



# BIG M<sup>+</sup>OTHER HOUDT U GEZOND

*Dat we tegenwoordig langer leven, houdt ook in dat we langer kunnen genieten van ons welverdiende pensioen. Alleen: hoe zorgen we ervoor dat dit kan in goede gezondheid? De toekomst is aan eHealth, zeg maar de gedigitaliseerde zorg op afstand. Big Mother is watching you... maar zijn onze gezondheidsgegevens wel veilig in cyberspace?*

TEKST: SENNE STARCKX. BEELD: IMAGESELECT, PERSBEELD.

**D**at de almaar stijgende levensduur en de vergrijzing onze gezondheidszorg voor enorme uitdagingen stellen, is een 'grijsge-draaide' plaat. Bestaat er een manier om de impact van de ouderenzorg op het totale gezondheidsbudget te verkleinen? Ja, door ouderen langer gezond en zelfstandig thuis te laten wonen. Een toename van het aantal gezonde levensjaren betekent immers een drastische afname van het aantal dure ziekenhuisopnames, artsconsultaties, therapieën, zorgtrajecten, begeleidingsprogramma's, enzovoort.

Helaas laat de biologische klok zich niet commanderen. Vroeg of laat krijgt iedereen te maken met lichamelijke en/of mentale ongemakken. Daartegen ten strijde trekken heeft weinig zin - dat alle leven op aarde sterfelijk is, is een natuurwet an sich. Maar misschien schuilt het geheim van gelukkig oud(er) worden wel in de manier waarop we met die beperkingen omgaan?

### De dokter belt zelf

Hartpatiënten die een lange revalidatie moeten ondergaan, weten welke impact zo'n intensief trainingsschema heeft op de invulling van hun oude dag. Doordat ze minstens drie keer per week op controle moeten bij hun arts of in hun plaatselijk ziekenhuis, wordt hun hele weekplanning erop afgestemd. Maar wat als we hartpatiënten nu eens zouden uitrusten met speciale apparatuur (in de vorm van hightech snuffjes), zodat ze hun oefeningen thuis kunnen doen, zonder dat de begeleidende arts er voortdurend bij moet zijn? 'Ze hebben er zelfs geen hometrainer voor nodig', vertelt Valerie Storms, projectcoördinator bij de Mobile Health Unit (MHU) van de Universiteit Hasselt. 'Door hartpatiënten uit te rusten met accelerometers kunnen ze hun oefeningen gewoon thuis doen. Hun arts bepaalt voor hen een bewegingsdoel, waaraan ze vrij invulling mogen geven: zoveel minuten stappen per dag, zoveel kilometer fietsen... En als ze hun doel niet halen, weet de arts dat onmiddellijk, want alle gegevens van de accelerometer worden draadloos naar hem doorgeseind. Hij stuurt hen dan een bericht.'

### 70% minder doorverwijzingen

De MHU is een initiatief van de Limburgse universiteit, het Jessa Ziekenhuis in Hasselt en het Ziekenhuis Oost-Limburg in Genk met als voornaamste doelstelling het wetenschappelijk ondersteunen van het zogenoemde *eHealth*-onderzoek.

Telemonitoring van hartpatiënten is maar één toepassing uit de toverhoed van *eHealth*, het toekomstideaal van een betaalbare gezondheidszorg waarin gedigitaliseerde zorg op afstand centraal staat. Uit pilootprojecten in België en Nederland blijkt dat *eHealth* het aantal doorverwijzingen naar een ziekenhuis in sommige gevallen met maar liefst 70% kan doen dalen.

Een andere *eHealth*-toepassing is de Scanadu Scout™, een commercieel apparaatje ontwikkeld door Walter De Brouwer en zijn vrouw Sam, die inmiddels opereren vanuit Silicon Valley in de Verenigde Staten. Als je het tegen je voorhoofd houdt, meet het toestelletje instant de lichaamstemperatuur, de bloeddruk, het hartritme en de zuurstofsaturatie. De Scanadu Scout™ ziet er veelbelovend uit. Toch is het maar een van de tientallen vergelijkbare apparaten die tegenwoordig op de markt verkrijgbaar zijn. Zelfs met een optimaal gebruiksgemak heeft het apparaatje alleen een toekomst als de meetresultaten even betrouwbaar zijn als de traditionele testen. 'Een belangrijke poot binnen het onderzoek naar *eHealth* is dan ook de validatie van de data die al die toepassingen genereren', verduidelijkt Storms. 'Zijn die wel goed genoeg om gebruikt te worden binnen de gezondheidszorg?'



VALERIE STORMS, PROJECTCOÖRDINATOR  
MOBILE HEALTH UNIT (MHU) UNIVERSITEIT HASSELT

'BIG BROTHER  
HOORDE EN ZAG  
ALLES, MAAR GREEP  
NOOIT IN. BIG MOTHER  
DUWT JE ECHT IN DE  
RICHTING VAN EEN  
GEZOND LEVEN.'

### Wildgroei aan e-zorg

De digitalisering en decentralisatie van de gezondheidszorg brengen nog een andere uitdaging mee: structuur krijgen in de wildgroei aan toepassingen die momenteel worden ontwikkeld. Storms: 'In dit gebied zijn talloze kleine start-ups en spin-offs actief. Allemaal gebruiken of ontwikkelen ze hun eigen software. Het is een hele klus om alle toepassingen en data met elkaar in overeenstemming te brengen.'

Naast het uitwerken van een terugbetalingsmodel is het volgens Storms de taak van de overheid om een digitaal platform te creëren waar alle *eHealth*-data op een veilige en gestandaardiseerde manier kunnen worden opgeslagen. 'Dat zou de implementatie binnen het zorglandschap vereenvoudigen.' Natuurlijk moeten al die patiëntgegevens wel strikt vertrouwelijk blijven. Misschien is dat wel de grootste uitdaging van het *eHealth*-onderzoek: patiënten overtuigen dat hun privacy ook wordt gerespecteerd als ze op afstand worden behandeld, door een arts of een zorgverlener die ze niet in de ogen kunnen kijken.

Nog iets waar patiënten aan zullen moeten wennen, is dat ze zich door al die ICT 'bemoederd' gaan voelen - want als ze zich niet aan de opgelegde schema's houden, krijgen ze bericht van hun arts. 'Binnen de *eHealth*-gemeenschap spreken we daarom nu al van een 'Big Mother'-effect', zegt Storms. 'Waar *Big Brother* alles hoorde en zag, maar nooit ingreep, gaat *Big Mother* nog een stapje verder: zij duwt je echt in de richting van een gezond leven.'