, maar...



@TOMVANDAELE
WWW.E-MENTALHEALTH.BE



Referenties

- Baumel, A., Muench, F., Edan, S., & Kane, J. M. (2019). Objective user engagement with mental health apps: systematic search and panel-based usage analysis. *Journal of medical Internet research*, 21(9), e14567.
- Coteur, K., Van Nuland, M., Vanmeerbeek, M., Henrard, G., Anthierens, S., Van den Broeck, K., ... & Mathei, C. (2020). Effectiveness of a blended care programme for the discontinuation of benzodiazepine use for sleeping problems in primary care: study protocol of a cluster randomised trial, the Big Bird trial. *BMJ open*, 10(2), e033688.
- De Witte, N. A., Carlbring, P., Etzelmüller, A., Nordgreen, T., Karelka, M., Haddouk, L., ... & Van Daele, T. (2021). Online consultations in mental healthcare during the COVID-19 outbreak: An international survey study on professionals' motivations and perceived barriers. *Internet Interventions*, 100405.
- Dieris-Hirche, J., Bottel, L., Pape, M., Te Wildt, B. T., Wölfling, K., Henningsen, P., ... & Herpertz, S. (2021). Effects of an online-based motivational intervention to reduce problematic internet use and promote treatment motivation in internet gaming disorder and internet use disorder (OMPRIS): study protocol for a randomised controlled trial. *BMJ open*, 11(8), e045840.
- Kruse, C. S., Lee, K., Watson, J. B., Lobo, L. G., Stoppelmoor, A. G., & Oyibo, S. E. (2020). Measures of effectiveness, efficiency, and quality of telemedicine in the management of alcohol abuse, addiction, and rehabilitation: systematic review. *Journal of medical Internet research*, 22(1), e13252.
- Lam, L. T., & Lam, M. K. (2016). eHealth intervention for problematic internet use (PIU). *Current psychiatry reports*, 18(12), 1-7.
- Mark, T. L., Treiman, K., Padwa, H., Henretty, K., Tzeng, J., & Gilbert, M. (2021). Addiction Treatment and Telehealth: Review of Efficacy and Provider Insights During the COVID-19 Pandemic. *Psychiatric Services*, appi-ps.
- Milne-Ives, M., Lam, C., De Cock, C., Van Velthoven, M. H., & Meinert, E. (2020). Mobile apps for health behavior change in physical activity, diet, drug and alcohol use, and mental health: Systematic review. *JMIR mHealth and uHealth*, 8(3), e17046.
- Perski, O., Hébert, E. T., Naughton, F., Hekler, E. B., Brown, J., & Businelle, M. S. (2021). Technology-mediated just-in-time adaptive interventions (JITAs) to reduce harmful substance use: a systematic review. *Addiction*.
- Renfrew, M. E., Morton, D. P., Morton, J. K., Hinze, J. S., Przybylko, G., & Craig, B. A. (2020). The Influence of Three Modes of Human Support on Attrition and Adherence to a Web-and Mobile App-Based Mental Health Promotion Intervention in a Nonclinical Cohort: Randomized Comparative Study. *Journal of medical Internet research*, 22(9), e19945.
- Tofighi, B., Nicholson, J. M., McNeely, J., Muench, F., & Lee, J. D. (2017). Mobile phone messaging for illicit drug and alcohol dependence: a systematic review of the literature. *Drug and alcohol review*, 36(4), 477-491.
- Van Daele, T., Karelka, M., Kassianos, A. P., Compare, A., Haddouk, L., Salgado, J., ... & De Witte, N. A. (2020). Recommendations for policy and practice of telepsychotherapy and e-mental health in Europe and beyond. *Journal of Psychotherapy Integration*, 30(2), 160.
- Vanderplaschen, W., Reculé, C. & Claeys, H. (2014). Evaluatie van chatbegeleiding voor personen met een alcoholverslaving. *AnD*, 3, 15-16.
- Wind, T. R., Rijkeboer, M., Andersson, G., & Riper, H. (2020). The COVID-19 pandemic: The 'black swan' for mental health care and a turning point for e-health. *Internet interventions*, 20.