



DEPRESSIE, ANGST EN GERELATEERDE KLACHTEN

Interventie, omschrijving	Website	Kosten	Ontwikkelaar & aanbieder	Wetenschappelijke onderbouwing
KOP-model Online (Voor de cliënt heet dit 'Van probleem naar oplossing') : Programma volgens het KOP-model, een methode voor kortdurende therapie bij milde psychische klachten	www.kop-model.nl	Per cliënt €36, óf een jaarlicentie voor onbeperkt gebruik: 1 ^e behandelaar €350, 2 ^e behandelaar €300, 3 ^e en volgende behandelaren binnen dezelfde instelling €275.	Ontwikkeld door Paul Rijnders, Els Heene en Boom uitgevers. Aangeboden door Boom uitgevers, ook via andere platforms (Curelink, Karify, zorgIQ, Serviant, Careweb)	1) Gebaseerd op bewezen effectieve behandelvormen? 2) Wetenschappelijk onderzoek naar de effectiviteit van de interventie? 1.) Gebaseerd op het KOP-model dat ervan uit gaat dat klachten (K) het resultaat zijn van de wisselwerking tussen de omstandigheden/omgevingsfactoren (O) van de cliënt en de manier waarop de cliënt op die omstandigheden reageert (P). Zie: www.kop-model.nl 2.) Nee
Voluit Leven Online : Cursus voor mensen met spannings- angst en depressieve klachten, gericht op het accepteren van psychische pijn en het omgaan met alles wat er op je pad komt	https://www.voluitleven.nl/site/home/		Ontwikkeld door Ernst Bohlmeijer en Monique Hulsbergen. Aangeboden door Boom uitgevers Amsterdam	1.) Gebaseerd op acceptance and commitment therapy, gecombineerd met korte mindfulness oefeningen. De online cursus is gebaseerd op het boek Voluit Leven, van Ernst Bohlmeijer en Monique Hulsbergen. 2.) In 4 RCTs onderzocht door de Universiteit Twente. O.a. door Pots et al. (2015), waar Voluit Leven Online effectief was in het verminderen van angst- en depressieve klachten. Zie ook: http://www.voluitleven.info/#!wetenschappelijk-onderzoek/c1dxd De beoordeling door het Centrum Gezond Leven: https://www.loketgezondleven.nl/interventies/i-database/1401485



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Negatief Zelfbeeld Online: Cursus gericht op het ontwikkelen van een positiever zelfbeeld en het verbeteren van de stemming <https://www.boompsychologie.nl/methode/84/Negatief-zelfbeeld-online> <https://www.karify.com/nl/prijzen/> Ontwikkeld door Manja de Neef. Aangeboden door Boom uitgevers Amsterdam via het Karify platform. Te bestellen via <https://www.karify.com/nl/product/negatief-zelfbeeld/>

1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie.
2.) Observationeel onderzoek naar de face to face interventie wees uit dat de interventie een significante verbetering te zien gaf op maten voor zelfbeeld, angst en depressie.

Angst: Leren omgaan met angstopwekkende situaties. <http://www.karify.com/nl/> POH-modules gratis inzetbaar bij Karify abonnement. IPPZ / Karify

Somberheid: Beter om leren gaan met tegenslagen. <http://www.karify.com/nl/store> Abonnement vanaf €14 per medewerker per maand.

1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie, met elementen uit positieve psychologie. (Uitgezonderd de Kernkwadrant-POH GGZ, deze is gebaseerd op Kernkwadranten van Ofman).
2.) Nee

Werkstress: Leren omgaan met werkstress en vergroten van de weerbaarheid.

Slaapproblemen: Verbeteren van het slaappatroon en minder piekeren.

Overspannenheid: Verminderen van overspannenheid.

Omgaan met stress: Omgaan met stress en het voorkomen/verminderen ervan

Piekeren: Verminderen van piekeren en het leren omgaan met problemen.

**Piekeren (minimodule):**

Piekeren en problemen oplossen.

Inzicht in je problemen:

Een beschrijving van je levensloop. Doelen opstellen.

Dagstructuur:

O.a. over daginvulling, en plezierige activiteiten

Het G-Schema (Negatieve gedachten opsporen):

Gedachten, gevoelens en gedrag.

Negatieve gedachten uitdagen**Vermijdingsgedrag:**

Gericht op het doorbreken van vermijding.

Verander je slaappgedrag:

Gericht op verbeteren van de slaap

Terugvalpreventie



Sociale vaardigheden

En los inplanbare opdrachten,

o.a.: Stemmingmeter, lastmeter, activiteitenregistratie, kernkwadrant POH-GGZ, draagkracht en –last.

Overwinnen van angstklachten: een begeleid zelfhulpprogramma voor mensen met klachten die passen bij een gegeneraliseerde angststoornis of paniekstoornis. Dit programma kan in boekvorm of online gevolgd worden. De handleiding is ook in het Engels en Turks beschikbaar.

<http://www.learn2dare.nl/>

De online versie kost €19,95 (excl. BTW) per patiënt. De kosten voor de handleiding Begeleide Zelfhulp bedragen €24,95. Vanaf 20 handleidingen is de prijs €22,00.

De begeleider dient vooraf een training gevolgd te hebben bij Learn2Dare. Patiënten kunnen de online versie of handleiding zelf bestellen via de website.

Ontwikkeld door dr. C.A. van Boeijen, psychiater, in het kader van haar promotieonderzoek naar de behandeling van angststoornissen in de eerstelijnszorg. Aangeboden door Learn2Dare.

- 1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie.
- 2.) De effectiviteit van de begeleidde zelfhulp in boekvorm is onderzocht in 2 onderzoeken. Eerstelijnszorgpatiënten met paniekstoornissen en gegeneraliseerde angststoornissen voor wie de huisarts doorverwijzing niet noodzakelijk acht, bleken op bevredigende wijze behandeld te kunnen worden door de huisarts. Doorverwijzing naar een psychiatrische polikliniek levert bij deze patiënten geen betere resultaten op. In een tweede studie is aangetoond dat begeleidde zelfhulp, uitgevoerd door de POH-GGZ in collaborative stepped care, effectief is bij deze angststoornissen.
 - van Boeijen et al. *Angststoornissen in de eerstelijns vaak goed te behandelen. Een gerandomiseerd gecontroleerd onderzoek. Huisarts Wet 2007;50(7): 315-320., bewerking van een artikel uit proefschrift: <http://www.learn2dare.nl/handleiding/inleiding/>*
 - Muntingh ADT, Van der Feltz-Cornelis CM, Van Marwijk HWJ, Spinhoven Ph, Assendelft WJJ, De Waal MWM, Van Balkom AJLM. *Collaborative stepped care is effectief bij angststoornissen. Huisarts Wet 2014;57(11): 566–70.*



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Mentalshare Direct

FearFighter: Behandeling van angst, paniek en fobie	http://www.mentalsharedirect.nl/ons-aanbod	€49,95 per patiënt, excl. BTW per patiënt (minimale afname 10 stuks) of 1.499 onbeperkt voor een normpraktijk, exclusief training.	Ontwikkeld en geëvalueerd door professor Isaac Marcs, een internationaal erkende autoriteit op het gebied van de behandeling van fobie en paniek, in samenwerking met een onderzoeksteam van het Institute of Psychiatry, Kings College, London. Aangeboden door Mentalshare Direct.	1.) Gebaseerd op de cognitieve gedragstherapie 2.) In februari 2006 heeft het National Institute of Health and Clinical Excellence ("NICE") in het Verenigd Koninkrijk FearFighter aanbevolen als behandeloptie voor alle patiënten met milde of matige vormen van agorafobie met en zonder paniek. Zie: http://www.ccbt.co.uk/products/fearfighter/
Kleurjeleven Cursus voor mensen met depressieve klachten	www.kleurjeleven.nl		Ontwikkeld door Trimbos-instituut. Aangeboden door Mentalshare Direct.	1.) Gebaseerd op de cognitieve gedragstherapie 2.) In RCTs effectief gebleken in het verminderen van depressieve klachten. Zie: http://www.kleurjeleven.nl/verwijzers/onderzoek/ NB: Kleurjeleven staat vermeld in de NHG-Standaard Depressie en op Thuisarts.nl.
MyStressCoach: Programma voor stress	http://www.mentalsharedirect.nl/ons-aanbod		Ontwikkeld door Antes. Aangeboden door Mentalshare Direct.	1.) Gebaseerd op de cognitieve gedragstherapie 2.) Nee
Rebalance: Programma voor burn-out	http://www.mentalsharedirect.nl/ons-aanbod		Ontwikkeld door voorheen Psyhealth Direct. Aangeboden door Mentalshare Direct.	1.) Gebaseerd op de cognitieve gedragstherapie 2.) Nee
Slaapcoach: Programma voor slaapproblemen	http://www.mentalsharedirect.nl/ons-aanbod		Ontwikkeld door Antes. Aangeboden door Mentalshare Direct.	1.) Gebaseerd op de cognitieve gedragstherapie 2.) Nee



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Alles onder controle (VU)	<i>Zie de website van Minddistrict voor een omschrijving van de inhoud en doelgroep van de modules:</i>	Zorgverleners betalen €49,- per online gebrachte patiënt. Als ook videobellen wordt aangeboden is de prijs per patiënt €64,- Bij een grotere afname van patiëntaccounts gelden staffelprijzen. De prijzen zijn exclusief BTW.	Ontwikkeld door Minddistrict in samenwerking met behandelaren, onderzoekers en ervaringsdeskundigen van GGZ-instellingen en universiteiten.	1.) Minddistrict interventies zijn gebaseerd op effectief bewezen gedragsveranderingstheorieën en -technieken, literatuuronderzoek en best practices uit de praktijk. De interventies zijn conform landelijke richtlijnen. De interventies zijn veelal (cognitief-) gedragstherapeutisch.
Basiszorg gedachteschema				
Basiszorg Gedragsexperiment				
Basiszorg activeren			Alles onder controle is ontwikkeld in samenwerking met hoogleraar Pim Cuijpers van de Vrije Universiteit (VU). De VU is eigenaar van deze module, die verkrijgbaar is via Minddistrict en Menzis.	2.) De effectiviteit van Alles onder controle in het verminderen van depressieve en angstklachten is aangetoond in 2 RCTs. Zie: https://www.loketgezondleven.nl/i-database/interventies/a/1401852/
Basiszorg Pak je somberheid aan	http://www.minddistrict.com/professional/nl/modules/#huisarts-poh			
Basiszorg Piekeren				
Angst: van angst naar beter				
Basiszorg Depressie (kort, middel, intensief)				
Basiszorg Fobie (kort)				
Dagboeken Depressie, Piekeren, Stemming, Beter slapen				
Basiszorg Lereren ontspannen				
Basiszorg Probleemverheldering				
Basiszorg Sociale vaardigheden				
Basiszorg Zelfbeeld				
Stressbestendigheid				



In balans op het werk door RET

Diverse dagboeken: Activiteit, cannabis, 5G schema, emotie, eten, gedachteschema, gewicht, herstel, inspiratie momenten app, slapen, stress.

Depressie: Cognitieve gedragstherapie voor mensen met een lichte depressie.	http://www.newhealthcollective.nl/	€20 per ingezette module.	Ontwikkeld door PsyQ, aangeboden door NewHealth Collective.	1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie 2.) Nee
G-schema: Kan 100% online of met een gedeelte face to face gevolgd worden.		€25 per cliënt inclusief alle basis-modules	NewHealth Collective	1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie 2.) Nee
Stoppen met piekeren (+) en Stop Ruminating (+): Stoppen met piekeren wordt als zelfhulp ingezet door de POH, de overigen (Stop ruminating en de + versies) kunnen met begeleiding gevolgd worden.		€25 per cliënt inclusief alle basis-modules	NewHealth Collective	1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie 2.) Nee
Gezond in je werk: Training voor mensen met milde stressklachten.		€20 per ingezette module.	Ontwikkeld door Indigo West, aangeboden door NewHealth Collective.	1.) Gebaseerd op preventie cursus Gezond in je werk 2.) Nee
Gezond slapen: kan als zelfhulp door de POH aangeboden worden; De variant Slapen + kan met begeleiding gevolgd worden.		€25 per cliënt inclusief alle basis-modules	NewHealth Collective	1.) Gebaseerd op slaaptraining van PsyQ 2.) Nee



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Ontspanning: kan als zelfhulp door de POH aangeboden worden. De variant Leren ontspannen+ kan met begeleiding gevolgd worden.

€25 per cliënt inclusief alle basis-modules

NewHealth Collective

1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie
2.) Nee

Mijn dagboek en Personal diary: kan als zelfhulp door de POH aangeboden worden. De variant Dagboek+ kan met begeleiding gevolgd worden.

€25 per cliënt inclusief alle basis-modules

NewHealth Collective

1.) Niet van toepassing
2.) Nee

Psychiatrie in de familie: Voor alle mantelzorgers, onafhankelijk waar de patiënt in zorg is.

€20 per ingezette module.

Ontwikkeld door Indigo West/Parnassia, aangeboden door NewHealth Collective.

1.) Gebaseerd op preventie cursus Psychiatrie in de familie
2.) Nee

Angst voorbij: Behandeling van angst

<http://www.zorgiq.nl/>

Onderdeel van het totale maandbedrag voor het gebruik van de gehele zorgIQ applicatie

zorgIQ

1.) Gebaseerd op bestaande richtlijnen en beschikbare kennis en protocollen om klachten te diagnosticeren en te behandelen (o.a. NHG standaarden, bouwstenen van het ROS netwerk en Trimbos). De interventies bevatten veelal elementen uit de cognitieve gedragstherapie, ontspanningstherapie.
2.) Nee

Goed gestemd: Behandeling van somberheidsklachten/ depressie

Energieker zonder gepieker: Programma gericht op het verminderen van piekeren



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Slaap lekker:

Gericht op het verminderen van slaapproblemen

Eerste hulp bij burn-out:

Programma voor burn-out

Zorg voor mantelzorg:

Programma gericht op de mentale belasting van mantelzorgers

KOP-model online:

Programma volgens het KOP-model, een methode voor kortdurende therapie bij milde psychische klachten

Aan te schaffen per normpraktijk bovenop het zorgIQ maandbedrag.

Paul Rijnders en Els Heene
i.s.m.
Uitgeverij Boom

1.) Gebaseerd op bestaande richtlijnen en beschikbare kennis om patiënten, bekend met overbelasting door mantelzorg, te kunnen begeleiden (uitgegeven door Mezzo en Expertisecentrum Mantelzorg).

2.) Nee

1.) Het KOP-model online is gebaseerd op het model van Paul Rijnders en Els Heene voor kortdurende psychologische interventies voor in de Basis GGZ. In samenwerking met Uitgeverij Boom is het programma vormgegeven in zorgIQ.
2.) Niet naar de online interventie. Er is wel onderzoek gedaan naar de effectiviteit van kortdurende zorg (o.a.: van Straten et al., 2007; van Dijk et al., 2012) en naar het KOP-model in de Basis GGZ (Rijnders et al., 2010; Rijnders & Heene, 2015).

- *Rijnders P., Heene E., (2010). Kortdurende psychologische interventies voor de eerste lijn. Amsterdam: Uitgeverij Boom.*
- *Rijnders et al. (2010): <https://mijn.bsl.nl/kortdurende-psychologische-interventies-voor-de-eerste-lijn/496488?searchBackButton=true>*
- *Rijnders & Heene (2015): <https://mijn.bsl.nl/hoe-verantwoord-zijn-kortdurende-behandelmodellen/655224?redirect=1>*



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

- Van Dijk et al. (2012):
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3499400/>
- Van Straten et al. (2007):
<http://link.springer.com/article/10.1007%2FBF03062249>

Stichting mirro

Jong en depri: Zelfhulpwebsite	https://depri.mirro.nl/	€7 voor een mirro-account (onbeperkt toegang tot alle modules)	Ontwikkeld door GGZ professionals i.s.m. ervaringsdeskundigen. Aangeboden door Stichting Mirro.	1.) Gebaseerd op de effectief bewezen module Grip op je Dip. 2.) Nee. Er is wel een RCT uitgevoerd waarbij de Grip op je Dip-groep is vergeleken met een wachtlijstgroep. Zie: http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3414873/ En: http://dare.uvu.vu.nl/bitstream/handle/1871/51102/abstract_dutch.pdf?sequence=4
Piekeren: Zelfhulpwebsite	https://piekern.mirro.nl/	€7 voor een mirro-account (onbeperkt toegang tot alle modules)		1.) Er gebruikgemaakt van de actuele inzichten op het gebied van de ontwikkelingspsychologie, metacognitieve therapie, psycho-educatie en Intolerance-of-uncertainty therapie. 2.) Nee
Angst en paniek: Zelfhulpwebsite	https://angst.mirro.nl	€7 voor een mirro-account (onbeperkt toegang tot alle modules)		1.) Gebaseerd op ACT, CGT en mindfulness. 2.) Uit observationeel onderzoek van de Vrije Universiteit (in opdracht van mirro) bleek dat klachten van de deelnemende bezoekers bij de nameting significant verminderd waren en ook het verzuim was afgenomen. De modules worden als waardevol en nuttig beschouwd. www.mirro.nl/observationeel onderzoek VU 2015
Slaapproblemen: Zelfhulpwebsite	https://slaapproblemen.mirro.nl/	€7 voor een mirro-account (onbeperkt toegang tot alle modules)		1.) Gebaseerd op inzichten uit de positieve psychologie, cognitieve gedragstherapie en mindfulness. 2.) Uit observationeel onderzoek van de Vrije Universiteit (in opdracht van mirro) bleek dat klachten van de deelnemende bezoekers bij de nameting significant verminderd waren en



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Werkstress/burn-out: Zelfhulpwebsite	https://burnout.mirro.nl/	€7 voor een mirro-account (onbeperkt toegang tot alle modules)		ook het verzuim was afgenomen. De modules worden als waardevol en nuttig beschouwd. www.mirro.nl/observatieel_onderzoek_VU_2015
Mantelzorgondersteuning: Zelfhulpwebsite	https://gezondzorgen.mirro.nl/	€7 voor een mirro-account (onbeperkt toegang tot alle modules)		1.) Gebaseerd op inzichten uit de positieve psychologie, cognitieve gedragstherapie en mindfulness. 2.) Uit observationeel onderzoek van de Vrije Universiteit (in opdracht van mirro) bleek dat klachten van de deelnemende bezoekers bij de nameting significant verminderd waren en ook het verzuim was afgenomen. De modules worden als waardevol en nuttig beschouwd. www.mirro.nl/observatieel_onderzoek_VU_2015 NB: Deze module staat vermeld op Thuisarts.nl.
Depressie behandeling: Er zijn 3 verschillende behandeltrajecten, de cliënt kiest welk traject het meeste bij hem of haar past.	https://www.therapieland.nl/	TeleGGZ biedt de mogelijkheid om gebruik te maken van alle genoemde programma's, in te zetten bij een	Therapieland en KSYOS TeleMedicine	1) Voornamelijk gebaseerd op cognitieve gedragstherapie en elementen van systeemtherapie, positieve psychologie en mindfulness. 2) Verwacht in 2016.



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Behandeling voor Angst &

Paniek: Men onderzoekt waar de klachten vandaan komen en leert men angst- en panieklachten de baas te worden.

StressLes

Biedt patiënten handvatten om met stress om te gaan

Overspanning & Burnout:

Programma voor stress- en burnoutklachten

Slaap Lekker:

Biedt handvatten om slaapproblemen aan te pakken.

Somberheid:

Bestaat uit activatie, ontspanning en cognitieve gedragstherapie.

Dagstructuur:

onbeperkt aantal patiënten. Hierbij worden twee trainingen op locatie gegeven om met TeleGGZ aan de slag te gaan. Tarieven zijn gebaseerd op het aantal aangesloten patiënten per praktijk.

1) Gebaseerd op het protocol Klachtgerichte Cognitieve Gedragstherapie.
2) Eerste resultaten vanuit observationeel onderzoek laten zien dat er een significante afname van de klachten is op de 4DKL dimensie Angst. De resultaten staan beschreven in een intern rapport. Vervolg onderzoek wordt in 2016 opgezet.

1) Gebaseerd op Acceptance and Commitment Therapy (ACT) en positieve psychologie.
2) Verwacht in 2016.

1) Gebaseerd op de Multidisciplinaire Richtlijn Overspanning & Burn-out (2011), en maakt gebruik van verschillende evidence based interventies, zoals cognitieve gedragstherapie, Leefstijltraining, dagstructurering en mindfulness.
2) Eerste resultaten vanuit observationeel onderzoek laten zien dat er een significante afname van de klachten is op de 4DKL dimensie Stress. De resultaten staan beschreven in een intern rapport. Vervolg onderzoek wordt in 2016 opgezet.

1) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie met daarbij gedragsmatige interventies die effectief zijn bevonden voor het bestrijden van dyssomnieën. Ook worden er invloeden vanuit de Acceptance and Commitment Therapy toegepast.
2) Verwacht in 2016.

1) Deze module is gebaseerd op de protocollaire behandeling voor depressie van Keijsers, van Minnen en Hoogduin.
2) Nee

1) N.v.t.



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Gericht op het aanbrengen van structuur om je klachten tegen te gaan.

2) N.v.t.



PROBLEMATISCH ALCOHOLGEBRUIK

Interventie, omschrijving	Website	Kosten	Ontwikkelaar & aanbieder	Wetenschappelijke onderbouwing 1) Gebaseerd op bewezen effectieve behandelvormen? 2) Wetenschappelijk onderzoek naar de effectiviteit van de interventie?
Alcoholgebruik: Geeft inzicht in alcoholgebruik en verbetering van de levenskwaliteit Alcoholregistratie: Alcoholgebruik bijhouden.	http://www.karify.com/nl/ http://www.karify.com/nl/store	POH-modules gratis inzetbaar bij Karify abonnement. Abonnement vanaf €14 per medewerker per maand.	IPPZ / Karify	1.) Gebaseerd op cognitieve gedragstherapie 2.) Nee
	Basiszorg Sterker dan alcohol Dagboek Drinken Dagboek Alcohol	<i>Zie website van Minddistrict voor een omschrijving van de inhoud en doelgroep van de modules:</i> http://www.minddistrict.com/professionals/nl/modules/#huisarts-poh	Zorgverleners betalen €49,- per online gebrachte patiënt. Als ook videobellen wordt aangeboden is de prijs per patiënt €64,- Bij een grotere afname van patiëntaccounts gelden staffelprijzen. De prijzen zijn exclusief BTW.	Ontwikkeld door Minddistrict in samenwerking met behandelaren, onderzoekers en ervaringsdeskundigen van GGZ-instellingen en universiteiten.



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

NewHealth Collective

Alcohol: Een zelfhulpmodule die door de POH ingezet kan worden, gericht op het bewuster worden van de rol van alcohol in je leven en het op een verantwoorde manier met alcohol omgaan.

<http://www.newhealthcollective.nl/>

Basistarief: €25 per cliënt inclusief alle basis-modules

NewHealth Collective

1.) Gebaseerd op leefstijltraining middelen 'Resultaten Scoren'.
2.) Nee

CGT Alcohol: Een kortdurende, geprotocolleerde behandeling gericht op het veranderen van het gebruik. Gesprekken gecombineerd met onlinecontacten met de behandelaar.

€20 per ingezette module.

Ontwikkeld door Brijder, aangeboden door NewHealth Collective

1.) Gebaseerd op evidence-protocol CGT.
2.) Nee

Stichting zorgIQ

Alcohol- vrij willig! Programma gericht op het minderen of stoppen van alcoholgebruik

<http://www.zorgiq.nl/>

Onderdeel van het totale maandbedrag voor het gebruik van de gehele zorgIQ applicatie

zorgIQ

1.) Gebaseerd op bestaande richtlijnen (NHG standaard en bouwstenen van het ROS netwerk en Trimbos) en beschikbare kennis om overmatig alcoholgebruik te behandelen. De interventies bevatten elementen van motiverende gespreksvoering, coaching en ontspanningstherapie zoals die tevens in de verslavingszorg worden gehanteerd.
2.) Nee

Stichting mirro

Alcohol en Ouderen (55+): Zelfhulpwebsite

<https://alcoholenouderen.mirro.nl/>

€7 voor een mirro-account (onbeperkt toegang tot alle modules)

Ontwikkeld door GGZ professionals van Brijder Verslavingszorg i.s.m. ervaringsdeskundigen. Aangeboden door Stichting Mirro.

1.) Er is gebruik gemaakt van de inzichten uit de positieve psychologie, ACT, cognitieve gedragstherapie, motiverende gespreksvoering en mindfulness.
2.) De Vrije Universiteit heeft in opdracht van mirro een observationeel onderzoek uitgevoerd op een deel van de modules (voor- en nameting). Uit het onderzoek bleek dat klachten van de deelnemende bezoekers bij de nameting significant verminderd waren en ook het verzuim was afgenomen. De modules worden als waardevol en nuttig beschouwd. Het rapport is te lezen op www.mirro.nl/observationeel-onderzoek-VU-2015



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Therapieland

Alcohol: Gericht op het verminderen van gewoonten, motivatie behouden en stressregulatie

<https://www.therapieland.nl/>

TeleGGZ biedt de mogelijkheid om gebruik te maken van alle genoemde programma's, in te zetten bij een onbeperkt aantal patiënten. Hierbij worden twee trainingen op locatie gegeven om met TeleGGZ aan de slag te gaan. Tarieven zijn gebaseerd op het aantal aangesloten patiënten per praktijk.

Therapieland en KSYOS
TeleMedicine

- 1) Gebaseerd op 3 stromingen binnen de psychologie: Acceptance and Commitment Therapy (ACT), Zelfcontrole programma van Hoogduin en Positieve Psychologie.
- 2) Verwacht in 2016.



MENTALE VEERKRACHT

Interventie, omschrijving	Website	Kosten	Ontwikkelaar & aanbieder	Wetenschappelijke onderbouwing 1) Gebaseerd op bewezen effectieve behandelvormen? 2) Wetenschappelijk onderzoek naar de effectiviteit van de interventie?
Leven met pijn Online: Cursus gericht op het leiden van een waardevol leven ondanks (chronische) pijnklachten.	https://www.voluitleven.nl/site/home/	Per cliënt €36, óf een jaarlicentie voor onbeperkt gebruik: 1 ^e behandelaar €350, 2 ^e behandelaar €300, 3 ^e en volgende behandelaren binnen dezelfde instelling €275.	Ontwikkeld door Martine Veehof (ergotherapeut), Karlein Schreurs (senior gz-psycholoog bij revalidatiecentrum en hoogleraar), Ernst Bohlmeijer (hoogleraar Geestelijke Gezondheidsbevordering) en Monique Hulsbergen (gz-psycholoog/psychotherapeut). . Aangeboden door Boom uitgevers Amsterdam.	1.) Combinatie van psycho-educatie en oefeningen, gebaseerd op acceptance and commitment therapy en mindfulness. 2.) Uit een RCT onder 238 deelnemers bleek dat deelnemers aan Leven met pijn Online na afloop significant minder psychische klachten hadden en dat de pijn minder interfereerde in het dagelijks leven, in vergelijking met een wachtlijstcontrolegroep. De effecten bleven ook 6 maanden na afloop van de cursus aanwezig. Zie: http://www.voluitleven.info/#!wetenschappelijk-onderzoek/c1dxd
Psyfit: Cursus voor het trainen van de mentale fitheid.	www.psyfit.nl	49,95 Euro ex btw per patiënt (minimale afname 10 stuks) of 1.499 onbeperkt voor een normpraktijk, exclusief training.	Ontwikkeld door Trimbos-instituut. Aangeboden door Mentalshare Direct.	1.) Gebaseerd op de positieve psychologie, cognitieve gedragstherapie, mindfulness en leefstijladviezen. 2.) Uit een RCT bleek de interventie effectief in het op korte termijn (2 maanden) verhogen van een gevoel van welbevinden, vitaliteit en gezondheid en het verminderen van symptomen van angst en depressie, en op langere termijn (6 maanden) het verminderen van symptomen van depressie en angst. Zie: http://www.psyfit.nl/verwijzers/

Boom uitgevers Amsterdam

Mentalshare Direct



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Minddistrict

Basiszorg Mindfulness

Zie website van Minddistrict voor een omschrijving van de inhoud en doelgroep van de modules

<http://www.minddistrict.com/professional/nl/modules/#huisarts-poh>

Zorgverleners betalen €49,- per online gebrachte patiënt. Als ook videobellen wordt aangeboden is de prijs per patiënt €64,- Bij een grotere afname van patiëntaccounts gelden staffelprijzen. De prijzen zijn exclusief BTW.

Ontwikkeld door Minddistrict in samenwerking met behandelaren, onderzoekers en ervaringsdeskundigen van GGZ-instellingen en universiteiten.

1.) Een interventie over de beginselen van mindfulness. Minddistrict interventies zijn gebaseerd op effectief bewezen gedragsveranderingstheorieën en -technieken, literatuuronderzoek en best practices uit de praktijk. De interventies zijn conform landelijke richtlijnen.
2.) Nee

Basiszorg: Waarden en doelen: richting geven aan je leven

1.) Een gedragstherapeutische interventie ter versterking van waardevol leven. Minddistrict interventies zijn gebaseerd op effectief bewezen gedragsveranderingstheorieën en -technieken, literatuuronderzoek en best practices uit de praktijk. De interventies zijn conform landelijke richtlijnen.
2.) Nee

Stichting zorgIQ

Mindfulness: Gericht op het aannemen van een andere houding ten opzichte van problemen. De patiënt leert bewuster te leven, ervaringen toe te laten en niet langer vanuit emotie te reageren.

<http://www.zorgiq.nl/>

Onderdeel van het totale maandbedrag voor het gebruik van de gehele zorgIQ applicatie

zorgIQ

1.) Gebaseerd op elementen uit mindfulness, ontspanningstherapie en cognitieve therapie.
2.) Nee



ONLINE BEHANDELING IN DE HUISARTSENPRAKTIJK

Therapieland

Mindfulness

Er wordt uitleg gegeven over wat mindfulness is en hoe dit toe te passen in de praktijk. Er worden verschillende mindfulness oefeningen gegeven via video en audio, met als doel de techniek aan te leren.

<https://www.therapieland.nl/>

Mindfulness voor Jongeren:

Idem als hierboven.

TeleGGZ biedt de mogelijkheid om gebruik te maken van alle genoemde programma's, in te zetten bij een onbeperkt aantal patiënten. Hierbij worden twee trainingen op locatie gegeven om met TeleGGZ aan de slag te gaan. Tarieven zijn gebaseerd op het aantal aangesloten patiënten per praktijk.

Therapieland en KSYOS
TeleMedicine

- 1) Gebaseerd op Mindfulness Based Cognitive Therapy.
- 2) Verwacht in 2016.