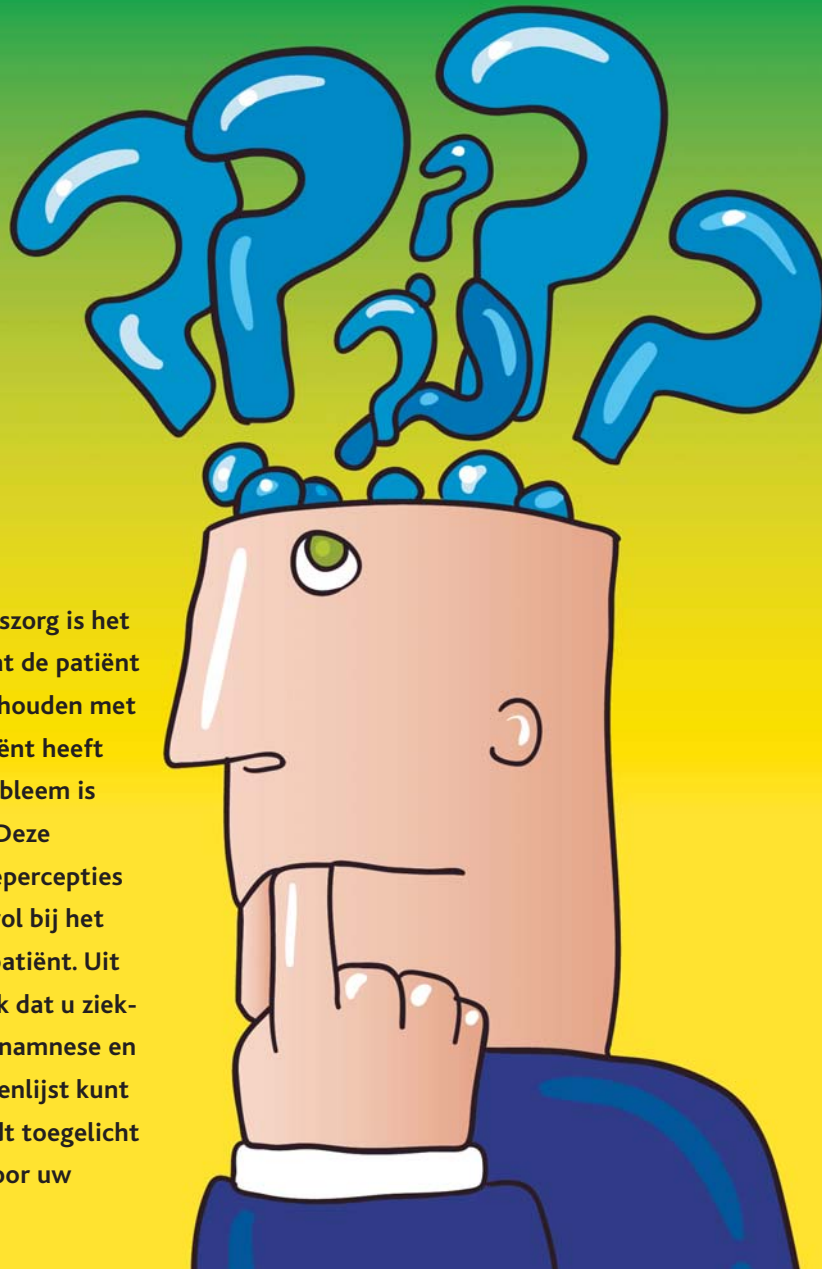




# Ziektepercepties

## Wat kan de fysiotherapeut ermee?



In de huidige gezondheidszorg is het gangbaar en wenselijk dat de patiënt centraal staat. Rekening houden met de gedachten die de patiënt heeft over zijn gezondheidsprobleem is daar een voorbeeld van. Deze gedachten worden ziektepercepties genoemd en spelen een rol bij het (fysieke) gedrag van de patiënt. Uit dit artikel wordt duidelijk dat u ziektepercepties tijdens de anamnese en aanvullend met een vragenlijst kunt inventariseren. Ook wordt toegelicht wat dit kan betekenen voor uw behandeling.

▲ Tekst: drs. E.J. de Raaij<sup>a</sup> en dr. C.D. Schröder<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Fysiotherapeut, manueel therapeut, fysiotherapiewetenschapper, Praktijk voor fysiotherapie AdFysio, De Lier

<sup>b</sup> Fysiotherapeut, GZ-Psycholoog, University of Aberdeen, Scotland

**F**ysiotherapeuten richten zich veelvuldig op het verbeteren van het fysiek functioneren van patiënten. Tijdens de fysiotherapeutische behandeling wordt advies gegeven over hoe om te gaan met de klachten en vaak is een oefenprogramma onderdeel van de behandeling.

Fysiotherapeuten richten zich daardoor op (fysiek) gedrag bij mensen met een gezondheidsprobleem. Wat de patiënt denkt over zijn gezondheidsprobleem is van invloed op het gedrag dat de patiënt vertoont. Zo zal een patiënt minder snel een oefenprogramma uitvoeren als hij denkt dat het slecht voor hem is.

Mensen vormen eigen gedachten en ideeën over hun gezondheidsprobleem. Het 'Common Sense Model of self-regulation'<sup>1</sup> (CSM) beschrijft dit proces. De gedachten die

## Ziektepercepties hebben invloed op het gedrag van de patiënt en zijn daarmee dus van belang voor de fysiotherapeut.

Iemand heeft over zijn gezondheidsprobleem worden 'Illness Perceptions' genoemd, oftewel ziektepercepties. Het woord ziekte kan hier ook kwaal of gezondheidsprobleem betekenen. Uit onderzoek<sup>2</sup> blijkt dat deze percepties een belangrijke rol kunnen spelen in de manier waarop een patiënt met zijn gezondheidsprobleem omgaat. Ziektepercepties hebben invloed op het gedrag van de patiënt en zijn daarmee dus van belang voor de fysiotherapeut. Volgens het csm zijn, voor het stimuleren of veranderen van (fysiek) gedrag, de ziektepercepties die iemand heeft over zijn gezondheidsprobleem een belangrijk aangrijpingspunt voor behandeling. Ziektepercepties richten zich op vijf dimensies namelijk: de aard van de klacht, het tijdsplan, de gevolgen, de controle en de oorzaak. In het anamnestic gesprek hoort u vaak al uitspraken die informatie geven over wat de patiënt denkt over zijn aandoening. Zo kan het zijn dat een patiënt met rugklachten u vertelt: 'Ik kan maar beter blijven zitten anders gaat het niet over'. Als u vindt dat de patiënt juist in beweging moet komen, kunnen de ziektepercepties hier leiden tot herstelbelemmerend gedrag.

### HOE ZIEKTEPERCEPTIES TE INVENTARISEREN?

Inzicht in ziektepercepties van de patiënt kan bepalend zijn voor het doel van uw behandeling. U kunt ze in kaart brengen door vragen te stellen die de vijf dimensies van het csm representeren. De gedachten die een patiënt heeft over zijn gezondheidsprobleem worden hierdoor expliciet gemaakt (kader). Daarnaast kunt u ook een vragenlijst gebruiken. Er is een korte vragenlijst beschikbaar 'Ziekteperceptievragenlijst 1PQ-K' ([www.ziekteperceptie.nl](http://www.ziekteperceptie.nl)), een vertaling van de Engelstalige 'The Brief Illness Perception Questionnaire'.<sup>3</sup> De vragenlijst is een aanvulling op het anamnestic gesprek. Het woord 'ziekte' kan hierbij worden vervangen door de klacht van de patiënt (zoals rugklachten).

### ZIEKTEPERCEPTIES IN UW BEHANDELING

Door het inventariseren van ziektepercepties is het mogelijk deze te betrekken in uw behandelplan. Ziektepercepties kunnen gedrag beïnvloeden, dit gedrag kan een positieve maar ook een negatieve invloed hebben op het herstel van de patiënt. Het bespreekbaar maken van deze percepties kan een belangrijk onderdeel zijn van uw behandeling. Elke patiënt geeft zijn eigen individuele invulling aan wat hij denkt over zijn gezondheidsprobleem. Door aandacht te besteden aan deze gedachten wordt de patiënt ook meer centraal gesteld, wat gangbaar en wenselijk is in de huidige gezondheidszorg. Daarnaast kunt u met behulp van de Ziekteperceptievragenlijst veranderingen in de ideeën en gedachten die een patiënt heeft over zijn gezondheidsprobleem

monitoren. Deze informatie is waardevol bij het afsluiten van behandeldoelen en/of het opstarten van nieuwe behandeldoelen. U kunt bijvoorbeeld veranderingen van ziektepercepties waarnemen als u de vragenlijst een aantal keer door dezelfde patiënt laat invullen. Een patiënt die aan het begin van de behandeling denkt dat hij zelf niets aan de rugklachten kan doen, zou op vraag drie (controle dimensie) laag scoren, bijvoorbeeld twee. Wanneer u als fysiotherapeut het belangrijk vindt dat deze patiënt juist wel zelf iets aan de rugklachten kan doen, gaat u daar in de behandeling aandacht aan besteden, door bijvoorbeeld informatie te geven over het belang van een oefenprogramma. Als de Ziekteperceptievragenlijst een paar weken later weer wordt ingevuld en de score op vraag drie is hoog, bijvoorbeeld negen, dan is dat een aanwijzing dat de patiënt denkt zelf iets aan de rugklachten te kunnen doen; bijvoorbeeld door het uitvoeren van het oefenprogramma. Hiermee heeft u dan een behandeldoel bereikt en is de kans groter dat de patiënt het oefenprogramma ook daadwerkelijk uitvoert en dat zal blijven uitvoeren.

Rekening houden met ziektepercepties kan u helpen om samen met de patiënt de gedachten over (fysiek) gedrag in kaart te brengen en bespreekbaar te maken. Wellicht dat hiermee het wegnemen van belemmeringen voor het herstel van de patiënt een meer doelgerichte plaats krijgt in uw behandeling. ▲

Gedachten van de patiënt	Ziekteperceptie dimensie
1. Wat heb ik?	Aard van de klacht
2. Hoelang gaat het duren?	Tijdslijn
3. Wat zijn de consequenties?	Gevolgen
4. Hoe krijg ik het onder controle?	Controle
5. Wat is de oorzaak?	Oorzaak

De Ziekteperceptie-vragenlijst 1PQ-K en de literatuurlijst staan op FysioNet, [www.fysionet.nl](http://www.fysionet.nl).

**Rekening houden met ziektepercepties kan u helpen om samen met de patiënt de gedachten over (fysiek) gedrag in kaart te brengen en bespreekbaar te maken.**