

Internet goed voor gezondheid

Chatten met je hulpverlener en via internet virtueel een les in je eigen klas bijwonen (e-learning): deze en andere virtuele gezondheidsnieuwtjes werden vorige week donderdag in Rotterdam gepresenteerd aan meer dan 400 aanbieders van gezondheidsinformatie tijdens het congres Digitaal Gezond 2003.

“Internet is een groeimedium”, zo opende Drs. Hans Krosse, directeur van het Nationaal Instituut voor Gezondheidsbevordering en Ziektepreventie (NIGZ) het congres. “De helft van de Nederlanders blijkt inmiddels regelmatig het internet te gebruiken. Ze e-mailen met een hobbyclub, zoeken er bijvoorbeeld een vrouw of man om mee uit te gaan of ze bestellen bioscoopkaartjes. Allerlei alledaagse dingen die vijf jaar geleden nog voornamelijk via folders, telefonische gesprekken en aan de kassa gebeurden.”

Ook de gezondheids- en welzijnssector blijft volgens Hans

Krosse niet achter: “Van GGD’s tot ziekenhuizen en van zorgverzekeraars tot patiëntenorganisaties, allemaal hebben ze de laatste jaren internet gevonden om contact te leggen en te houden met cliënten.”

Op het congres was persoonlijk advies aan cliënten als thema sterk vertegenwoordigd. Een succesvol voorbeeld is de NIGZ-website drinktest.nl, met driehonderd-duizend bezoekers in de eerste vier maanden na lancering. “Zeventig procent van hen doet ook daadwerkelijk de drinktest”, zo meldde Annemarie Huiberts van het NIGZ in een workshop. “En dat ondanks het feit dat drinken toch nog vaak als een taboeonderwerp wordt gezien.”

Een andere vorm van maatwerk is e-counseling, waarbij cliënten een behandeling kunnen ondergaan, onder andere voor post-traumatische stressstoornissen en burnout. De verslavingszorginstelling Jellinek biedt sinds kort zelfs de

mogelijkheid om met een hulpverlener te chatten. Internet biedt dus steeds vaker alle stappen in de gezondheidszorg aan, van informatie over een bepaalde ziekte tot behandeling aan toe.

De redactie van Metro Gezondheid vroeg zich bij al deze jubelverhalen af of de ontwikkeling van internet als ‘halve dokter’ wel zo gunstig is. Denken mensen bij ieder pijntje niet snel het ergste? Er is immers heel wat informatie te vinden op de 5000 ‘gezonde’ websites die Nederland inmiddels telt. Een lage rugpijn wordt mischien voor een hernia aangezien en een beetje buikpijn voor darmkanker. Hans Krosse wuift onze bezwaren resoluut van de hand: “Dezelfde bezwaren werden in de jaren ’60 geuit, toen de eerste medische encyclopedieën aan huis verkocht werden. Daar was aanvankelijk ook - ten onrechte - veel weerstand tegen. Natuurlijk zijn er altijd hypochonders die van het ergste uitgaan. Maar het is nooit

een argument om geen informatie te verstrekken. Bovendien waarschuwen veel websites tegen zelf dokteren.”

Ook dr. Jan Steyaert van de Fontys Hogescholen in Eindhoven en spreker tijdens het congres ziet gezondheidsinformatie op internet eerder als winst dan als bedreiging. “Door internet komen mensen juist beter geïnformeerd bij de dokter. Een deel van de geïnformeerde patiënten hou je zelfs thuis omdat ze weten dat ze niet voor elk kwaaltje naar de dokter hoeven.” De grootste uitdaging zit volgens Steyaert in het gebruiken van internet om burgers te verleiden tot gezond gedrag. “Tegenwoordig investeren mensen massaal in hun eigen ongezondheid door te roken, te weinig te bewegen en door overgewicht. Internet is onpersoonlijk. Bij het invullen van zelftesten heeft dat als grote voordeel dat mensen veel eerlijker zijn over hun eigen gedrag.”

Angela Severs

Nieuwe remedie tegen afstoting donorhoornvlies

Een nieuwe methode moet voorkomen dat getransplanteerde hoornvliezen worden afgestoten. Wanneer vlak na de operatie injecties gegeven worden met cellen die invloed hebben op de afstoting kan dat proces mogelijk stoppen. Dat blijkt uit onderzoek aan verschillende internationale topinstellingen op het gebied van de oogheelkunde.

Onderzoeker Tanja Slegers van de Rijksuniversiteit Groningen (RUG) bracht tijdens jarenlang promotieonderzoek in beeld hoe dit proces werkt en vond een methode die mogelijk afstotingsreacties voorkomt. Getransplanteerd hoornvlies wordt namelijk vaak afgestoten.

In Nederland worden elk jaar duizend hoornvliestransplantaties uitgevoerd; vijf tot 35 procent mislukt daardoor. Dit gebeurt ondanks inname