

‘Stepped eHealth’ voor seksuele gezondheid

Jongeren tussen 12 en 25 zijn ‘digital natives’. Ze gebruiken hun smartphone voor van alles en nog wat. Om hen te bereiken moet je in hun online wereld stappen, zegt Filippo Zimbile, eHealth-coördinator seksuele gezondheid bij het RIVM. Samen met de GGD’en ontwikkelt hij een stepped care model.

“Veilig vrijgedrag, seksualiteit, dat kun je niet sturen met wetgeving of handhavingsinstrumenten. Het gebeurt allemaal in de slaapkamer. Je kunt condooms wat goedkoper maken, maar waar het vooral om gaat is het creëren van bewustzijn en het makkelijk maken van gezond gedrag. Een van de weinige instrumenten die je daarvoor kunt inzetten, is communicatie.” En dat is voor communicatiewetenschapper Filippo Zimbile een boeiende vakinhoudelijke uitdaging die zo’n vijftien jaar geleden startte met de Vrij veilig campagne van SOA Aids Nederland.

Sinds een klein jaar is Zimbile voor een paar dagen per week vanuit Soa Aids Nederland gedetacheerd bij het RIVM. Daar zorgt hij voor de landelijke coördinatie en doorontwikkeling van eHealth voor Sense: de aanvullende seksuele gezondheidshulpverlening voor jongeren tussen 12 en 25 jaar. De belangrijkste uitvoeringspartners zijn de GGD’en, Soa Aids Nederland en Rutgers.

Zimbile’s inzet voor Sense sluit aan bij het werk dat hij voor SOA Aids Nederland doet. “Bij Vrij Veilig ging het in eerste instantie om grote, massamediale campagnes. Gaandeweg kwam daar meer online bij: advies op maat modules, social media campagnes. We zijn redelijk vooruitstrevend met de inzet van eHealth-toepassingen en hebben al meer dan 25 jaar een infolijn. Eerst voor aids, later voor soa en hiv. Tegenwoordig is dat de Sense infolijn. Jongeren met vragen over seksualiteit kunnen bellen, e-mailen of chatten met professionals. Vier jaar geleden is er een model ingevoerd waarbij verpleeg-

kundigen van de GGD’en het kernteam van SOA Aids Nederland ondersteunen bij de chathulpverlening, zodat er een grotere capaciteit is.” Later is daar e-mailcounseling aan toegevoegd, een initiatief van de GGD’en uit Groningen dat landelijk is uitgerold onder de naam VrijFijn (binnenkort Sense Online Hulp). De Sense Infolijn is bedoeld voor eenmalig contact, voor vragen die direct beantwoord kunnen worden. Bij VrijFijn kunnen mensen terecht met problemen die wat meer tijd vragen, zoals pijn bij het vrijen. De professional kan dan advies of oefeningen geven die de jongere kan uitproberen en dat tijdens een vervolcontact bespreken.

Online tenzij

Vanuit Soa Aids Nederland was Zimbile vier jaar geleden betrokken bij het ontwikkelen van een eHealth-visie voor Sense. “Die visie werd: alles online tenzij. We hebben bij Sense te maken met een generatie die veelal online is opge-

uitstekend met de gewenste anonimiteit en gevoeligheid van seksuele gezondheid. Bij een spreekuur van de GGD of de huisarts kun je de buurman tegenkomen. Wat is er nou fijner dan vanuit de privacy van je eigen omgeving een deskundige te raadplegen? Tegelijkertijd, en daarvoor staat het woordje ‘tenzij’ in de visie, is het beter om iemand langs te laten komen wanneer er lichamelijke klachten zijn of lichamelijk onderzoek nodig is.”

Stepped care model

Op verschillende plekken gingen mensen enthousiast aan de slag met de visie, maar het kwam toch niet echt van de grond. Een landelijke coördinator vanuit het RIVM moest daar verandering in brengen. Zimbile werd geselecteerd om die functie namens de GGD’en in te vullen. Met de partners in Sense geeft hij de eHealth-visie gestalte op basis van een stepped care model. Zimbile: “Stap 1 is sense.info. Een laagdrempelige site waar

“Online combineert uitstekend met de gevoeligheid van seksuele gezondheid”

groeit en over een smartphone beschikt die voor van alles en nog wat wordt gebruikt. Als je die doelgroep goed wil bereiken en zo laagdrempelig mogelijk wil bedienen, moet je in hun online wereld stappen. Bovendien combineert online

je anoniem terechtkunt voor informatie over leuke, prettige en gezonde seks. En heb je toch zo je vraagtekens, dan vind je er informatie over soa-tests. Maak je je na het lezen van die informatie zorgen, dan volgt stap 2: online advies

Gezondheid bij jongeren



“Waar het vooral om gaat, is het creëren van bewustzijn en het makkelijk maken van gezond gedrag”, benadrukt Filippo Zimbile, eHealth-coördinator seksuele gezondheid bij het RIVM.

op maat via modules zoals advies.chat en anticonceptievoorjou.nl. Wanneer je een aantal vragen beantwoordt, krijg je een geautomatiseerd advies dat aansluit bij jouw situatie. Geeft dat te weinig houvast, dan kun je contact hebben met een professional. Dat is stap 3 van het stepped care model. Je kunt kiezen voor een eenmalig anoniem contact via de Sense.infolijn, voor online counseling via VrijFijn of voor een (online) spreekuur met een verpleegkundige of arts.”

Webcamconsult

Het online spreekuur is nieuw. Binnenkort start daarmee in vier van de acht Sense-regio's een proef. In april 2018 wordt dat uitgebreid met een telefonisch en een chatspreekuur. Voorafgaand hieraan zijn allerlei aannames in kaart gebracht, die tijdens de proef in samenwerking met de Universiteit Maastricht worden getoetst. “Kunnen we bijvoorbeeld heel jonge mensen die het moeilijk vinden om hulp te zoeken

wel met een online spreekuur bereiken? En kunnen we meer mensen helpen in dezelfde tijd omdat een online consult een hogere informatiedichtheid heeft? Op basis van de uitkomsten kunnen we per vraag en doelgroep de juiste route selecteren en aanbieden: online, via chat, mail of live.” De uitkomsten worden over ongeveer een jaar verwacht.

De uitrol van het online consult zal nog wat voeten in aarde hebben, vermoedt Zimbile. “Er zijn grote verschillen in de manier waarop de GGD'en met eHealth bezig zijn en in de systemen die zij gebruiken. Dat gaat zich openbaren als we de software implementeren. En ook financieel zijn er vraagtekens. Er wordt nu regionaal afgerekend, terwijl de regio's straks mogelijk om beurten een landelijk online spreekuur bemensen en vragen krijgen uit het hele land. Bij de gezamenlijke chat-dienstverlening verrekenen we de kosten op basis van het inwoneraantal van de regio's. Tot slot zijn er nog praktische zaken: ga je tests opsturen, laten afhalen? En hoe leggen we vanuit ons stepped care eHealth-model de link naar de huisarts?”

Praten over seks

Er is in vijftien jaar veel bereikt in de communicatie over seksuele gezondheid, maar er valt nog minstens zo veel te doen, benadrukt Zimbile, ook voor de eerste lijn. “Er zijn nog steeds mensen in Nederland die hiv hebben zonder dat zij het weten. Het blijft voor veel mensen moeilijk om over seks te praten. Juist daarom is het ook van belang dat huisartsen daarvoor de ruimte bieden. Zeker als ze vermoeden dat er sprake is van een verhoogd risico.” De eHealth-oplossingen van Sense kunnen daarbij behulpzaam zijn. <<

Tekst: Margriet van Lingen