



## **Inleiding**

In de volgende werkwijze is het de bedoeling om alles zo eenvoudig en snel mogelijk te kunnen aanleveren.

Waar in de kern behoefte aan is, is data van minimaal 100 maar het liefst 150 Drenten met de diagnose COPD. Het maakt niet meer uit waar deze deelnemers verzekerd zijn.

## **Te nemen stappen**

### *Stap 1*

Zoek binnen je praktijk naar minimaal 5 patiënten die onder behandeling zijn met COPD. Van de praktijken die veel COPD zien, hopen we dat ze wat meer aanleveren om de praktijken die weinig COPD zien te compenseren.

Kies hiervan deelnemers uit waarvan je denkt dat ze qua leefstijl nog positief te beïnvloeden zijn om de data zo zuiver mogelijk te houden. Probeer dus patiënten te selecteren die fysiek maar ook qua instelling nog te beïnvloeden zijn.

### *Stap 2*

De deelnemers informeer je over het onderzoek en je vraagt hen om toestemming of hun data (anoniem) gebruikt mag worden voor een onderzoek. Na toestemming plaats je hun gegevens op de excel lijst die we gebruiken om de data bij te houden.

### *Stap 3*

Deze deelnemers codeer je zodat de persoon anoniem blijft in het onderzoek maar eventueel wel door jou teruggevonden kan worden mochten er problemen ontstaan met aanlevering van de data. De codering is eenvoudig in te vullen in het excel bestand dat iedereen per praktijk krijgt. Door de combinatie van geboortedatum en voorletters is de anonimiteit geborgd.

### *Stap 4*

In de bijgeleverde excel vul je de start (T0) klinimetrie van deze 5 (of meer) patiënten in en stuurt deze naar ons. Wij verwerken dat in 1 document.

### *Stap 5*

De deelnemers bied je aan om gratis gebruik te maken van de E-learning die we aanbieden op onze website. Daarnaast mogen ze gratis gebruikmaken van de selfcare app. Let er op dat je de juiste stappen doorloopt qua aanmelding bij Selfcare.

### Stap 6

Je gaat door met de behandeling zoals je altijd deed maar integreert het stukje selfcare wel in je behandelplan. Heeft de persoon de E-learning doorlopen? Heeft hij er wat aan gehad? Ditzelfde geldt voor de Selfcare app. Mocht je de patiënt niet zelf behandelen dan instrueer je een collega om datzelfde te doen. Het is dus niet nodig om dubbel werk te doen, maar gedurende de behandeling wel blijven aangeven hoe belangrijk dagelijkse beweging is en dat de app helpt om dit te stimuleren.

### Stap 7

Periodiek doe je de metingen weer en lever je deze aan zoals al eerder genoemd in stap 4. De meeste metingen doe je vermoedelijk al in de praktijk normaal gesproken. Je ontvangt van ons een maand van tevoren een reminder om te evalueren en 14 dagen voor de deadline nogmaals.

## Praktische informatie en aanmelding

Patiënt laten deelnemen aan Selfcare zodat hij gebruik kan maken via de app	<a href="https://selfcare.zendesk.com/hc/nl/articles/7871489555996-Stappenplan-LongFit-voor-behandelaren-">https://selfcare.zendesk.com/hc/nl/articles/7871489555996-Stappenplan-LongFit-voor-behandelaren-</a>
Extra informatie voor de patiënt om zich aan te melden via de app	<a href="https://selfcare.zendesk.com/hc/nl/articles/7367720606108-Stappenplan-Longfit-voor-clinici%C3%ABnten-">https://selfcare.zendesk.com/hc/nl/articles/7367720606108-Stappenplan-Longfit-voor-clinici%C3%ABnten-</a>
De gratis E-Learning weg geven:	<a href="https://www.plusfysiogroepdrenthe.nl/courses/long-fit">https://www.plusfysiogroepdrenthe.nl/courses/long-fit</a>
De data in het excel zetten	Zie bijlage. Deze graag ergens opslaan waar je hem altijd terug kunt vinden. Eigen praktijknaam er boven zetten en bij minimaal 5 ingevulde patiënten terug sturen naar:  longfitcopd@gmail.com