

HET POTENTIEEL VAN WEARABLES IN DE BEHANDELING VAN DEPRESSIE

dr. Nele De Witte
Romy Sels

MHEALTH - WEARABLES



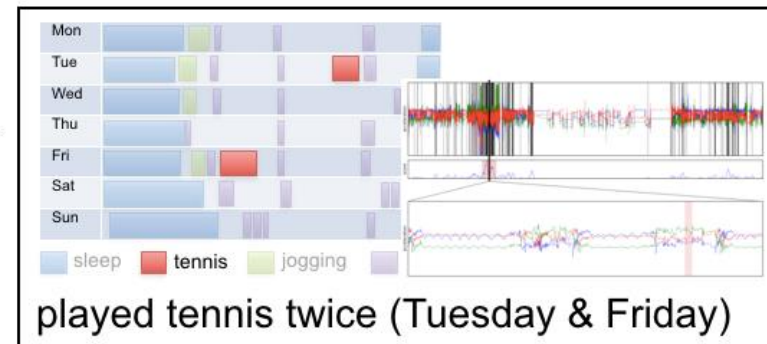
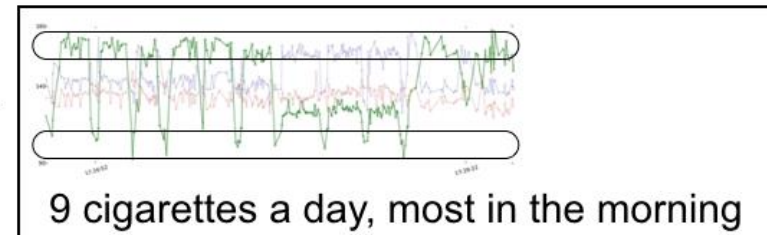
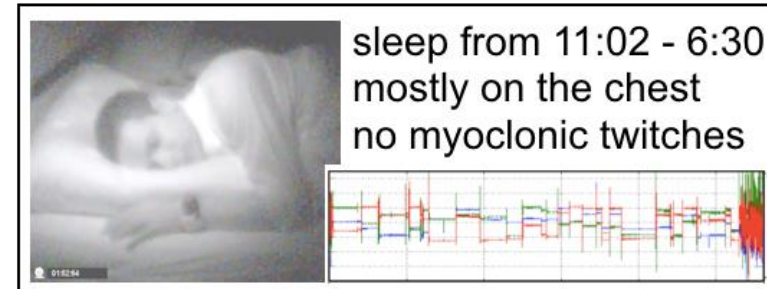
Geheel van sensoren en apparaten die op het lichaam kunnen worden gedragen met als doel om op een weinig invasieve, maar betrouwbare manier (continu) (fysiologische) data van de drager te verzamelen

MHEALTH – WEARABLE INDICATOREN



- electrocardiogram
- electro-encephalogram
- hartritmevariabiliteit
- ademhalingsfrequentie
- Huidgeleiding
- beweging
- temperatuur
- ...

WEARABLES – ONDERZOEKSTOEPASSINGEN



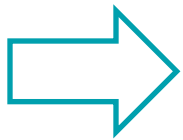
WEARABLES – ONDERZOEKSTOEPASSINGEN

- Continue lange-termijn monitoring is beter dan slechts 1 meetpunt
 - white coat hypertension: 10% van patiënten hebben een hogere bloeddruk bij de huisarts, maar niet in het dagelijks leven en krijgen onnodige medicatie
 - In het lab poetsen mensen hun tanden gemiddeld 2 minuten, thuis slechts de helft hiervan.



WEARABLES & GEESTELIJKE GEZONDHEID

- kan helpen in de context van een betere, meer effectieve dienst- en hulpverlening
- kan helpen om grote uitdagingen geestelijke gezondheidszorg mee te tackelen



klachten meer betrouwbaar & valide meten
extra fysiologische data
effecten begeleiding & behandeling beter in kaart
gerichte feedback: op juiste moment, op juiste plaats
aankpakken wachtlijsten
patient empowerment

MAAR...



Kwaliteit van de data

Big data

Nood aan software ontwikkeling

onderzoekscontext → praktijkrelevantie

GGZ-professionals onvoldoende vertrouwd

CAREWEAR

wearables als nuttige tools

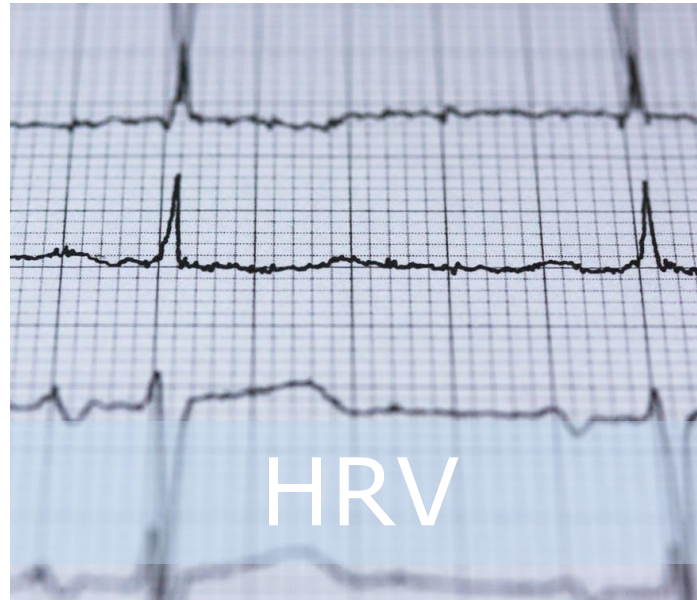
in bedrijven

in een klinische context

COMPONENTEN CAREWEAR

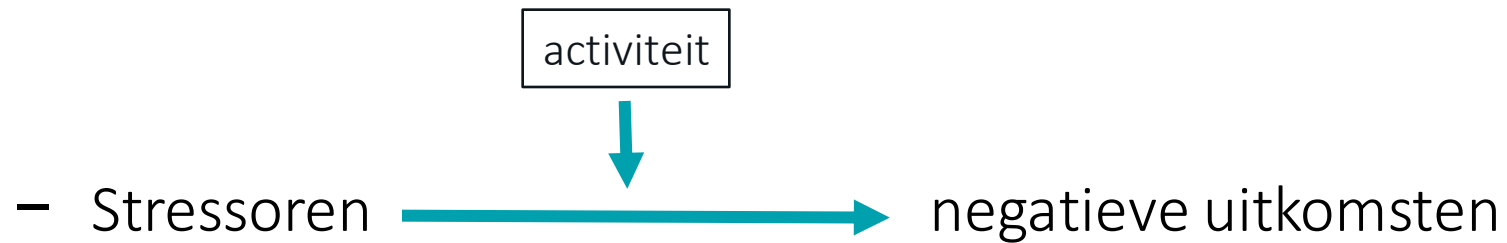


RELEVANTE INDICATOREN



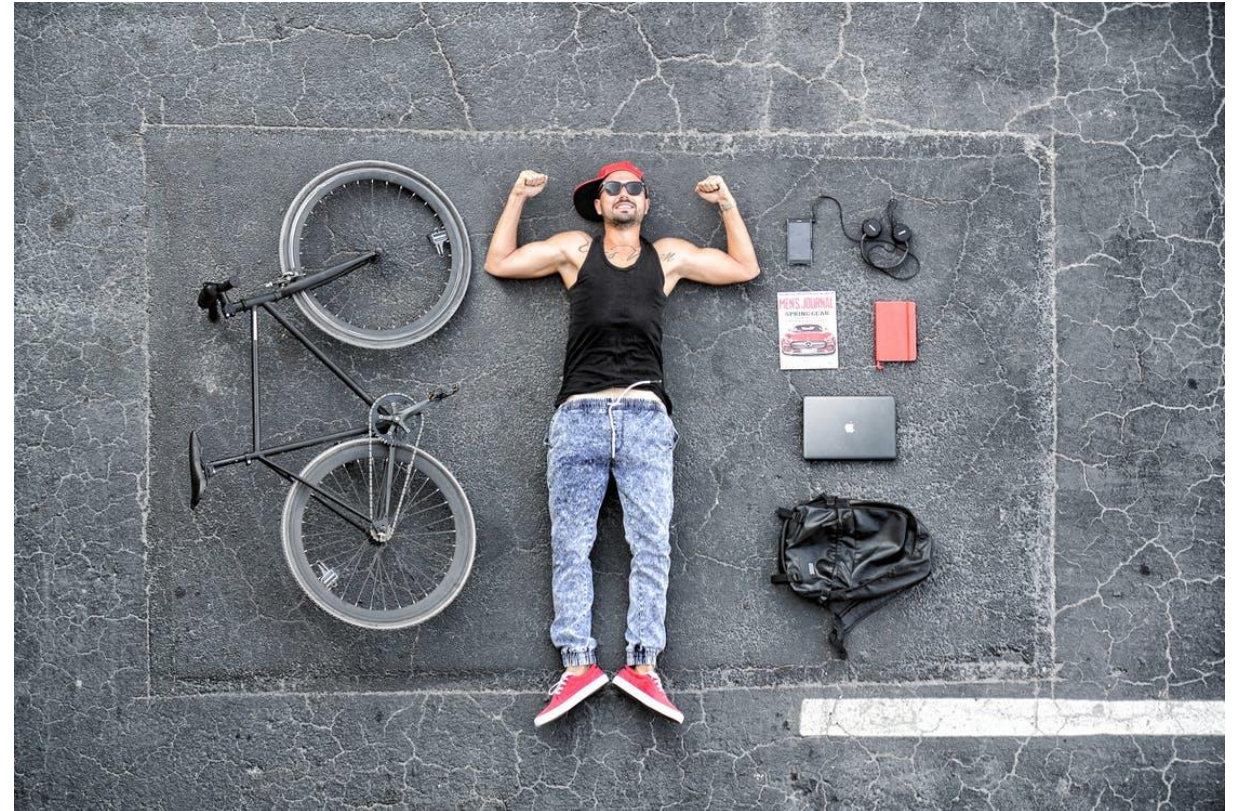
FYSIEKE ACTIVITEIT

- Meer fysieke activiteit
 - Minder depressieve symptomen
- Toename in activiteit kan herstel bevorderen
 - Minder symptomen van depressie



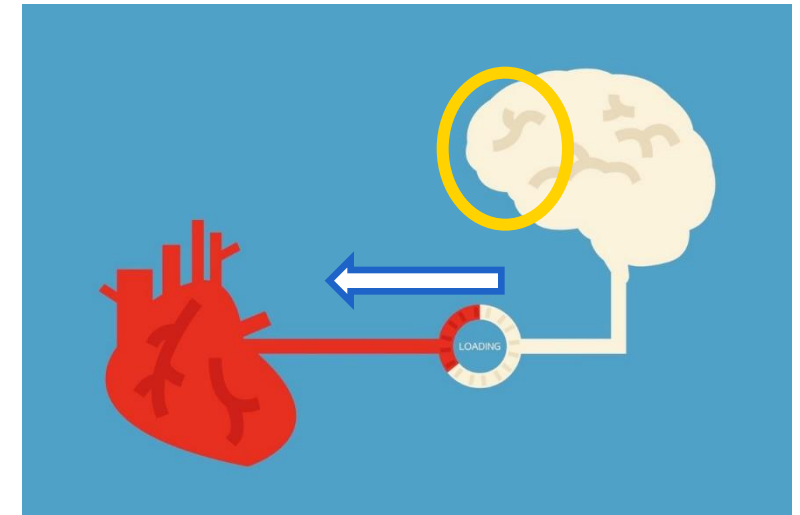
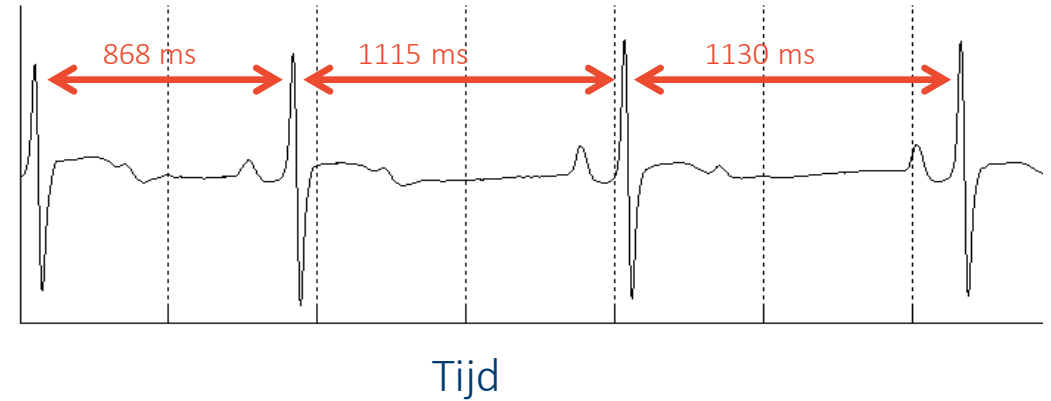
FYSIEKE ACTIVITEIT - INTERVENTIE

- Doel: activiteit promoten
- Gedragsactivatie
 - Inzicht promoten
 - Gedrag in kaart brengen
 - Doelen stellen
 - Gedrag opvolgen
 - Hindernissen
 - bekrachtiging



HARTRITMEVARIABILITEIT (HRV)

- Wat is het?
 - Inter beat intervals
 - Top-down controle
 - HRV ~ flexibiliteit
 - Lage HRV: stress of psychopathologie
- Doel: evoluties in kaart brengen



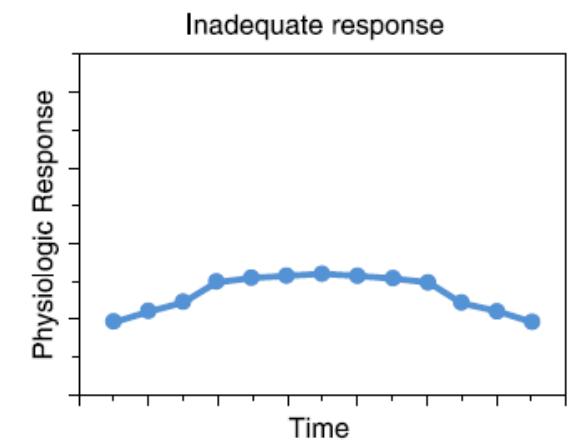
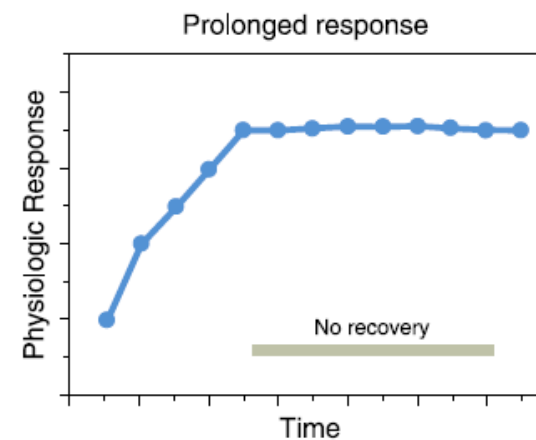
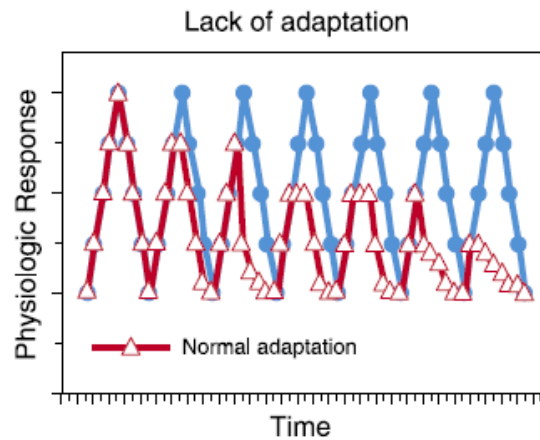
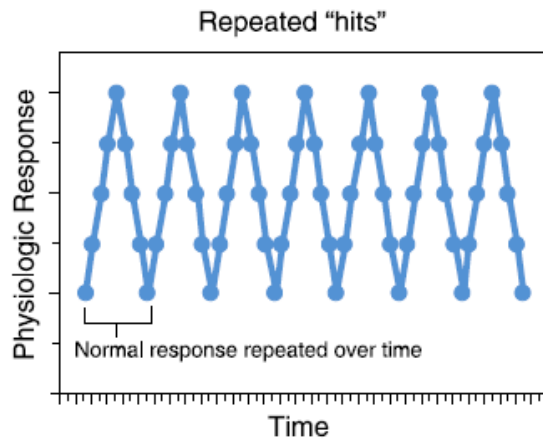
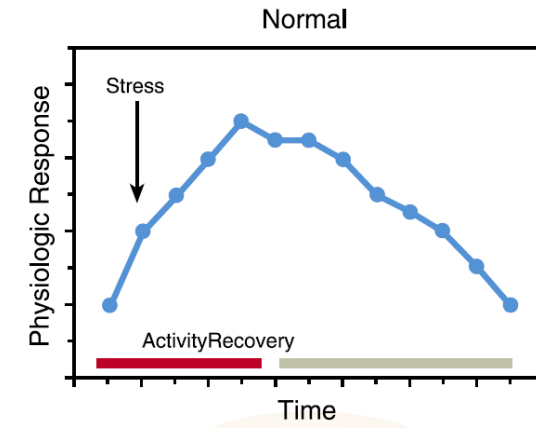
STRESS



- nadelige invloed op depressie
 - negatieve invloed op depressieve symptomen
 - kan bijdragen aan het ontstaan van een (nieuwe) depressieve episode

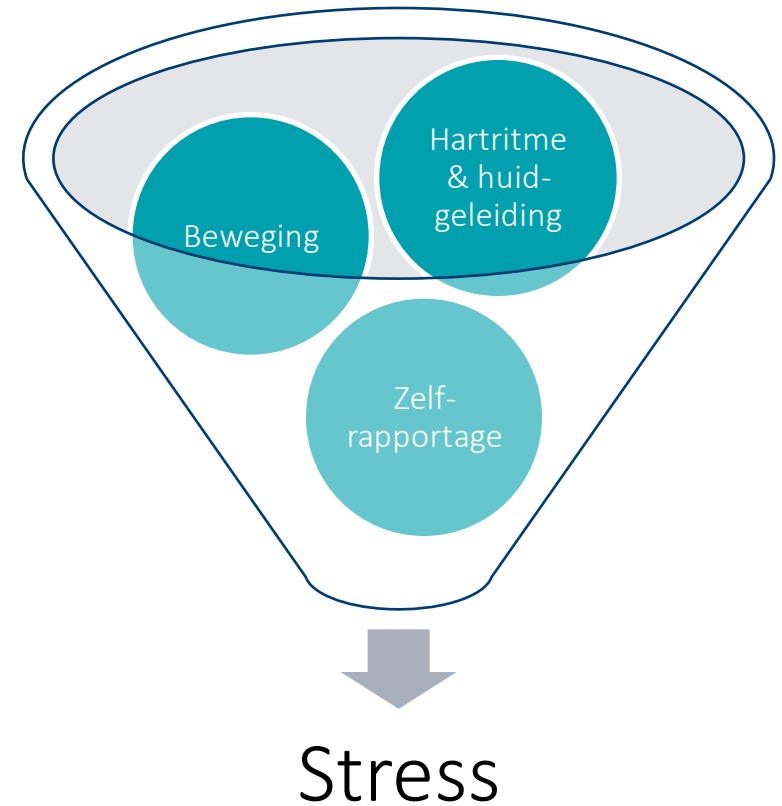
STRESS

- draaglast > draagkracht
- georkestreerde actietendens
- fysiologisch, cognitief en gedragsmatig
- Maar ook:



STRESS

- Inzicht in stress door een combinatie van indicatoren
 - Hartritme
 - Huidgeleiding
 - Beweging
 - Input gebruiker!



STRESS - INTERVENTIES

- Doel: beter leren omgaan met stress
- Werkwijze
 - Inzicht promoten
 - Patronen in kaart brengen
 - Strategieën op maat van de cliënt aanreiken

CAREWEAR PLATFORM



CO-CREATIE



**Eindgebruikers
Professionals**



Wireframes



**Leden
gebruikersgroep**

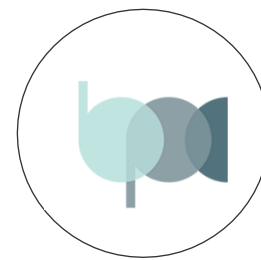
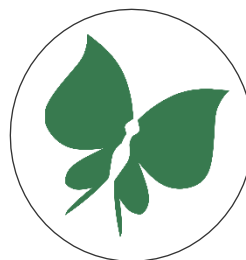


**Ontwikkeling
platform**

CAREWEAR PLATFORM: DEMO



CAREWEAR - PARTNERS



DANKJEWEL VOOR JULLIE AANDACHT

Carewear Team

*Expertisecel Psychologie,
Technologie & Samenleving*

- Nele De Witte, PhD
- Tom Van Daele, PhD
- Tim Vanhoomissen, PhD

Mobilab

- Bert Bonroy, PhD
- Glen Debard, PhD
- Romy Sels
- Marc Mertens

Meer informatie

- 🌐 www.carewear.be
- 🐦 [@care_wear](https://twitter.com/care_wear)
- ✉ Nele.dw@thomasmore.be

