

1C

Gesprekstechnieken bij medicatietrouw

De interventies ter bevordering van de medicatietrouw - zoals beschreven in deze richtlijn - bestaan vooral uit gespreksvoering. Het gaat dan om het geven van educatie en/of counseling (motivational interviewing).

Voor de inhoud van de gespreksvoering adviseert de richtlijnwerkgroep de taxonomie van De Bruin et al. (2009) in te zetten als basis voor het gesprek met de cliënt (zie tabel 9). Deze taxonomie bevat gesprekstechnieken om gedrag te veranderen die gericht zijn op de onderliggende factoren van dat gedrag en is gebaseerd op state-of-the-art gedragswetenschappelijke theorieën. De taxonomie is specifiek gericht op gesprekken voor verbetering van medicatietrouw en is generiek (voor alle aandoeningen/medicatie) in te zetten. De taxonomie kunnen verpleegkundigen en verzorgenden in de dagelijkse praktijk als geheugensteun gebruiken.

Een belangrijke voorwaarde voor het gebruik van de taxonomie is dat VenV in staat zijn de onderliggende factoren van problemen met medicatietrouw te herkennen. Hierbij kunnen zij gebruikmaken van het overzicht van determinanten die de medicatietrouw positief en negatief kunnen beïnvloeden (zie figuur 1 en 2 in bijlage 1B 'Factoren bij medicatietrouw').

Tabel 9. Gedragsveranderende technieken in te zetten in de gespreksvoering om medicatietrouw te verbeteren (overgenomen en vertaald uit De Bruin et al., 2009)

Determinanten	Gedragsveranderende techniek	Toelichting
Kennis/educatie over aandoening en medicatie	Geven van algemene informatie	Informatie over de aandoening, de medicatie en de rol van medicatietrouw
	Verbeteren van geheugen (onthouden) en begrip van informatie	Gebruik van illustraties en metaforen, het oefenen en laten herhalen van gegeven informatie in de eigen woorden
Bewustwording van gedrag (medicatietrouw)	Risico communicatie	Informatie over de opbrengsten/risico's van het al dan niet uitvoeren van het gewenste gedrag
	Bijhouden van gedrag door cliënt	Bijv. met behulp van een dagboek of vragenlijst op meerdere momenten
	Luisteren en direct reflecteren	Geven van feedback op cognitie en emotie
	Feedback geven op gedrag na periode van monitoring van het gedrag	Bijv. op data verzameld via dagboek, vragenlijsten, elektronisch monitoren
	Direct feedback geven op gedrag (binnen 24u)	Bijv. via een weekdoos, elektronisch medicijndoos waarop aangegeven wordt hoe vaak deze is geopend
	Feedback geven over klinische waarden	

Determinanten	Gedragsveranderende techniek	Toelichting
Sociale invloed	Informatie geven over mening/gedrag van lotgenoten/gelijkgestemden ("peers")	
	Mogelijk maken van sociale vergelijking met lotgenoten/gelijkgestemden ("peers")	Bijv. groep sessies met discussie over gedrag of persoonlijke ervaringen
	Inschakelen van voor de persoon belangrijke anderen ("important others") om het gewenst gedrag te bewerkstelligen	Bijv. familie, partner, vrienden, maar ook een zorgverlener in wie de cliënt vertrouwen heeft
Attitude	Zelfevaluatie van gedrag (gewenst versus feitelijk gedrag) en hoe dit relateert aan de eigen identiteit en andere belangrijke doelen/waarden in het leven	Reflectie op verschillen tussen gewenst en feitelijk gedrag
	Persuasieve communicatie over opvattingen over gedrag	Versterken van positieve opvattingen en afzwakken van negatieve opvattingen
	Versterken voortgang in gedragsverandering	Bijv. door aanmoediging, beloning voor behalen van doelen
	Versterken motivatie voor gedragsverandering	Bijv. door aanmoediging, beloning voor vergroten van motivatie
Self-efficacy (vertrouwen in eigen kunnen)	Demonstratie van gewenst gedrag	1-op-1 door een zorgverlener, in een groep, of via een video.
	Verbale overtuiging (versterken van vertrouwen in kunnen uitvoeren van gewenst gedrag)	Bijv. door geven van tips en vaak gebruikte strategieën waar de cliënt uit kan kiezen
	Vaardigheden oefenen om gewenst gedrag te vertonen	Bijv. door samen met de cliënt te oefenen en feedback hierop te geven
	Ontwikkelen van strategieën om met mogelijke barrières bij het komen tot gewenst gedrag om te gaan	Doelen prioriteren en probleemoplossend te werk gaan
	Opstellen van subdoelen	
	Bespreken van succes of falen in gedragsverandering om een volgende keer dit te continueren of anders aan te pakken	Het helpen van de cliënt in het interpreteren van succes of falen of factoren waaraan falen gelinkt is
Intentie	Formuleren van algemeen doel voor gedragsverandering (intentie)	Bijv. het op tijd innemen van alle medicatie, of een bepaalde klinische waarde behalen.
	Ontwikkelen van een innameschema voor de medicatie	
	Stellen van specifieke doelen in gedragsverandering	Plannen wat de cliënt gaat doen om tot het gewenste gedrag te komen
	Herzien/bespreken van eerder gestelde doelen	
	Tekenen van een 'contract' om doelen te halen	Om commitment van de cliënt te krijgen

Determinanten	Gedragsveranderende techniek	Toelichting
Action control	Organiseren van sociale steun	Sociale of emotionele steun van anderen
	Signalen, herinneringen instellen	Bijv. alarm instellen, medicatie op zichtbare plek, linken inname aan routine handeling (bijv. tandenpoetsen)
	Zelf-overtuiging (zelf-motiverende strategieën)	Bijv. aanmoedigen dat de cliënt (hardop of in zichzelf) tegen zichzelf praat om zich te motiveren in het gedrag
Volhouden van gedrag	Stellen van doelen voor volhouden van gewenst gedrag	Gericht op lange termijn
	Preventie van terugval tot ongewenst gedrag	Ontwikkelen van strategieën om met eventuele problemen om te gaan, gericht op de lange termijn
Faciliteren van gewenst gedrag	Ondersteunende materialen geven die gewenst gedrag kunnen faciliteren	Bijv. met weekdoos, alarm of herinneringssysteem, elektronische medicatiedoos
	Continue professionele ondersteuning	Bijv. sturen van brieven, (na)bellen, mogelijkheid geven tot ongeplande / follow-up consulten.
	Individualiseren van het inname regime	Bijv. het aantal doseringen aanpassen aan de behoefte van de cliënt
	Omgaan met bijwerkingen	Bijv. informeren over mogelijke bijwerkingen en oplossingen bieden zoals wisselen van medicatie.
	Verminderen van omgevingsfactoren die barrières vormen	Bijv. werkeloosheid, juridische kwesties