



# Peer review met vastgelegd thema

2020

Evidence Based Practice (EBP)

# Evidence Based Practice



Wat is Evidence Based Practice voor u?

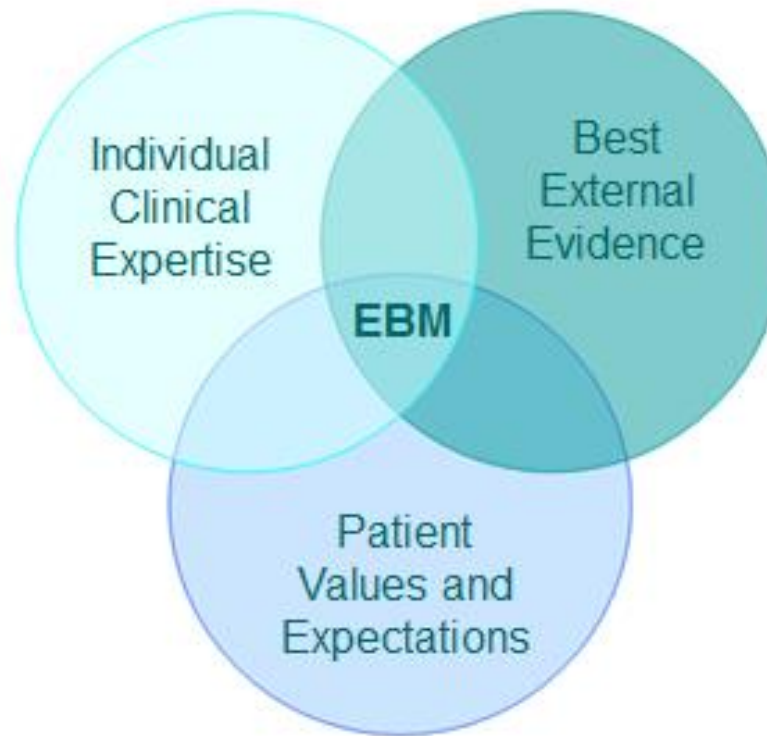
Hoe past u dit toe in uw dagelijkse  
zorgverlening?

# Evidence Based Practice

*= “Het nemen van een beslissing op basis van het best beschikbare bewijs in combinatie met persoonlijke kennis en ervaring van de behandelaar afgestemd op de behoeften en voorkeuren van de patiënt.”*

- wetenschappelijk bewijs
- klinische expertise zorgverlener
- wensen patiënt

# Evidence Based Practice





Wat is ebpracticenet?

Welke info vindt u daar terug?

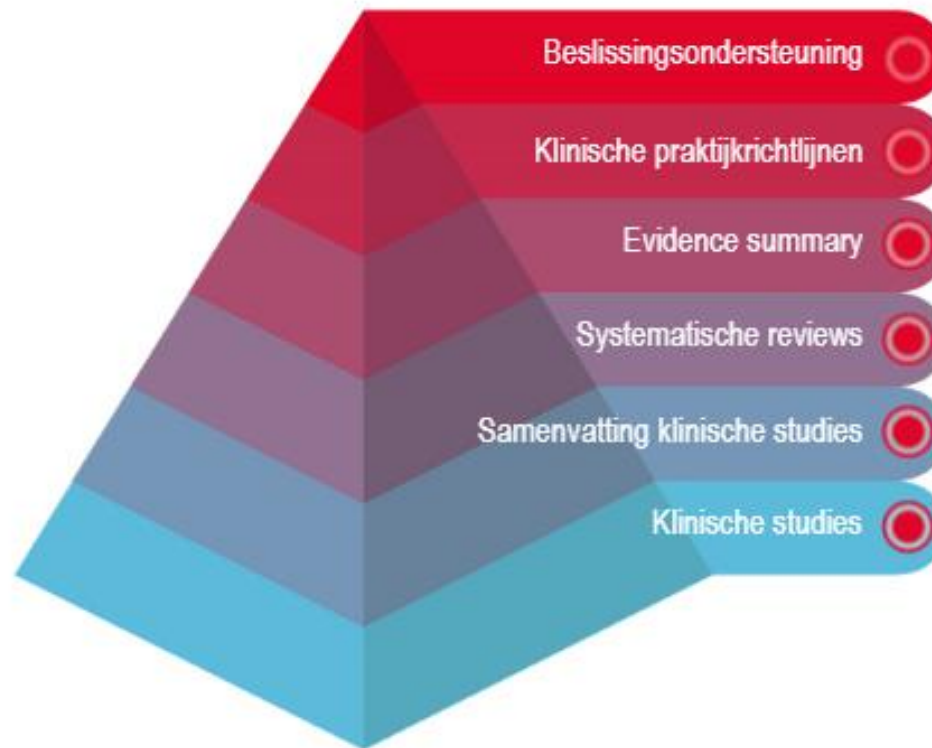


Referentieplatform voor Evidence Based Practice voor alle Belgische zorgverleners.

Inhoud:

- (Inter)nationale richtlijnen
- Evidence summaries
- Systematische reviews
- Samenvattingen van klinische studies

# Piramide van Haynes



# GRADE

- Niveau van bewijskracht: A & B / C & D
  - A: hoge graad van evidentie
  - B: matige graad van evidentie
  - C: lage graad van evidentie
  - D: zeer lage graad van evidentie





## Bronnen



Federaal Kenniscentrum voor de Gezondheidszorg  
Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé  
Belgian Health Care Knowledge Centre



# En nu aan jullie!



# Case 1 – Anneke



Anneke Leushuis (°1972)



- Diagnose:** artrose Re knie
- Klachten:** 6/7 dagen felle lasten in rechterknie met pijnlijke episodes.  
Kniepijn mediaal ter hoogte van de gewrichtsspleet tot vooraan de knie.
- Activiteit:** 1x/ week kinesitherapie met 40' fitness
- Context:** zittende job (80%) (externe factor) en overgewicht (persoonlijke factor)
- Behandelplan:**
- Krachtoefeningen
  - Lage trede oefeningen: 3x 12 herhalingen Li en Re
  - Uitvalspassen tot 45° knieflexie Li en Re met 7 kg handensteun via verticaal trekapparaat contralateraal
  - Stepper 5' en fietsen 15'
  - Oefenfrequentie: 1x per week, niet thuis

*“Ik wil minder pijn hebben, dit is niet meer normaal. Ik kan zelfs geen trappen meer pijnvrij doen. Kunnen we de therapie niet aanpassen?”*





## Overleg

Welke vraag stelt u zichzelf om de therapie aan te passen zodoende significante resultaten terug te vinden?

In welk soort wetenschappelijke bron vindt u dergelijke significante resultaten?

## Antwoord

*“Wat zijn echt werkende beweeginterventies in de behandeling van knieartrose?”*

Samenvatting van klinische studies die significante effecten rapporteren → Minerva

## Ebpracticenet

Zoek beweeginterventies voor knieartrose met de juiste zoektermen. Welke zoektermen?

### Antwoord

Zoekterm *'knieartrose type oefening'*:

- Probleem van de patiënt
- Oplossing die u zoekt

Samenvatting van klinische studies → 'Minerva' toevoegen als zoekterm

## Ebpracticenet

Kies voor de samenvatting van de klinische studie (Minerva).

Zoek naar de toegestane frequentie van de oefentherapie.

## Overleg



Bespreek waar en hoe u het resultaat vond.

## Antwoord

‘Besluit van de auteurs’: 3 x per week oefenen

Behandelplan: 3x/ week voorgestart aan +130min/ week

2x voor fitheid voor 50 min: miv fietsen (20'), legpress (10'),  
crosstrainer (7'), steppen (3')

1x/ week voor krachttraining voor 25min: squatten, semi squat jump,  
legpress, unipodaal, semi lunges voor zijwaarts en aansluitend 5' fietsen





*“Ik heb toch nog hevige pijn tijdens de sessies van kracht. Steeds tot 1 uur na de oefening. Zo vind ik het echt niet fijn meer om te doen... Is er eventueel een alternatief voor de krachtoefeningen, zodat ik nadien minder pijn heb?”*



## Overleg

Ga op zoek naar een nieuw plan van aanpak voor de krachtoefeningen.

In welk soort bron (samenvatting van klinische studie, evidence summary, praktijkrichtlijn, ..) vindt u een concreet alternatief?

## Antwoord

*Praktijkrichtlijn: concrete info om behandeling vorm te geven*

Samenvatting van klinische studies en evidence summaries geven significante resultaten

## Ebpracticenet

Zoek de juiste bron voor een goed alternatief voor de krachtoefeningen.

## Overleg



Bespreek waar en hoe u het resultaat vond.

## Antwoord

- Zoekterm 'knieartrose type oefening'
- Richtlijn KNGF
- 'Behandeling': hydrotherapie (actief oefenen in het water)

# Case 1 – Conclusie



*Bedankt!*

## Overleg



Bespreek deze manier van evidence based werken.

Hoe kan u dit in uw dagelijkse praktijk toepassen? Doet u dit al?

Maakt u dan gebruik van ebpracticenet of van andere bronnen?

## Case 2 – Jo



Jo Neus (°1953)



- Diagnose: COPD stadium III (EenScondeWaarde ESW 43% van de voorspelde waarde)
- Klachten: hoest regelmatig lichtgekleurde sputum op. Moeizaam ophoesten van taaie gekleurde secreten. Meer en vlugger kortademig bij stappen en trappen thuis  
Knies pijn mediaal ter hoogte van de gewrichtsspleet tot vooraan de knie.
- Context: stevige roker
- Verwezen voor: kinesitherapie



*“Hoe gaat het wat betreft uw levenskwaliteit?”*

*“Ik voel me conditioneel achteruit gaan. Ik kan niet goed meer volgen wanneer ik ga wandelen met mijn actieve hond. Kan ik mijn conditie verbeteren, zelfs met mijn slechte longen?”*





Oefentherapie: duur-, interval- en weerstandstraining voor zijn conditie



Respiratoire kinesitherapie:  
evacuerende ademhalingsoefeningen  
(evt. met PEP) voor de ademhaling



Leefstijleducatie: sensibiliseren +  
aanmoedigen tot rookstop

## Ebpracticenet

Op welke therapie moet u het hoogst inzetten om de fysieke conditie en levenskwaliteit te verhogen?

## Overleg



Bespreek waar en hoe u het resultaat vond.

Waarom kiest u voor een bepaalde bron?

Welke info vertrouwt u en waarom?

## Antwoord

- Zoekterm 'richtlijn COPD'
- Filter 'kinesitherapeut'
- Oefentherapie + leefstijlaanpassingen



## Ebpracticenet

Zoek in de richtlijn het meetinstrument dat u nodig hebt om het effect van uw therapiebehandeling te meten.

## Overleg



Welk instrument kiest u en waarom?

## Antwoord

- Menu links 'Meetinstrumenten'
- Quality of Life for Respiratory Illness Questionnaire (QoLRIQ)



*“Ik zie toch nog niet het gewenste resultaat. Ik hoest nog voortdurend lichtgekleurd slijm op en mijn conditie gaat er maar niet op vooruit.”*

*“Progressie kan geremd worden door ernstige deconditionering, acute exacerbaties of andere medische complicaties. Ik zou de oefentherapie aanpassen en ook mucusklaring inbouwen. Wat denkt u ervan?”*



*“Aangezien ik nog niet het gewenste resultaat merk, lijkt me dat een goed idee!”*





## Overleg

Is dit nog steeds evidence based werken? Waarom wel of niet?

## Antwoord

Wetenschappelijke onderbouwing + persoonlijke expertise +  
waarden en normen patiënt

# Case 2 – Conclusie

## Ebpracticenet



U hebt beslist om mucusklaring in uw behandeling toe te passen. Zoek hierover de nodige wetenschappelijke informatie op.

## Overleg



U gebruikte uw klinische expertise samen met de gevonden informatie en de meetinstrumenten om uw patiënt verder te helpen.

Bespreek deze methode. Past u dit zelf vaak toe?

Raadpleegde u ebpracticenet al eerder om meetinstrumenten te gebruiken?

# Case 3 – Carine



Carine De Noor (°1975)



- Diagnose:** fibromyalgie
- Klachten:** pijn, verspreid over het lichaam (bovenste en onderste ledematen van de ruggengraat). Intensiteit pijn varieert en gaat gepaard met grote vermoeidheid, slapeloosheid en PDS (prikkelbaredarmsyndroom)
- Context:** reeds vijf maanden werkonbekwaam + geopereerd aan carpaal tunnel van Re pols + tweemaal tetanie aanval (1 en 3 jaar geleden)
- Verwezen voor:** behandeling voor fibromyalgie

*“Ik heb veel stress! Mijn omgeving en de bedrijfsarts erkennen mijn pijn ook niet echt. Duidelijke informatie in toegankelijke taal zou me wel kunnen helpen om het hen uit te leggen. Ik zou ook graag minder pijn hebben, maar liefst zonder medicatie!”*



## Ebpracticenet

Om uw behandeling wetenschappelijk te onderbouwen, raadpleegt u eerst ebpracticenet.

Geef 'fibro' in als zoekterm.

## Overleg



Bespreek het resultaat van deze zoekterm met uw collega's.

## Antwoord

- Ziektebeeld voluit schrijven
- \*woorddelen\*



## Ebpracticenet

Geef fibromyalgie in als zoekterm.

## Overleg



Bespreek welke richtlijn u zou kiezen om de laatste Belgische informatie terug te vinden waarom.

## Antwoord

- 'Aanpak van chronische pijn in de eerste lijn'
- Nationale richtlijn

## Ebpracticenet

Toets je voorstel tot niet-medicamenteuze behandeling af op de richtlijn.

## Overleg



Bespreek de info die u vindt: op welke aanbeveling kan men vertrouwen? Waarom?

## Antwoord

- Richtlijn: fysieke activiteit en oefentherapie
- Grade 2B

## Ebpracticenet

Zoek patiënteninformatie voor Carine.

## Overleg



Waar vindt u deze patiënteninformatie? Waar komt u terecht?

Gebruikt u dit vaak in uw praktijk?

Geeft u dergelijke info mee met patiënten?

## Antwoord

- Gezondheid en Wetenschap

*“Voilà Carine, we hebben nu een wetenschappelijk onderbouwd behandelplan en de nodige patiënteninformatie in duidelijk taal!”*



*“Hoe weet u nu dat de behandeling zal aanslaan? Wat is het wetenschappelijk bewijs ervan?”*



## Overleg



Hoe toont u het wetenschappelijk bewijs aan aan Carine?

## Ebpracticenet



Vindt u dit terug via ebpracticenet? Waar?

## Antwoord

- Richtlijn 'Hyperlink naar bronrichtlijn'

# SLOT

Met deze peer review bent u nu in staat om richtlijnen, meetinstrumenten, wetenschappelijke artikels, samenvattingen en dus wetenschappelijke evidentie te vinden om uw behandelingen te onderbouwen.

Veel succes!