

Ggz op maat door virtual reality

Behandelingen in de geestelijke gezondheidszorg (ggz) worden in toenemende mate ondersteund door technologische innovaties, waaronder virtual reality (VR). Met een VR-bril kunnen cliënten in de veiligheid van de spreekkamer blootgesteld worden (exposure) aan een wereld die grote gelijkenissen vertoont met de echte wereld. “De verwachting is dat VR de doorlooptijd van diverse psychiatrische behandelingen korter maakt en de kwaliteit ervan verbetert”, vertelt Martine van Bennekom, psychiater bij GGZ Delfland.

Waarom is het gebruik van VR belangrijk binnen de ggz?

“Met deze techniek kun je cliënten op een gecontroleerde wijze exposure geven bij het uitvoeren van cognitieve gedragstherapie. Dat maakt deze methode erg geschikt voor de geestelijke gezondheidszorg, met name op het gebied van angststoornissen en psychose. VR wordt door cliënten ook ervaren als laagdrempeliger en leuker, wat de motivatie en het vertrouwen in de behandeling kan bevorderen. Voor een behandelaar is het bovendien niet altijd mogelijk om met iedere cliënt de straat op te gaan. Dankzij virtual reality hoeft dat ook niet altijd meer.”

Kunt u een voorbeeld geven?

“Zeker. Neem bijvoorbeeld een cliënt met pleinvrees. Deze cliënt durft door

angsten niet naar drukke situaties toe, bang om een paniekaanval te krijgen. Dankzij de exposure wordt in eerste instantie een angst opgewekt, maar de cliënt ontdekt dat die angst weer wegeeft en er niks ernstigs gebeurt. De stap om dit te oefenen in de echte wereld is vaak te groot. In de VR-wereld kan de cliënt een bezoek aan de supermarkt, het café of een rit in de bus oefenen vanuit de spreekkamer en ondersteund door de behandelaar. Die ingebouwde veiligheid maakt het laagdrempelig en is vaak een opmaat tot zelfstandig sneller en meer durven oefenen in het dagelijks leven.”

Wat zijn de voordelen voor de behandelaar?

“Het grote voordeel voor de behandelaar is dat die goed inzicht krijgt in hoe de cliënt zich in een bepaalde situatie gedraagt. Je ziet precies welke reacties het oefenen oproept. Daarnaast is het mogelijk om de omgeving te controleren - hoe druk is het en wat is de interactie met virtuele mensen - en de behandeling stapsgewijs aan te passen op de resultaten. De behandeling is zo beter afgestemd op de cliënt.”

Hoe maken jullie gebruik van VR?

“De onderzochte virtuele omgevingen willen we de komende jaren zo breed mogelijk inzetten. Wij willen VR daarnaast gebruiken om familieleden te betrekken bij de behandeling. In een VR-omgeving kan een ouder ervaren hoe het is om zelf een eetstoornis te hebben, wat kan leiden



Martine van Bennekom

tot meer begrip voor de cliënt. Om ervoor te zorgen dat VR zo goed en snel mogelijk kan worden ingezet binnen de ggz, willen we samenwerken met ontwikkelaars, andere ggz-instellingen en zorgverzekeraars. Zo kunnen we meer onderzoek doen naar nieuwe VR-omgevingen en behandelingen optimaliseren.”

Maarten, jouw behandeling werd bijgestaan door VR, hoe was dat?

“Ik lijd aan schizofrenie en achterdocht, en volgde daarvoor een VR-behandeling bij GGZ Delfland. Ik kreeg een bril, koptelefoon en joystick waarmee ik kon voortbewegen in de virtuele wereld, waarin mijn angsten waren nagebootst. Je kunt goed oefenen, want in deze

wereld gebeurt waar je bang voor bent. Eerst loopt de spanning op, maar je wordt gestimuleerd om bijvoorbeeld te blijven zitten in de bus. Op een gegeven moment merk je dat de spanning afneemt voor dit soort situaties, ook in de echte wereld. Voor mij heeft de VR-behandeling echt geholpen, mijn klachten zijn afgenomen.”

Meer informatie

GGZ Delfland behandelt patiënten met een tijdelijke of blijvende psychische stoornis, ongeacht de leeftijd van de patiënt of de complexiteit van de stoornis.

www.ggz-delfland.nl

info@ggz-delfland.nl

015-2607607