

Pilot met thuismonitoring in Westelijke Mijnstreek

Diabetespatiënt beter leren kennen met technologie

Diabetespatiënten in Zuid-Limburg controleren thuis zelf hun suikerwaarden, bloeddruk en gewicht. De pilot van huisartsenondersteuner Meditta en technologieleverancier Chipmunk laat opvallende resultaten zien. Patiënten gebruiken minder medicijnen en bewegen meer. Bij problemen kunnen ze digitaal schakelen met een verpleegkundige. “Het thuismeetplatform is een hulpmiddel om het volume van de zorgvraag ook in de toekomst aan te kunnen.”

Tekst Loek Kusiak

Beeld De Beeldredactie | Ermindo Armino

“Een van onze diabetespatiënten mailde ons vanuit zijn camper in Portugal hoe geruststellend hij het vond om op zijn vakantieadres gemonitord te worden. Het gaf hem een veilig gevoel dat een verpleegkundige vanuit Nederland op afstand meekijkt bij de geautomatiseerde gegevensoverdracht van zijn bloedsuikerwaarden en bloeddruk. ‘Ik kan altijd op jullie terugvallen’, zei hij. En dat is precies wat we met deze technologie willen: de zorg slimmer organiseren door mensen extra mogelijkheden te geven om hun leefstijl en gezondheid te volgen en bij te sturen. Dit hulpmiddel houdt mensen weg van zwaardere zorg.”

Aan het woord is Jos Cober, algemeen bestuurder van Meditta, de ondersteunende zorgorganisatie van ruim tweehonderd huisartsen in de (voormalige) Westelijke Mijnstreek en Midden-Limburg, met hoofdzetel in Sittard-Geleen. De technologie waar Cober op doelt is het thuismeetplatform Chipmunk Health, een startup die in 2018 een financiering ontving van de Industriebank LIOF en het Innovatiefonds Rabobank Limburg. Cober: “Meditta investeert geen zorggeld in

deze dienst. Wel leveren we de medisch-inhoudelijke expertise voor de verdere ontwikkeling van deze vorm van e-health.”

Meekijken

De Chipmunk-pilot wordt momenteel uitgevoerd onder 75 diabetespatiënten in de eerstelijnszorg. Deelnemende patiënten hebben thuis een bloedsuiker- (ofwel ‘glucose’)meter, een bloeddrukmeter en een weegschaal. Stuk voor stuk draadloze, *connected* meetapparatuur die de leverancier samen met Philips heeft ontwikkeld. Voor de bloedafname prikt de diabeticus aan de rand van een vingertop naar een druppel bloed, die op een stripje op de glucosemeter wordt vastgelegd. De bloedwaarde wordt met een Bluetooth-verbinding naar een router gestuurd, een kastje dat in de badkamer, keuken of slaapkamer aan de muur hangt. Dit kastje – in de beginfase van de pilot gebruikte een aantal patiënten nog een tablet – verstuurt ook de data van lichaamsgewicht en bloeddruk naar een beveiligde cloud-omgeving. Chipmunk analyseert en triageert de data terwijl de diabetesverpleegkundige van Meditta als praktijkondersteuner in een dashboard meekijkt. En de patiënt? Die kan de uitslag van zijn waarden meteen terugzien in een app.

Gevalideerde apparatuur

“Deze snelheid van informatie over hoe je lichaam ervoor staat is voor de patiënt een enorme vooruitgang vergeleken met de standaardaanpak rond diabetes”, vertelt de Sittardse huisarts Kay Liedekerken, voorzitter van de Huisartsencoöperatie Westelijke Mijnstreek en deelnemer aan de Chipmunk-pilot. “Dan moet iemand elke drie maanden naar de praktijkondersteuner om bloed te prikken. Een week later verneemt hij de uitslag die het lab naar de huisarts heeft gestuurd.” Dank zij Chipmunk hoeft de patiënt nog maar één keer per jaar een bezoek aan de praktijkondersteuner te brengen. “Nu kan hij elke dag zijn actuele waarden meten met automatisch werkende technologie. Die waarden zijn volstrekt betrouwbaar, want de apparatuur is gevalideerd. Daar hebben we bij de keuze van Chipmunk scherp op gelet, evenals op levensduur en gebruiksgemak.”

Directe respons

Wie diabetes type 2 heeft kan door gezonder eten, bewegen en afvallen ervoor zorgen dat het lichaam weer beter reageert op insuline. De bloedsuikerwaarde wordt dan lager en stabiel. Er zijn zelfs mensen die daardoor helemaal geen insuline of medicijnen meer nodig hebben. Want ook dat heeft de pilot van Meditta al geleerd: kennis van zijn actuele waarden genereert meer bewustzijn bij de diabetespatiënt, stelt Liedekerken vast. “De avond ervoor twee glazen wodka met jus d’orange gedronken? Een extra stuk taart gegeten op een verjaardagsfeestje? Dan zijn de suikerwaarden de volgende ochtend aan de hoge kant. Dankzij die directe respons kan de patiënt ingrijpen, besluiten zijn leefstijl te veranderen. Wakker schrikken van je eigen waarden is de beste leermeester.”



De heer Rien Ermens gebruikt Chipmunk Health voor thuiszorgmonitoring.

"Dankzij die directe respons van thuismetingen kan de patiënt besluiten zijn leefstijl te veranderen. Wakker schrikken van je eigen waarden is de beste leermeester"

Ook met vragenlijsten en *challenges* als 'probeer deze week tienduizend stappen te halen' prikkelen huisartsen in de Westelijke Mijnstreek hun patiënten om over hun gezondheid na te denken. Liedekerken: “Als huisarts krijg je een ander soort consult met de diabetespatiënt. Wie elke dag een halfuur wandelt en gewicht en suikers ziet zakken, heeft de onderliggende boodschap van Chipmunk begrepen. En anders is er nog de diabetesverpleegkundige die op het dashboard meekijkt en kan waarschuwen en adviseren. Bij te hoge bloedwaarden laat het dashboard rode vlaggetjes zien, een alarmsignaal. De verpleegkundige vraagt de patiënt dan wat de oorzaak van de afwijkende waarden kan zijn. Is de bloeddruk wat hoger, dan kan de patiënt gevraagd worden morgen nog eens te meten.”

Persoonlijke aandacht

Liedekerken heeft een huisartspraktijk met 6.500 veelal oudere patiënten, waaronder vijfhonderd diabeten. “Dat is behoorlijk veel. Diabetes is stilaan ook volksziekte nummer één aan het worden.” Technologie voor

thuismonitoring kan volgens Liedekerken de huisarts voor een deel ontlasten. Daardoor blijft er meer tijd over voor de patiënten die veel persoonlijke aandacht nodig hebben. “Ik ga dan ook binnenkort voorstellen om het aantal patiënten dat tot Chipmunk toetreedt uit te breiden naar drie- à vierhonderd.”

Meditta-bestuurder Jos Cober: “In de zorg wordt datamanagement steeds belangrijker. Met technologie voor thuismonitoring bieden we zorg op maat. De aandacht die mensen krijgen ervaren ze als intensiever en persoonlijker. Je krijgt op een vraag direct antwoord. Tegelijk hopen we met deze technologie het groeiende personeelstekort te kunnen beteugelen. Deze regio kent vele duizenden chronische patiënten; ons zorggebied telt op dit moment al zeventienduizend diabetespatiënten. En dat blijft toenemen, net als het aantal patiënten met COPD en hart- en vaatziekten. Ondertussen hebben we tientallen openstaande vacatures voor doktersassistenten en artsen, ook op de spoedpost.”

Meefinancieren

Is een grootschaligere inzet van de Chipmunk-technologie door Meditta wel te financieren? Cober schudt het hoofd: “We hebben met dit project bewust niet eerst bij de zorgverzekeraar aangeklopt. Gewoon beginnen, eerst ervaring opdoen. Voor de patiënten die aan de pilot meedoen is alles gratis. Een fikse opschaling naar bijvoorbeeld duizend patiënten kunnen Meditta en de leverancier niet betalen. Er loopt daarom nu wel een aanvraag bij zorgverzekeraar CZ om deze thuismonitoring mee te financieren als we gaan opschalen.”

Kay Liedekerken hoort van patiënten uit de pilot alleen maar tevreden geluiden. “Ik denk dat de zorgverzekeraar wil weten of de zorg met thuismonitoring goedkoper wordt. Zelf constateer ik dat we met thuismonitoring meer en betere zorg leveren – ook preventieve zorg die medicijngebruik en diabetes vermindert – dan wanneer ik patiënten vier keer per jaar een halfuur naar de huisartspraktijk laat komen. Veel patiënten zijn namelijk alleen enkele weken vóór deze controle streng om hun suikerwaarden omlaag te brengen.” ●