

## Telezorg: gezondheidszorg met digitale hulpmiddelen

Dit informatieblad beschrijft de manier waarop digitale technologie de gezondheidszorg verandert en wat dit voor u betekent.



### Hoe verandert digitale technologie de gezondheidszorg?

Ontwikkelingen op het gebied van digitale technologie veranderen de manier waarop gezondheidszorg wordt verleend. Digitale technologie verwijst naar elektronische apparaten en systemen die online werken.

Online platforms, videogesprekken, draagbare hulpmiddelen (wearables) en apps zijn inmiddels vertrouwde hulpmiddelen binnen onze gezondheidszorg. Op medisch gebied wordt dit vaak aangeduid als 'telegeneeskunde' of 'telezorg'. In de praktijk betekent dit dat de zorgverlening op afstand plaatsvindt. Daarbij zijn de zorgverlener en de patiënt via digitale technologieën met elkaar verbonden.

Vanwege de COVID-19 pandemie was het noodzakelijk om die verandering zeer snel te implementeren. Zorg werd toen vaak digitaal verleend, met als doel de verspreiding van de pandemie te verminderen en zorgbehoevenden te blijven verzorgen.

## Wat betekenen deze veranderingen?

Tijdens de COVID-19 pandemie moesten zowel zorgverleners als het grote publiek zich aanpassen aan veranderingen in de gezondheidszorg. In vele situaties betekende dit men via telefoon- en videogesprekken contact had met de zorgverleners.

Nu de pandemie afneemt en de dienstverlening weer terugkeert naar normaal, blijven digitale hulpmiddelen beschikbaar. Dit zou ertoe kunnen leiden dat u de komende jaren kunt kiezen tussen een mix van persoonlijke en enige vorm van telezorg. Omdat meer onderzoek wordt verricht naar de effectiviteit van deze diensten en de beste manier om deze te verlenen, zijn in de toekomst zeker aanvullende veranderingen mogelijk.

## Hoe kan ik mijn gezondheid met digitale hulpmiddelen beheren?

Digitale hulpmiddelen worden toegepast in alle onderdelen van de gezondheidszorg. Daartoe behoren zowel teleconsulten en telemonitoring als wearables en gezondheidsapps. Hier zijn enkele voorbeelden van de manier waarop technologie in de gezondheidszorg wordt toegepast:

### Videogesprekken voor consulten

U ontvangt een e-mail of sms-bericht van uw zorgverlener wanneer u een videoafspraak hebt gemaakt. Daarin wordt de datum en tijd van de afspraak bevestigd en hoe u toegang krijgt tot het videogesprek. Het videogesprek kan dan op uw smartphone, tablet of computer plaatsvinden. U krijgt alleen een afspraak voor een teleconsult als uw zorgverlener op dat moment geen lichamelijk onderzoek moet uitvoeren. Zie hieronder over hoe u zich op deze gesprekken kunt voorbereiden.

### Delen van foto's of video's

U wordt wellicht gevraagd om een foto of video te delen over uw gezondheidstoestand of specifieke symptomen voordat u met een zorgverlener praat. Uw zorgverlener zal u een overzicht sturen waarin wordt uitgelegd hoe u dat doet. Foto's en video's worden meestal als bijlage bij een sms-bericht of e-mail verzonden of geüpload via een veilige verbinding naar een online platform. Zo kan uw zorgverlener uw gezondheidstoestand beter begrijpen. Uw zorgverlener kan ook bestanden of video's met u delen. Enkele voorbeelden zijn informatiefolders of video's met instructies over het gebruik van een medisch hulpmiddel.

### Virtuele afdelingen en telemonitoring

In sommige situaties kunnen patiënten uit het ziekenhuis worden ontslagen en vervolgens thuis worden gemonitord. Een goed voorbeeld daarvan was tijdens de COVID-19 pandemie. Omdat er grote vraag was naar ziekenhuisbedden, konden mensen met meer stabiele symptomen weer naar huis gaan. Daar kregen ze nog steeds extra zuurstof en hun symptomen en zuurstofconcentraties werden door consultants op afstand in de gaten gehouden.

## Online revalidatie en activiteiten

Als u het advies hebt gekregen om deel te nemen aan activiteiten of revalidatie om uw symptomen te behandelen en van een ziekte te herstellen, zou u kunnen kiezen voor een online oefengroep. Dergelijke oefensessies kunnen worden aangeboden via video, waaraan vele mensen live deelnemen. Of u krijgt eerder opgenomen video's toegestuurd die u in eigen tijd kunt volgen.

## Online dagboeken of vragenlijsten

U kunt kiezen om uw symptomen in een online dagboek in te voeren waarmee u ontwikkelingen in de loop der tijd kunt vastleggen. Het kan handig zijn om een persoonlijk dossier mee te nemen naar uw volgende consult.

Online vragenlijsten kunnen worden gebruikt om inzicht te krijgen in uw gezondheidstoestand gedurende een bepaalde periode. Uw zorgverlener kan u vragen om dit te doen voordat u hem of haar bezoekt. U ontvangt mogelijk een vragenlijst via e-mail of sms, die u vóór een bezoek moet invullen.

## Wearables

Draagbare hulpmiddelen, zoals smartwatches, kunnen diverse metingen uitvoeren en zo uw lichamelijke toestand volgen. Daartoe behoren hartfrequentie, stress, slaappatronen, zuurstofconcentraties en activiteitsniveaus. Meestal zijn deze hulpmiddelen verbonden met een app op uw smartphone of tablet. Een app – afkorting van ‘applicatie’ – is een programma dat u op uw smartphone of tablet kunt installeren. Het verzamelt informatie en geeft een overzicht van uw gezondheid in de loop der tijd.

Deze systemen zijn meestal niet direct verbonden met uw zorgverlener. Het kan echter wel nuttige informatie zijn tijdens een consult met uw zorgverlener.

## Gezondheidsapps

Er zijn vele apps verkrijgbaar om uw gezondheid te volgen. Sommige geven informatie over hoe u het best met uw toestand kunt omgaan. Andere herinneren u eraan dat u uw medicatie moet innemen of bieden de mogelijkheid om opnames van een medisch hulpmiddel te volgen.

De meeste apps kunt u zelf downloaden en gebruiken als u dat wilt. Als uw zorgverleners gegevens van uw medische hulpmiddel willen ontvangen, zullen zij dat met u bespreken. Ze kunnen ook aangeven welke app of welk platform u moet gebruiken, omdat het moet kunnen worden verbonden met een ziekenhuissysteem.

## Wat zijn de voordelen?

Het gebruik van digitale technologieën in de gezondheidszorg heeft vele voordelen. Hier zijn enkele voorbeelden van hoe mensen kunnen profiteren van digitale hulpmiddelen:

## Minder reizen

Bij een consult op afstand hoeft u niet te reizen. Dit bespaart niet alleen tijd en geld, maar is ook beter voor het milieu.

## Betere toegang tot zorgverleners

Door video- en telefoongesprekken zijn alle zorgverleners beter toegankelijk, zonder dat u naar een praktijk of ziekenhuis moet gaan.

In sommige gevallen kan het ook moeilijk zijn om in uw gezondheidstoestand een specialist te bezoeken die wellicht niet in uw plaatselijk ziekenhuis, maar in een specialistisch ziekenhuis werkt. Teleconsulten vergemakkelijken de toegang tot deze specialistische zorg, ongeacht waar u woont.

## Betere samenwerking en empowerment

Wanneer u uw gezondheid thuis kunt controleren, krijgt u mogelijk nieuwe inzichten in uw gezondheidstoestand. Wellicht hebt u dan het gevoel dat u meer controle hebt en beter kunt deelnemen aan gesprekken over uw gezondheid. Ook kan het dienen als herinnering dat u uw medicatie moet innemen. Dit is met name handig als u moeite hebt met het opvolgen van de behandelingsinstructies.

## Zelf de locatie kiezen

Sommige mensen gaan voor consulten liever niet naar het ziekenhuis of een kliniek en geven de voorkeur aan hun eigen huis. Sommige mensen vinden het nuttig om hun zorgverlener een indruk te geven van hun thuissituatie.

Videogesprekken op afstand bieden de mogelijkheid om thuis te blijven. Hieraan geven sommige mensen zelfs de voorkeur wanneer ze verontrustend nieuws krijgen.

## Infectiebeheersing

Teleconsulten verminderen de verspreiding van infecties. Als u besmettelijke symptomen hebt, is het voor u veiliger om thuis te blijven dan naar een zorginstelling te gaan, waar u anderen zou kunnen besmetten. Dit betekent ook dat u niet kunt worden besmet door iemand anders in de wachtkamer of in het openbaar vervoer met infectiesymptomen.

## Wat zijn de uitdagingen?

Nu het gebruik van digitale platformen steeds meer toeneemt, zijn er nog steeds vele veranderingen nodig in de gezondheidszorg. Hier zijn enkele uitdagingen waarmee zorgsystemen en het grote publiek worden geconfronteerd:

## Structurele veranderingen in zorginstellingen

Nieuwe systemen en veranderingen in werkpatronen zijn nodig in zorginstellingen. Als bijvoorbeeld hele groepen patiënten apps krijgen om hun symptomen in te voeren, moeten er meer zorgverleners achter het bureau zitten die deze informatie controleren. Ook moeten ze kunnen reageren op de ontvangen informatie, met name bij belangrijke symptomen die nader moeten worden onderzocht. Personeelsleden moeten mogelijk ook worden bijgeschoold om mensen te leren hoe ze nieuwe digitale hulpmiddelen moeten gebruiken en om vragen op afstand te kunnen beantwoorden.

## Toegang en voorlichting

Voor vele van deze hulpmiddelen zijn een smartphone, tablet of laptop en een betrouwbare internetverbinding nodig om thuis te gebruiken. Niet iedereen beschikt over deze hulpmiddelen, heeft toegang daartoe of weet hoe ze moeten worden gebruikt. Sommige mensen kunnen deze niet gebruiken vanwege hun lichamelijke handicap. Nu de technologie verandert, is het belangrijk om ervoor te zorgen dat iedereen nu en in de toekomst toegang heeft tot gezondheidszorg. Persoonlijke consulten moeten beschikbaar blijven wanneer die nodig zijn of wanneer men hieraan de voorkeur geeft.

## Gegevensbeveiliging

Goede systemen zijn nodig voor een veilig beheer van persoonsgegevens. Als u bijvoorbeeld een foto deelt met uw arts, moet deze op de juiste manier worden opgeslagen, volgens de gegevensbeveiligingswetten in uw land. Meer informatie hierover kunt u vinden in de [ELF factsheet on data sharing](#).

## Medische ethiek en relaties

Binnen de geneeskunde zijn er ethische normen. Deze bepalen hoe zorgverleners moeten handelen. Men maakt zich echter zorgen over het feit of men vanwege de veranderingen aan deze normen kan blijven voldoen. Welke invloed hebben bijvoorbeeld teleconsulten op de relatie tussen patiënt en zorgverlener? De zorgsector werkt volgens strenge privacynormen - is dat op digitale platforms ook nog mogelijk?

Nu de wereld gewend is geraakt aan nieuwe werkmethoden als gevolg van de COVID-19 pandemie, moeten regeringen en zorgsystemen op deze uitdagingen reageren.

## Wat gebeurt er tijdens een teleconsult en hoe kunt u zich voorbereiden?

Als u bent uitgenodigd voor een online gesprek of consult, kunt u de volgende tips gebruiken om u goed daarop voor te bereiden:

## Vóór het gesprek

- Besluit welk apparaat (computer, tablet of smartphone) u voor uw consult wilt gebruiken. Welk apparaat u ook kiest, u hebt een stabiele internetverbinding nodig. Zorg dat u weet hoe u uw microfoon inschakelt, uw camera voor een videogesprek en ook het geluid.
- Het is wellicht handig om eerst te oefenen en de juiste plek voor het gesprek te vinden. Controleer of de verlichting voldoende is en oefen totdat uw gezicht zich in het midden van het scherm bevindt en u recht naar de camera kijkt. Als u het niet zeker weet, kunt u vrienden, familie of burens inschakelen die u daarbij kunnen helpen. U kunt ook online naar instructievideo's zoeken.
- Lees de informatie in de uitnodigingse-mail, waaronder hoe u verbinding maakt. Lees dit goed door zodat u vertrouwd bent met de stappen die u moet nemen.
- Stel een lijst op met dingen die u wilt bespreken; noteer enkele belangrijke punten die u wilt bespreken zodat u die niet vergeet tijdens het gesprek.

## Tijdens het gesprek

- Als de videoverbinding mislukt, zal uw zorgverlener u waarschijnlijk proberen te bellen op het hem of haar bekende nummer. Als u ook telefonisch niet bereikbaar bent, zult u een andere afspraak moeten maken.
- Houd een kladblok bij de hand of heb een document open op uw computer om eventuele opmerkingen tijdens het gesprek te noteren. Uw zorgverlener zal tegelijkertijd ook informatie aan uw online dossier toevoegen.
- Als u het gesprek niet helemaal hebt begrepen, kunt u het gesprek aan het eind kort samenvatten. Uw zorgverlener kan dan op eventuele misverstanden wijzen en nader uitleg geven.
- Uw zorgverlener kan u tijdens een videogesprek ook een online recept geven of u doorverwijzen voor verdere behandeling, zoals dat normaal het geval is. Als u niet zeker weet hoe u toegang krijgt tot een recept, of hoe u wordt geïnformeerd over verdere consulten, vraag dit dan voordat het gesprek eindigt.

## Aanvullende literatuur en informatie

### Informatie voor patiënten:

- European Lung Foundation [factsheet on data sharing](#)
- Lees persoonlijke verhalen over het gebruik van digitale hulpmiddelen in de gezondheidszorg op de [World Health Organization website](#)

### Wetenschappelijk onderzoek naar digitale hulpmiddelen voor longgezondheid:

- Dit artikel beschrijft de digitale zorg die werd aangeboden tijdens de pandemie: [‘Telemedicine and virtual respiratory care in the era of COVID-19’](#)
- Dit artikel legt uit hoe thuismonitoring mensen met COVID-19 tijdens de pandemie ondersteunde: [‘Home-monitoring reduces hospital stay for COVID-19 patients’](#)



In samenwerking met de European Respiratory Society brengt de European Lung Foundation patiënten en het grote publiek samen met zorgverleners om de gezondheid van longpatiënten te verbeteren en de diagnose, behandeling en zorg verder te ontwikkelen.

Dit informatieblad werd opgesteld met ondersteuning van dr. Hilary Pinnock, Jellien Makonga-Braaksma, dr. Carme Hernández, Kjeld Hansen en Joyce Norwell.

Het werd geproduceerd door de European Lung Foundation voor het DRAGON-project. [Klik hier voor meer informatie over dit project.](#)

# DRAGON



Dit werk wordt ondersteund door de EU/EFPIA Innovative Medicines Initiative 2 Joint Undertaking – DRAGON-subsidiën nr. 101005122. Meer informatie vindt u op: <https://www.imi.europa.eu/>

Dit informatieblad weerspiegelt de mening van de auteur(s) en IMI noch de Europese Unie of enige geassocieerde partner is verantwoordelijk voor het gebruik van de hierin vermelde informatie.