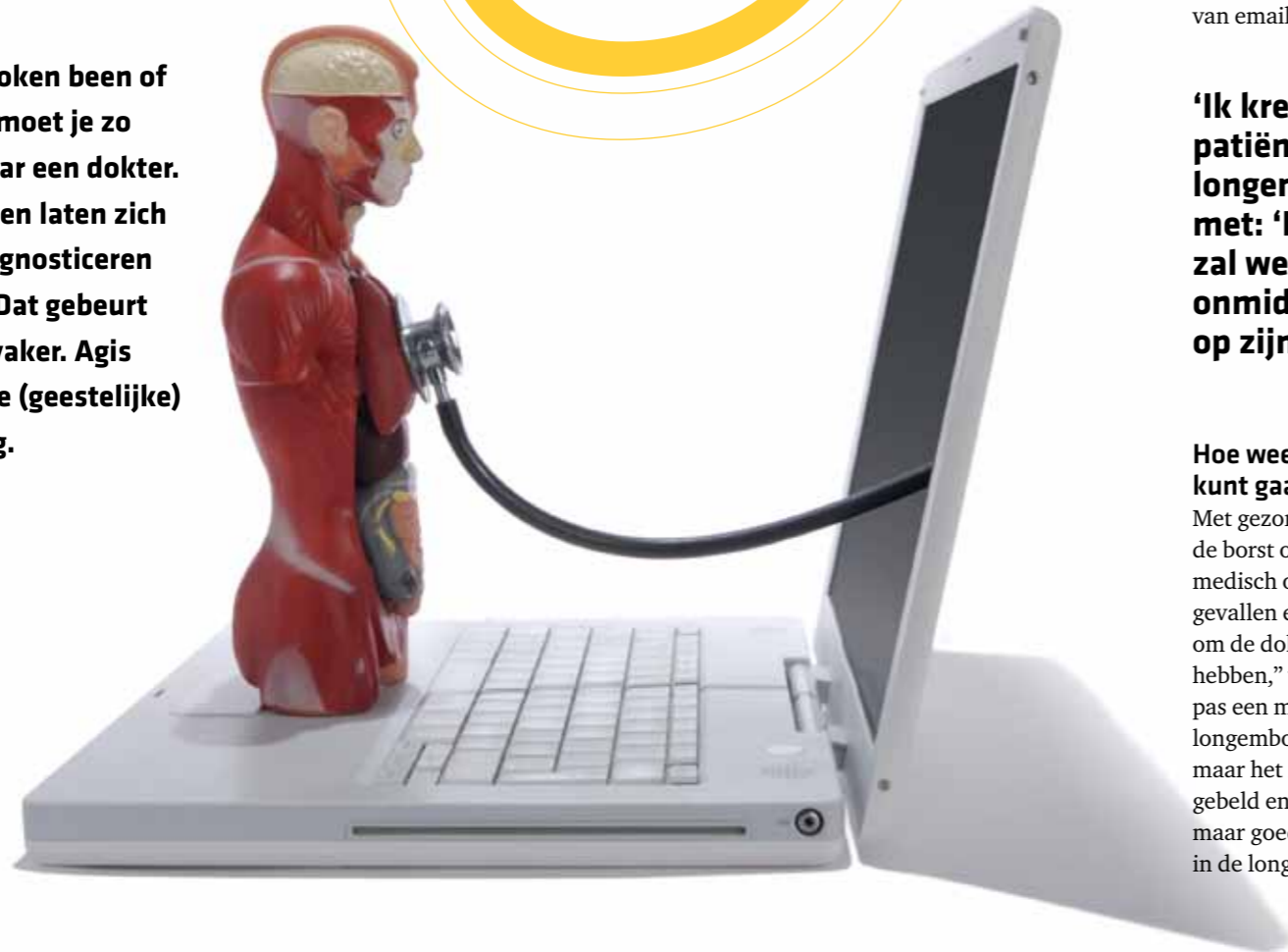


Zeg 'ns

→ Met een gebroken been of pijn op de borst moet je zo snel mogelijk naar een dokter. Maar veel klachten laten zich prima online diagnosticeren en behandelen. Dat gebeurt dan ook steeds vaker. Agis stimuleert online (geestelijke) gezondheidszorg.



DE COMPUTER ALS THERAPEUT

Als je last hebt van psychische klachten kun je je via E-Mental Health laten helpen. De ervaringen zijn veelbelovend. Het is laagdrempelig, betrouwbaar, relatief voordelig en effectief. Logisch dus dat deze nieuwe hulpverlening bij Agis hoog op de agenda staat.

“Veel psychische klachten zijn goed te verhelpen - als ze nog niet te ernstig zijn - door zelfhulp,” zegt Jaap van der Rijst van Agis. “Op kleurjeleven.nl kun je bijvoorbeeld allerlei testjes doen. Psychologen bekijken vervolgens of je hulp nodig hebt dan wel zelfstandig aan je probleem kunt werken. Soms

verwijzen ze je via de huisarts door naar een psycholoog of psychiater, maar heel vaak bieden E-Mental Health toepassingen hulp. Die houden je een spiegel voor en leren je anders te denken en met je problemen om te gaan, net als bij een gewone behandeling. Ook ernstiger klachten zijn online te

behandelen. Agis vergoedt bijvoorbeeld ook de diensten van **interapy.nl**. Je kunt er terecht voor ondermeer burn out, depressie, paniëksyndroom, eetproblemen en seksueel trauma. De bewezen effecten doen niet onder voor die van *face to face* contacten.

FONS DE GRAAF, ARNHEM:

‘EN WAT ALS JE GEEN INTERNET HEBT?’

Agis gaat met zijn tijd mee en oplossingen met behulp van computer en internet gaan een steeds belangrijker positie krijgen, ook binnen Agis. Toch realiseert Agis zich heel goed dat er ook mensen zijn die geen computer hebben en dus ook niet via internet werken. Daarom kunt u nog altijd informatie krijgen via onze Klantenservice: **0900 8685**. Tevens kunt u voor zorgvragen terecht bij De Agis Zorgcoach: **0900 266 94 63**.

E-health, is dat geen science fiction?

Nee. Inmiddels biedt tien procent van alle Nederlandse huisartsen het aan. Via een beveiligde website kunnen patiënten hun klacht bondig omschrijven, waarna ze binnen 24 uur per mail of telefonisch antwoord krijgen van de dokter. Meestal gratis. Sommige artsen, zoals Robert Mol van emaildokter.nl, helpen iedereen.

‘Ik kreeg een mailtje van een patiënt die de symptomen van een longembolie beschreef. Hij sloot af met: ‘Ik voel me erg naar, maar het zal wel een griepje zijn’ Ik heb hem onmiddellijk gebeld en een ambulance op zijn dak gestuurd’ HUISARTS JAN BOS

Hoe weet je of je beter ‘live’ naar de dokter kunt gaan?

Met gezond verstand kom je erg ver. Klachten als pijn op de borst of ernstige buikpijn vereisen een spoedig ‘live’ medisch onderzoek. Toch kan E-health ook in acute gevallen een rol spelen. “Vooraf mannen aarzelen soms om de dokter te bellen, zelfs als ze alarmerende klachten hebben,” vertelt de Amsterdamse huisarts Jan Bos. “Ik kreeg pas een mailtje van een patiënt die de symptomen van een longembolie beschreef. Hij sloot af met: ‘Ik voel me erg naar, maar het zal wel een griepje zijn’. Ik heb hem onmiddellijk gebeld en een ambulance op zijn dak gestuurd. Dat was maar goed ook, want het was inderdaad een bloedstolsel in de longen.”

Wordt de rol van de dokter door E-health minder belangrijk?

Integendeel. Hij of zij doet meer consulten en helpt dus meer mensen. Daar komt bij dat de wachtkamer leger wordt, waardoor de dokter meer tijd kan nemen voor patiënten die wel op het ‘fysieke’ spreekuur komen.

Zijn er situaties denkbaar waarin E-health de spreekkamer vervangt?

E-maildokters krijgen steeds vaker mailtjes van toeristen die in het buitenland iets hebben opgelopen en die geen vertrouwen hebben in de plaatselijke gezondheidszorg. “Ik kan dan al chattend een diagnose stellen en zeggen welk medicijn ze bij de apotheek moeten kopen,” zegt dokter Bos. In landen als Thailand, Indonesië en Turkije zijn alle medicijnen zonder recept verkrijgbaar.

Behelst E-health meer dan elektronische consulten?

Veel meer. De ontwikkeling ervan gaat razendsnel. In Japan zijn sommige aanleunwoningen al uitgerust met toiletten die de dokter inseinen als de bewoner bloed, eiwit of suiker in de urine heeft. Het UMC Maastricht ontwikkelde de ‘Cardiostick’, een elektronische pas met cardiologische gegevens die via USB overal kan worden uitgelezen. De Vereniging voor E-Health zet zich in om persoonlijke medische informatie op de iPhone te zetten, zodat artsen onder alle omstandigheden bij de vitale gegevens van een patiënt kunnen. En als acuut zieke patiënten ‘s nachts binnenkomen op de Intensive Care van het Medisch Centrum Zuiderzee in Lelystad, wordt hun behandeling gecoördineerd door een top-intensivist in het Amsterdamse OLVG. Deze arts is via camera’s en TV-schermen rechtstreeks verbonden met de behandelkamer in Lelystad. Ook dat is E-health. ←