



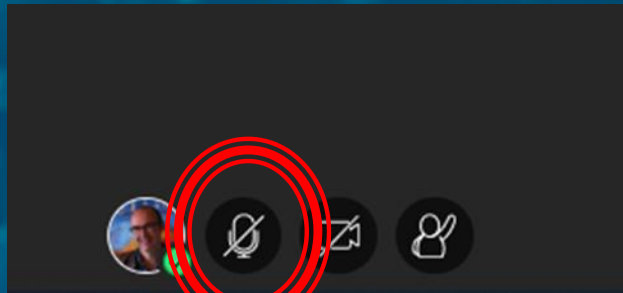
Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

UPDATE FLASH

COVID-19

Donderdag 23 April 2020

20h-21.30h



!MICROFOONS UIT!



Spelregels Online

Microfoons UIT

GSM uit de buurt

Gebruik Google Chrome!!



Zeg even iets





Programma



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- 1. Zorg voor patiënten met acuut psychisch lijden ten gevolge van COVID-19***
- 2. Zorg voor gekende psychiatrische patiënten in tijden van COVID-19***
- 3. Zorg voor onze studenten, stagiairs en HAI'O's ten tijde van COVID-19***
- 4. Zorg voor de zorgverleners ten tijde van COVID-19***



Accreditering



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Aangevraagd in rubriek 6 'ethiek en economie'
Even geduld...

“Artsen en apothekers-biologen voor wie het einde van de navormingsperiode valt in maart of april en die door de coronacrisis niet meer het vereiste aantal CP kunnen verwerven, zijn **vrijgesteld** van deze verplichting. U moet geen bewijs van annulering van de activiteiten leveren, maar het dossier moet wel **minimaal 1 deelname aan de vergadering van de eigen LOK bevatten.**”



Aangenaam!



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen





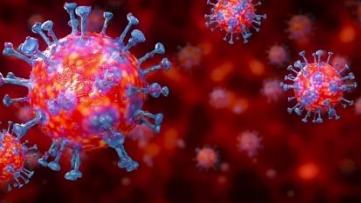
Reflecties



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- 1. Nieuwe praktijkleidraad gebruik O2 in WZC:***
<https://www.zorg-en-gezondheid.be/sites/default/files/atoms/files/Zuurstof%20in%20woonzorgcentra%20tijdens%20Covid%20versie%204.pdf>

= leidraad voor opstarten O2-therapie (indicaties, modaliteiten, opvolging), maar ook beleidsrichtlijn rond vroegtijdige zorgplanning en symptomatische aanpak dyspnoe.



2. INDICATIES VOOR STAALNAME

Wie moet getest worden?

1. **Elke persoon waarvoor een ziekenhuisopname vereist is**, inclusief een eerste opname in het dagziekenhuis. Indien de test negatief is en de persoon is nog steeds opgenomen, wordt de test na 5 dagen éénmalig herhaald, aangezien een negatief resultaat ook mogelijk is bij een persoon die reeds besmet is maar nog in de incubatieperiode zit.
2. **Elke nieuwe bewoner van een residentiële collectiviteit** (bv. woonzorgcentrum, verblijfscentrum voor personen met een handicap, opvangcentra, gevangenis...). Indien de test negatief is, wordt de test na 5 dagen éénmalig herhaald, aangezien een negatief resultaat ook mogelijk is bij een persoon die reeds besmet is maar nog in de incubatieperiode zit.
3. **Elk mogelijk geval** in een residentiële collectiviteit (bv. woonzorgcentrum, verblijfscentrum voor personen met een handicap, opvangcentra, gevangenis...). Vanaf twee gevallen in dezelfde instelling zullen de regionale gezondheidsautoriteiten verder beslissen over de meest geschikte verdere testing-strategie, aangepast aan de lokale omstandigheden.
4. **Elk mogelijk geval bij een lid van het zorgpersoneel** (personen die zorg of hulp toedienen)



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Programma

1. Zorg voor patiënten met acuut psychisch lijden ten gevolge van COVID-19

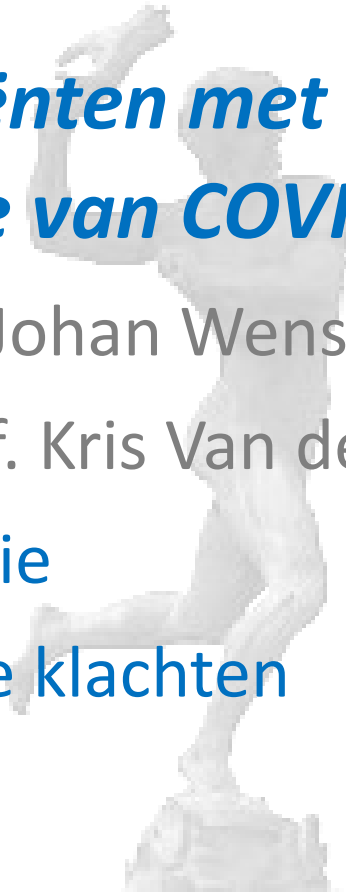
a. Casus Prof. Dr. Johan Wens

b. Toelichting Prof. Kris Van den Broeck

i. Epidemiologie

ii. Belangrijkste klachten

iii. Aanpak



- [illegible]



Casus Bernard

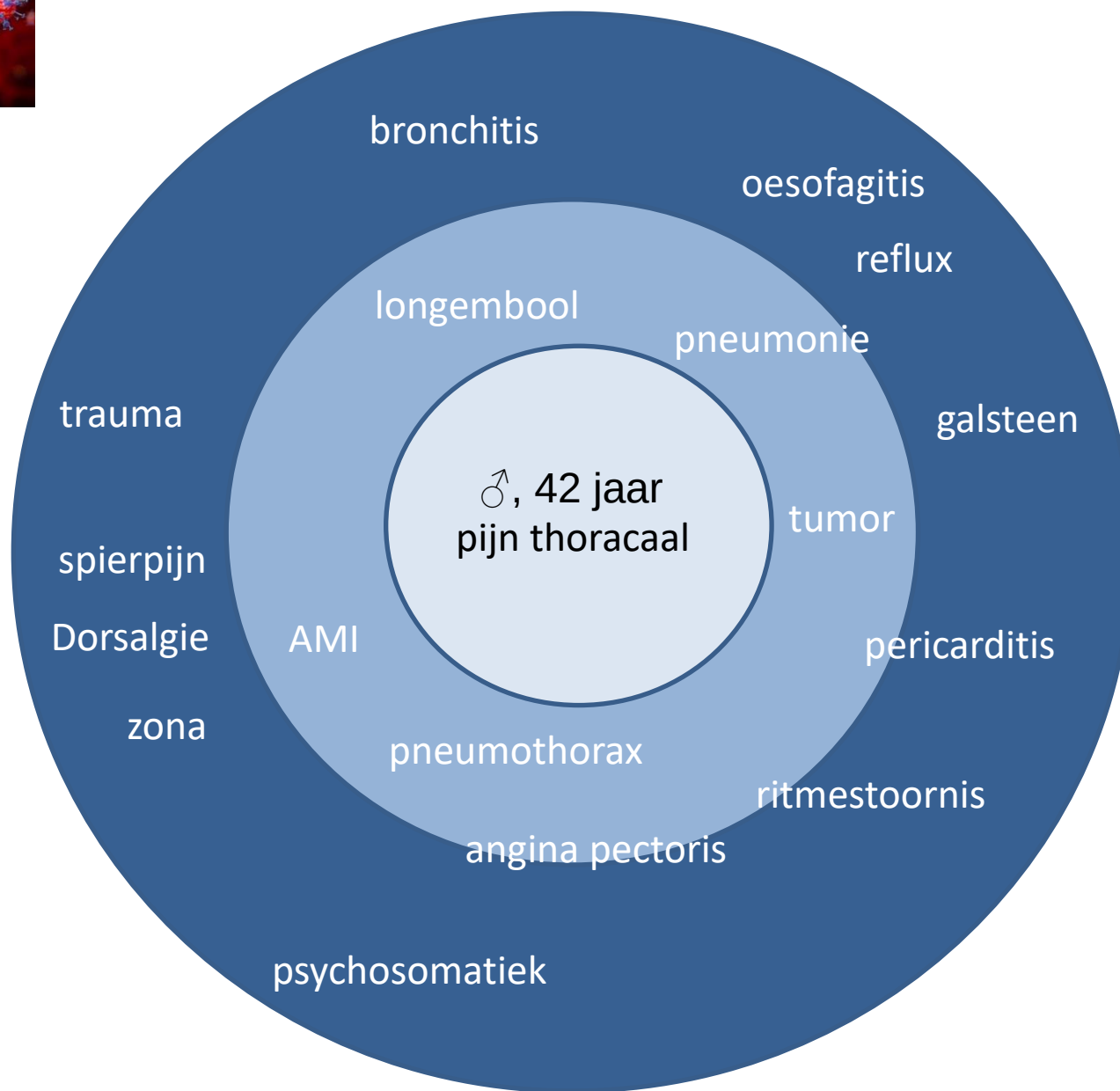


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- Vr 20/03/2020
 - meldt telefonisch klachten van subfebriliteit, (37,3°C), keelpijn en hoesten waarbij advies om tijdens het weekend thuis uit te zien
- Ma 23/03/2020
 - aanhoudend 'koorts' (niet hoger dan 38°C), hoesten, spierpijn, slijmen
 - telefonische objectivering lijkt wel mee te vallen
 - verwijzing naar 'triage' voor klinische beoordeling:
'mogelijk COVID-19'
- Woe 25/03/2020
 - 'echt niet beter' hoewel geen koorts meer:
 - wel bijkomende klachten van keelpijn, **kortademigheid, hartkloppingen, pijn op de borstkas, en het gevoel van niet meer te kunnen ademen**
 - 'dokter, ik denk dat het dringend is...'



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen





Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- aantonen en uitsluiten aan de telefoon...
- drempel niet bereikt om te hospitaliseren: WEL opnieuw naar triage centrum voor klinische beoordeling!
- poging tot geruststellen aan de telefoon
 - terugbellen op beschikbaar ogenblik
 - empathie – inleefvermogen
 - een papieren zakje
 - samen rustig 'in ... en ... uit'
- Is er meer dat we kunnen doen?





Epidemiologie



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- Covid19 en psychische klachten
- Quarantaine en psychische klachten
- Financieel-economische crisis en psychische klachten
- Spontaan herstel?





Epidemiologie



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- Covid19 en psychische klachten
 - [Qui et al. \(2020\)](#): 34.4% rapporteert 'psychological distress' in China
 - [Rossi et al. \(2020\)](#): PTSS (37.1%), aanpassingsstoornis (23.0%), angst (20.8%), depressie (17.4%) in Italië
 - Lorant et al. (in prep): 52.8% rapporteert 'psychological distress' in België (vs 18.3%, Sciensano, 2018)
 - Meer bij vrouwen, jongeren. Meer naargelang meer blootstelling.
 - (Bernard: hoge score op neuroticisme?)
- Quarantaine en psychische klachten
- Financieel-economische crisis en psychische klachten
- Spontaan herstel?



Epidemiologie



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- Covid19 en psychische klachten
- Quarantaine en psychische klachten
 - [Brooks et al. \(2020\)](#):
 - Uitputting, onthechting, angst, irritatie, concentratieproblemen, slaapproblemen, stemmingsproblemen, traumasymptomen, boosheid, schuldgevoelens, verwarring, verdoofd, ...
 - Bij zorgverleners +3j na quarantaine: meer middelengebruik, meer vermijdingsgedrag (patiëntencontact minimaliseren, meer handen wassen, publieke plaatsen vermijden, ...)
- Financieel-economische crisis en psychische klachten
- Spontaan herstel?



Epidemiologie



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- Covid19 en psychische klachten
- Quarantaine en psychische klachten
- Financieel-economische crisis en psychische klachten
 - [Shang et al. \(2013\)](#): 4.2% meer suicides dan verwacht in 2009 (na fin-econ. crisis 2008) in Europa, vooral mannen, vooral in 15-24j. Verband met werkloosheid.
- Spontaan herstel?

Not Just the Tip of the Iceberg

The picture for only one year

Region, Year: **Scotland, 2016**

Population: 5.3 million approx

Reported suicides: 729

Unreported suicides: 5% to 25% more suicides

Suicide behaviors: 40 to 100 times greater than number of suicides

Number of people affected: Each suicide behavior may affect a few or a very large number

People with thoughts of suicide: 260,000 approx



Epidemiologie



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

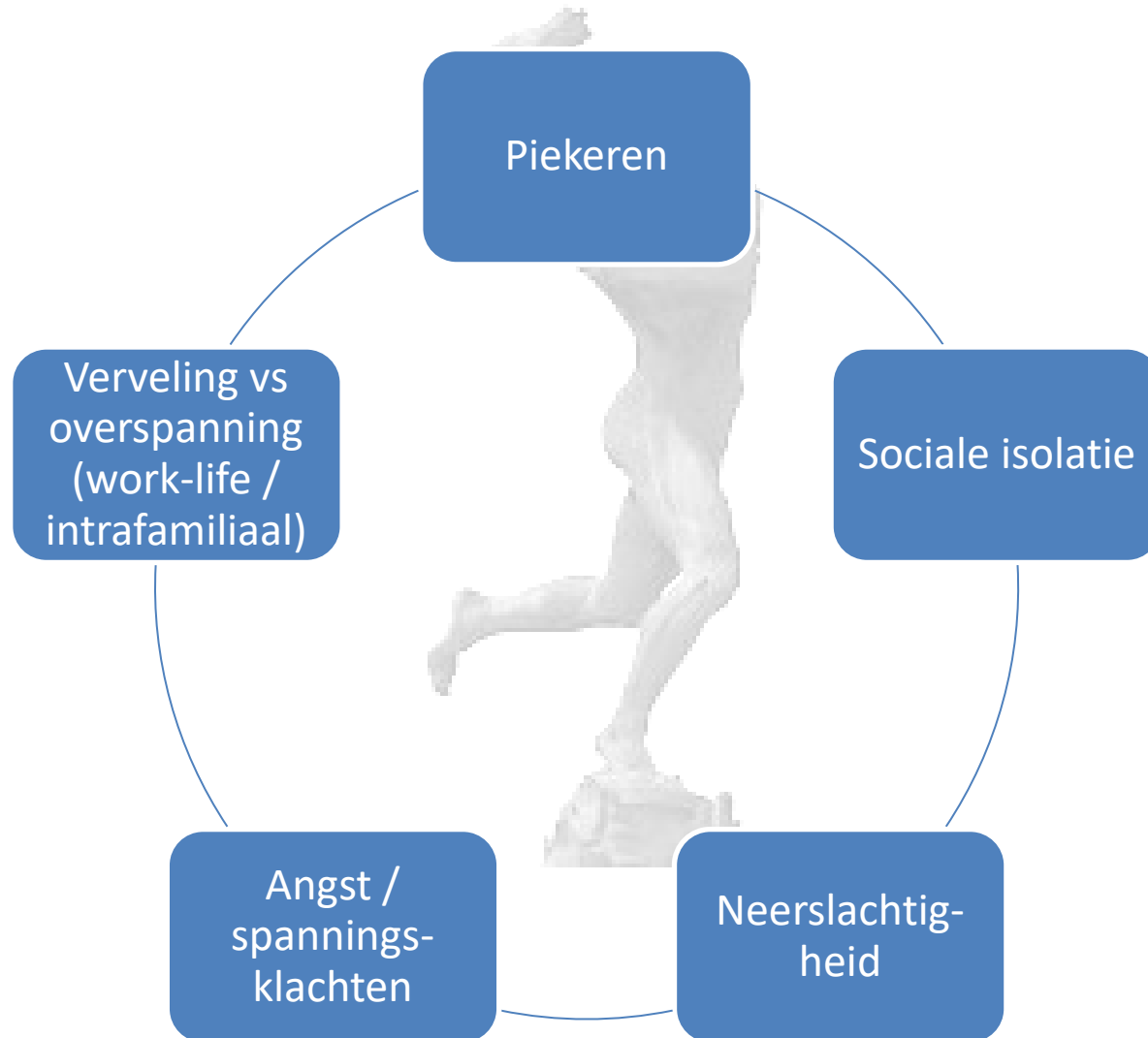
- Covid19 en psychische klachten
- Quarantaine en psychische klachten
- Financieel-economische crisis en psychische klachten
- Spontaan herstel?
 - Bonnanno et al. (2008):
 - +/- 36%: veerkrachtig: vlotte zelfregulatie, geen of nauwelijks klachten, snelle terugkeer naar het premorbide niveau
 - +/- 10%: goed herstel: matige tot ernstige klachten tijdens crisis, vlot en adequaat herstel na afloop
 - +/- 42%: chronisch disfunctioneren: ernstige en langdurige klachten na crisissituatie. Wellicht grotendeels mensen bekend met psychopathologie
 - +/- 12%: uitgestelde klachten: matige distress tijdens crisis, verergert in de loop van de tijd



Belangrijkste klachten



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

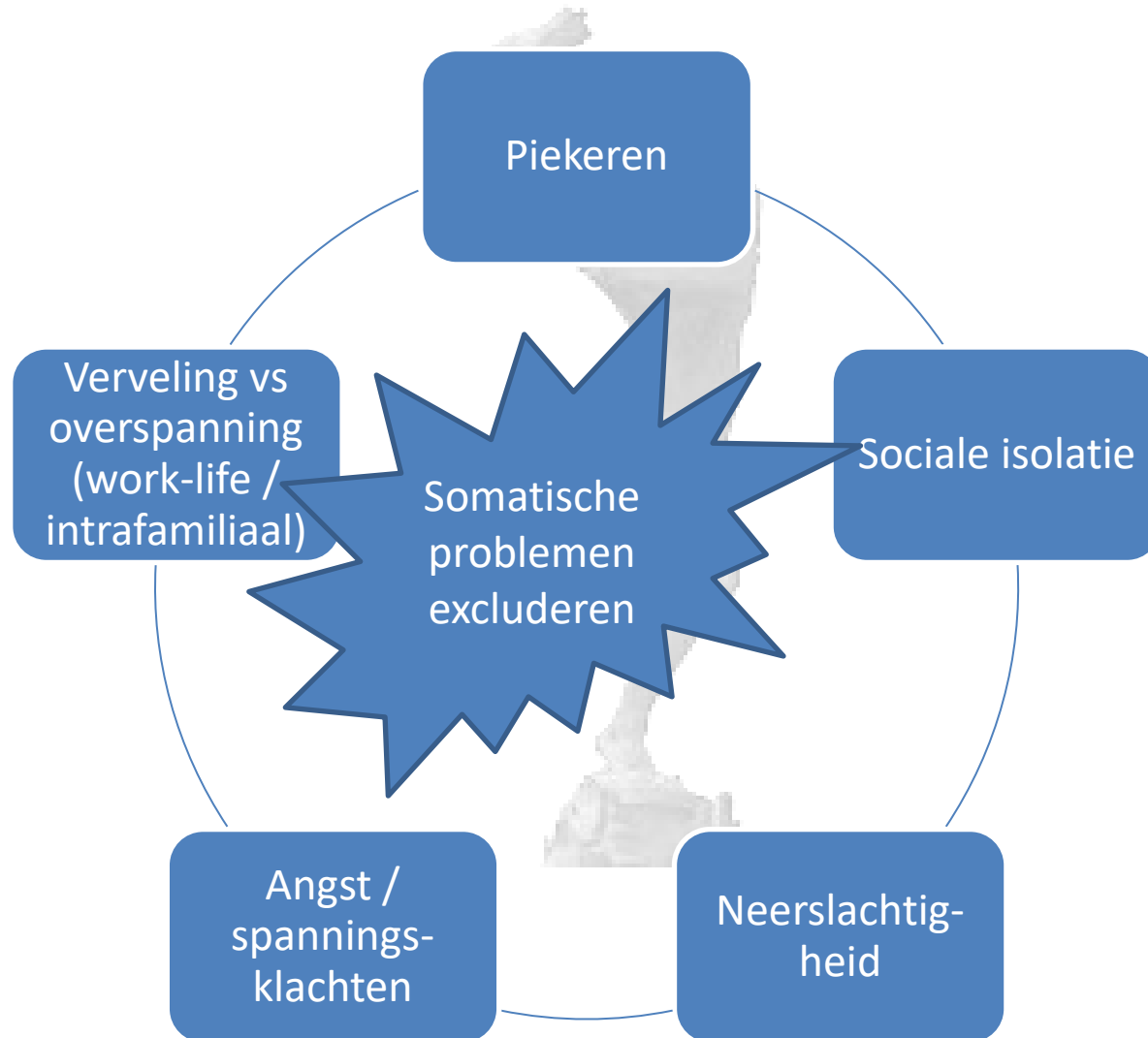




Belangrijkste klachten

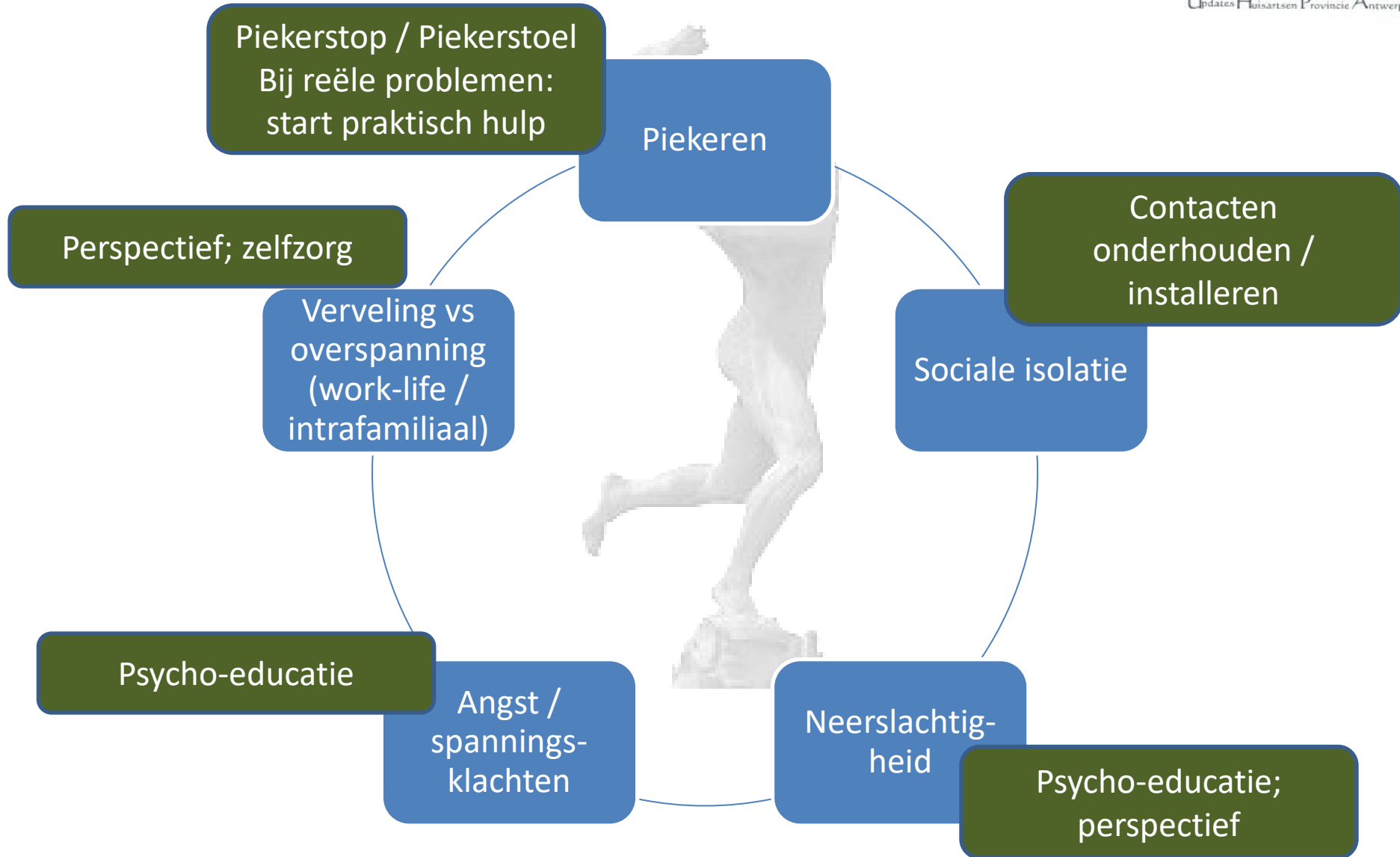


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



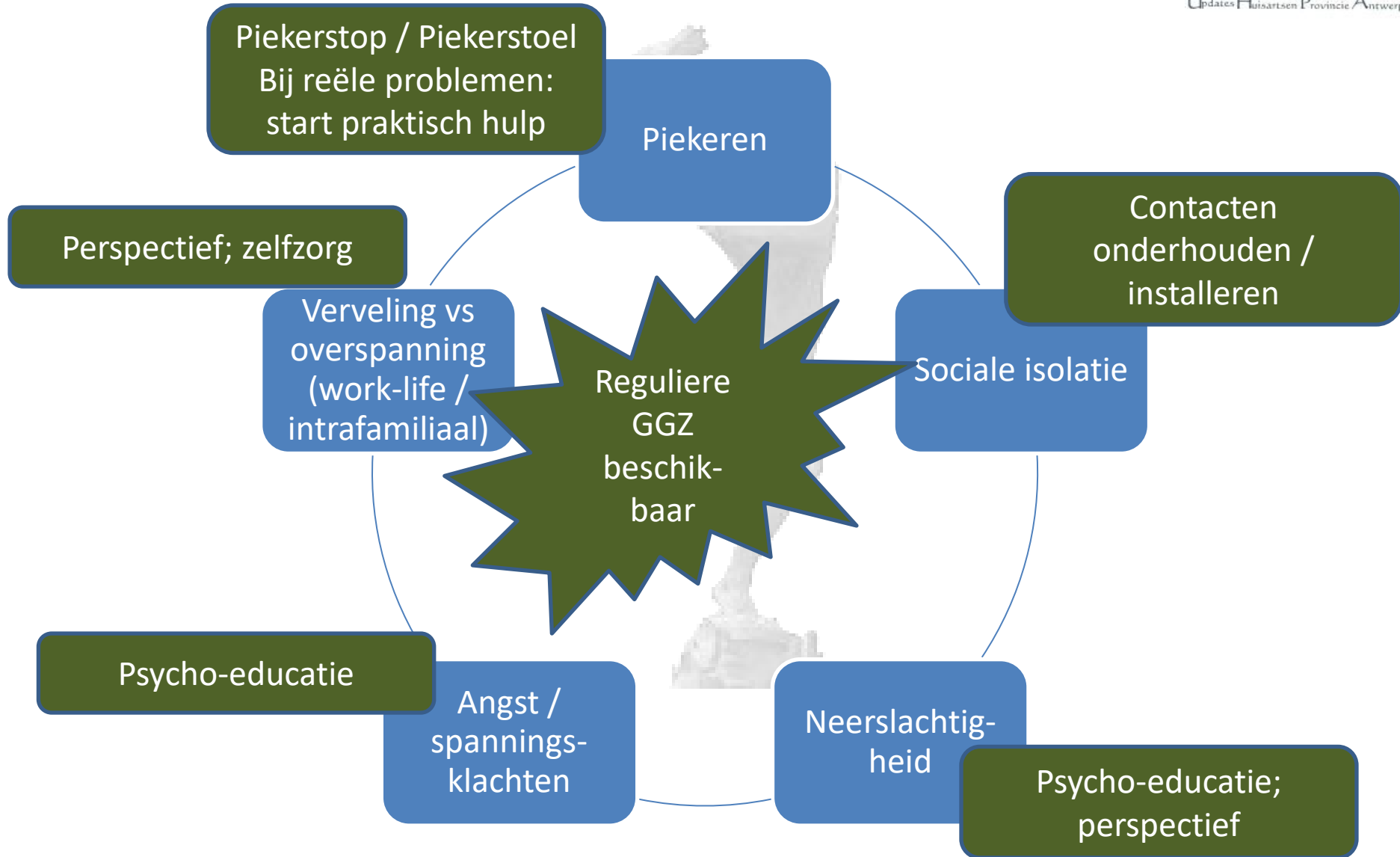


Belangrijkste klachten





Belangrijkste klachten



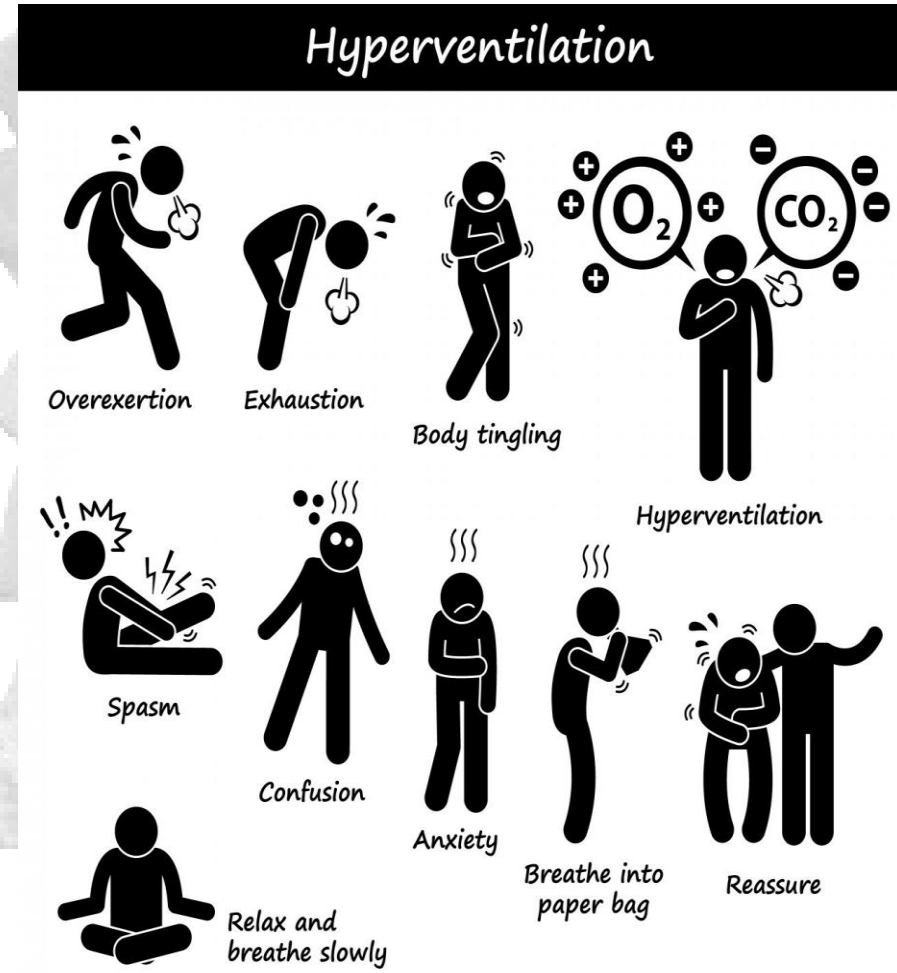


Aanpak Bernard



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- DD: hyperventilatie? (Zijn de klachten altijd even erg?)
- Aan de telefoon mee-ademen om rustig te worden
- Psycho-educatie:
 - Belang van O₂ / CO₂
 - Tekort aan CO₂ >> allerlei klachten >> angst >> anders ademen >> nog meer klachten >> aandachtsbias >> ...
 - Hyperventilatie is niet gevaarlijk!
 - (thuisarts.nl)





Aanpak Bernard



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- Absolute zekerheid: hyperventilatieprovocatietest
- Buikademhaling instrueren, evt. via filmpjes / geluidsfragmenten, regelmatig te oefenen
- **Perspectief** installeren: structuur en afleiding tegen de aandachtsbias
 - Huishoudelijke taken plannen
 - ‘nieuwe’ projecten (kelder opruimen, programmeertaal leren, ...) / hobby's (fietsen, puzzelen, ...)
 - Sociale contacten onderhouden



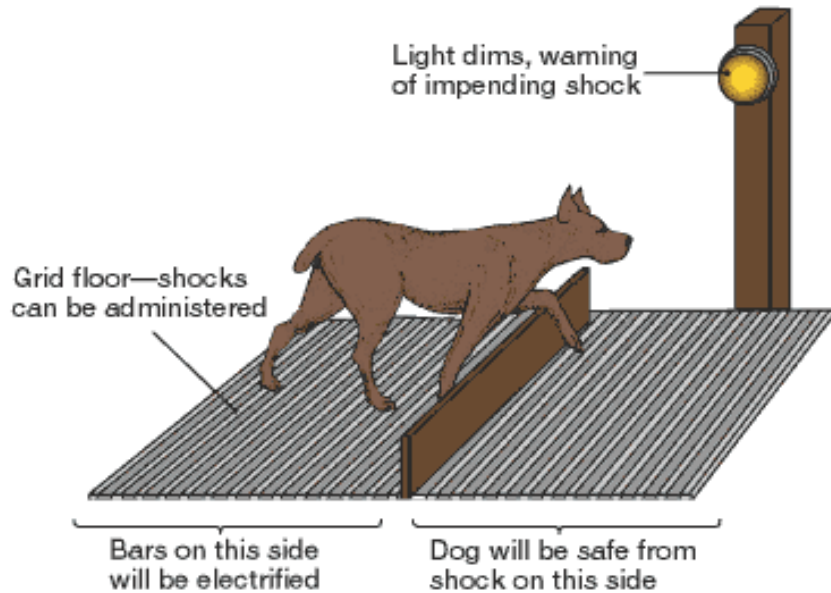


Aanpak Bernard



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Belang van perspectief / structuur:



Aangeleerde hulpeloosheid, Seligman



Geen +
bekrachtiging

(Geen
afleiding van
lich. Klachten)



Weinig om
handen,
verveling

Geen interesse
om iets te
ondernemen

Depressieve
stemming

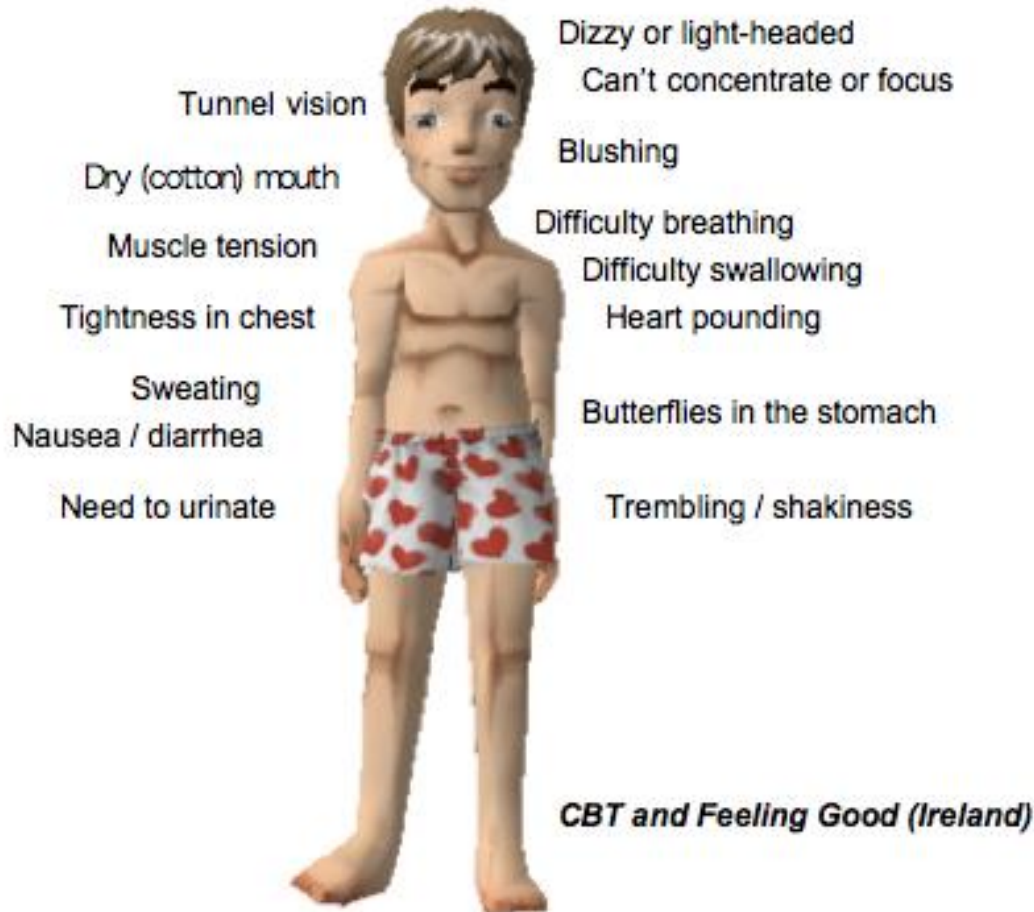


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Aanpak Bernard

The Physiology of Fight or Flight

What we know is happening...





Aanpak Bernard



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- Regulier aanbod GGZ is open (met aangepaste werking)
 - ELP, CGG
- Voor andere problemen ook (gratis) online-aanbod, www.depressiehulp.be
www.alcoholhulp.be www.cannabishulp.be ...





Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Programma

2. Zorg voor gekende psychiatrische patiënten in tijden van COVID-19

a. Casus Prof. Dr. Paul Van Royen

b. Toelichting Dr. Karin Heyde

- i. Normale psychiatrische zorg in abnormale tijden
- ii. Wie verdient onze extra aandacht?
- iii. Wat kunnen wij als huisarts extra doen?
- iv. Aanpassing nomenclatuur huisartsen en psychiaters
- v. Noodnummers bij acute dreiging (suïcide / intrafamiliaal geweld)



Casus van een nieuw samengesteld gezin

Veerle is 34 jaar

- moeilijke jeugd - zwangerschappen met veel problemen
- echtscheiding 6 jr geleden – nu nieuwe relatie met Johan
- nu emotionele uitputting- angststoornis

Johan is 49 jaar

- onderwijzer
- nu slaapproblemen en surmenage

Liesje – 3,5 jaar

- veel zorgen – regelmatig ziek (myoclonieën, bronchiolitis, otitis)

Anja - 8 jaar

- eetmoeilijkheden en nood aan structuur
- onderliggende autismespectrumstoornis



Dan kwam er COVID-19

- In de week van de lockdown : **Veerle** krijgt klachten van hoesten hoofdpijn algemeen ziektegevoel
thuisquarantaine – contact met andere gezinsleden
- **Liesje** ook ziek : acute tonsillitis - hoge koorts – houdt aan
- Onderzoek van Veerle en haar dochter Liesje op de coronapost
Vermoedelijke Covid-19 infectie
- Telefonisch consult : opvolging
- **Anja** toch naar school – heeft structuur nodig
- Hoe nu verder ?

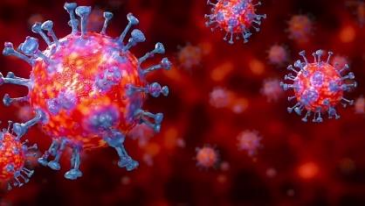


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Vragen

- Op welke signalen moeten we letten bij zulke gezinnen ? Welke zijn **alarmsignalen** van ontsporing ?
- Wat betekent een bijkomend COVID-19 besmetting in zo'n belaste situatie?
- Welke **begeleiding** kunnen we bieden als huisarts – als psychotherapeut voor zulke gezinssituaties ?





Normale psychiatrische zorg in abnormale tijden

Er bestaat geen 'noodplan psychiatrie' : routine zorg in de psychiatrie gaat gewoon door!

Continuïteit!!

WEL minder therapie programma's

Geen bezoek / uitgang toegestaan ('informed consent')

normale hygiënische maatregelen gelden

intake gesprekken online

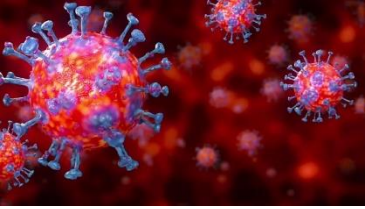
'niet dringende' opnames worden uitgesteld (!?)





Nieuwe regeling teleconsult

- COVID-19: vergoeding voor verstrekkingen op afstand zonder fysieke aanwezigheid voor alle artsen zonder remgeld:
 1. 101990 advies triage COVID19 1 x /patiënt
 2. 101135 advies continuïteit van zorg 1x/7dagen
- COVID-19: vergoeding voor verstrekkingen op afstand zonder fysieke aanwezigheid voor **psychiaters** zonder remgeld:
 1. 101872 Advies dringende doorverwijzing mobiele equipe of psychiatrische spoed 1 x /patiënt
 2. 101894 psychiatrische diagnose of psychotherapie-30 minuten –telefonisch of video communicatie
 3. 101916-psychotherapie-continuïteit-45 minuten-videocommunicatie



Normale psychiatrische zorg in abnormale tijden

Wachttijsten worden langer:

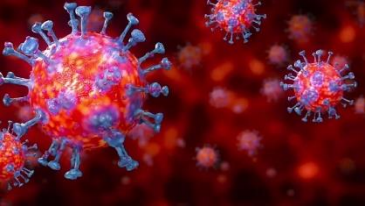
Toename psychiatrische problematiek

‘Niet-dringende’ pathologie moet wachten (?!)

Angst voor besmetting

Angst voor isolatie in geval van opname





Normale psychiatrische zorg in abnormale tijden

Mobiel psychiatrisch team blijft actief!

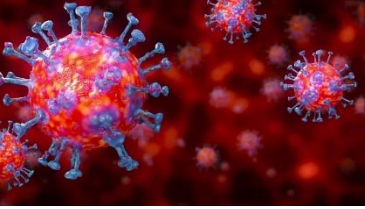
= Voor (jong-)volwassenen met een “ernstige psychiatrische aandoening” die op meerdere domeinen van het leven (wonen, persoonlijke verzorging, relaties, werk, financiën, ...) moeilijkheden ondervinden, waarbij er nood is aan behandeling en zorg aan huis.

Mobiel psychiatrisch Team Kompaan

Mobiel psychiatrisch Team Multiversum

Mobiel psychiatrisch Team ‘t Stad

<https://www.netwerksara.be/wijzigingen-in-het-aanbod-van-de-mobiele-teams/>



Normale psychiatrische zorg in abnormale tijden



Mobiel crisis team blijft actief!

= Voor (jong-)volwassenen in crisis met een acute nood aan psychiatrische zorg aan huis.

MobielCrisis Team Antwerpen (ZNA)

Mobiel Crisis Team Multiversum

<https://www.netwerksara.be/wijzigingen-in-het-aanbod-van-de-mobiele-teams/>

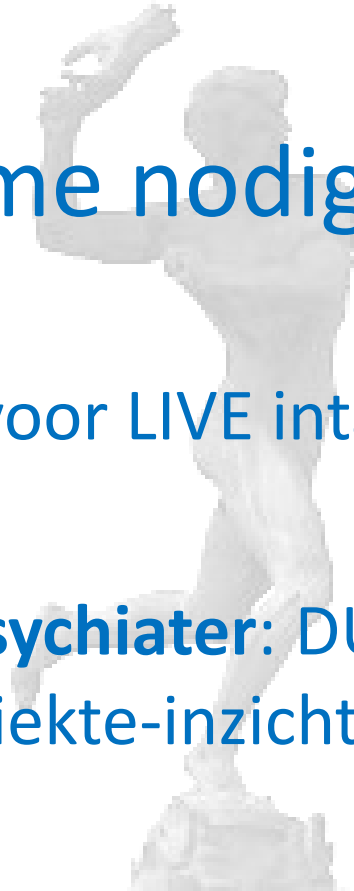


Normale psychiatrische zorg in abnormale tijden

Wanneer opname nodig blijkt:

Minder mogelijkheid voor LIVE intake gesprekken:

OVERLEG Huisarts - psychiater: DUIDELIJKE INFO over patiënt, zijn context, ziekte-inzicht, motivatie, compliance





Normale psychiatrische zorg in abnormale tijden

Afspraak ziekenhuizen Antwerpen centrum:

COVID-positieve psychiatrische patiënten:
opname **PAAZ Sint-Vincentius ZH**

Ernstige pathologie / gedwongen opname:
ZNA Stuivenberg



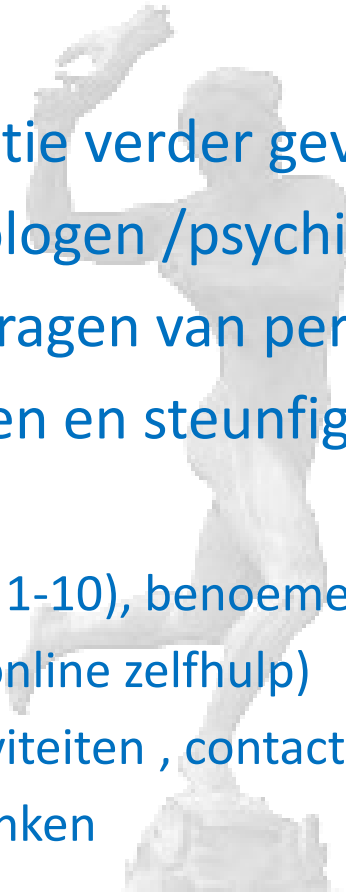


Aanpassing /Opvolging



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

1. Onderhoudsmedicatie verder geven (CAVE depot!)
2. Overleg met psychologen /psychiater /huisarts
3. Communicatie (bevragen van perspectief van de client)
4. Coping mechanismen en steunfiguren
5. Oplossingsgericht:
 1. Monitoring (schaal 1-10), benoemen van
 2. Mijn kwartiertje (online zelfhulp)
 3. Deugddoende activiteiten , contacten
 4. 'Out of the box' denken

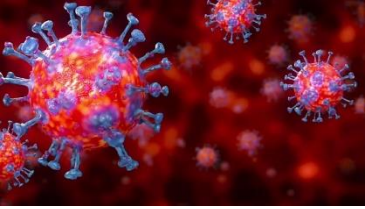




Comorbiditeit /overbelasting

- Depressie (anhedonie)
- Angst
- Smetvrees
- OCD
- Verslaving
- Slaapstoornissen
- Suïcidaal gedrag
- Risico op pathologische rouw bij verlies van geliefde
- Financiële problemen

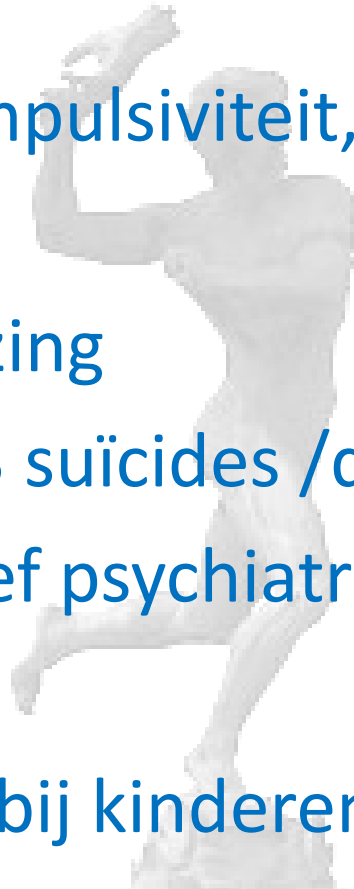


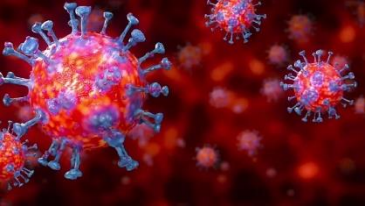


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Alarmsignalen

- Prikkelbaarheid, impulsiviteit, isolerend gedrag
- Sociaal isolement
- Fysieke verwaarlozing
- Suïcidaal gedrag (3 suïcides /dag)
- Toename of recidief psychiatrische problematiek
- Middelenmisbruik
- Veranderd gedrag bij kinderen
- Vermoeden geweld /misbruik



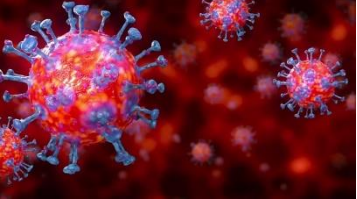


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- 1813: zelfmoordlijn
- 1712 bij intrafamiliaal geweld
- “masker 19” via Vlaamse apotheken en CAW .
(telefoon nummer en coördinaten worden opgevraagd , ‘masker moet besteld worden ‘)
- Het **Kruispunt** biedt eerste hulp bij psychische en sociale problemen: luisteren, helpen, één of meer gesprekken, verwijzen indien nodig. Gratis.

<https://www.kruispunten.be/>

<https://www.caw.be/locaties/kruispunt-mortsel/>



Vragen



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen





Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Programma

3. Zorg voor onze studenten, stagiairs en HAIO's ten tijde van COVID-19

Toelichting Prof. Dr. Nele Michels

- i. onderwijslandschap ten tijde van COVID
- ii. (zorg)aanbod voor studenten (geneeskunde), stagiairs en HAIO's
- iii. welke echo's vangen we op?



onderwijslandschap ten tijde van COVID



- online lessen & trainingen – geen fysiek contact
- stages
 - stages bachelor 1 – master 1: geannuleerd
 - stages en co-schappen master 2 & master 3: niet geannuleerd
- stapsgewijs, 'creatief', flexibiliteit
- belang van **duidelijke communicatie**





(Zorg)aanbod voor studenten, stagiairs en HAIO's



- aanbod vanuit zorg
 - reguliere zorg: 't STIP, Psy-net, eigen huisarts,...
 - www.dezorgsamen.be
 - D4D, arts in nood (HAIO's)
- aanbod vanuit opleiding
 - online lessen: 'community met medestudenten en lesgevers'
 - ook trainingen in kleine groep
 - stages: vinger aan de pols + aanbod van alternatieven
 - wissel van stages, herverdeling van werk,
 - aanmelding voor vrijwillige stages: ziekenhuis of eerste lijn
 - studenten master 2 & 3: tutorsessies 'het leven als stagiair'
 - vrijwillige basis – in groep of individueel – vaardighedenteam/lesgevers
CHA – naast bestaande tutorsessies (terugkomdagen, portfolio)
 - start bevraging van stagiairs





(Zorg)aanbod voor studenten, stagiairs en HAIO's

- HAIO's (Huisartsen In Opleiding)
 - 'werkplek-leren'
 - online trainingen – o.a. palliatieve zorg, management, zelfzorg en natuur
 - online seminars (begeleide praktijkreflectie met STACO)
 - ondersteuning STACO's
 - intervisie (ZI)PO's ((ziekenhuis)praktijkopleiders): 'Hoe een HAIO opleiden ten tijde van COVID?'





welke echo's vangen we op?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

- studenten geneeskunde & stagiairs
 - praktische vragen via mail
 - topics (persoonlijke contacten):
 - persoonlijke ervaringen
 - ongerustheid (eigen/familie) gezondheid
 - beschermingsmateriaal & risico's
 - COMPETENTIES en leerkansen ... om een **goede arts** te worden
 - 'nutteloos voelen' (rol als hulpverlener)
- HAIO's – (ZI)PO's – STACO's
 - nood aan ventileren, uitwisseling, herkenbaarheid (reflectie & intervisie!)
 - 'reminder tot opleiden'... ook in crisistijd - andere competenties





Programma



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

4. Zorg voor de zorgverleners ten tijde van COVID-19

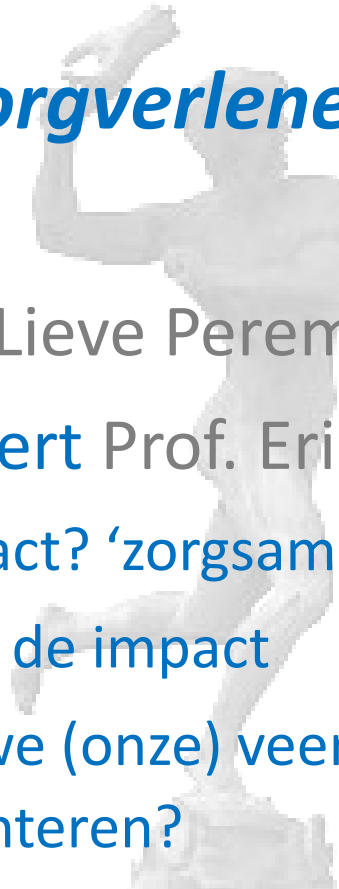
a. Casus Prof. Dr. Lieve Peremans

b. Toelichting expert Prof. Erik Franck

i. Wat is de impact? 'zorgsamen': zorgbarometer

ii. Verklaring van de impact

iii. Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?





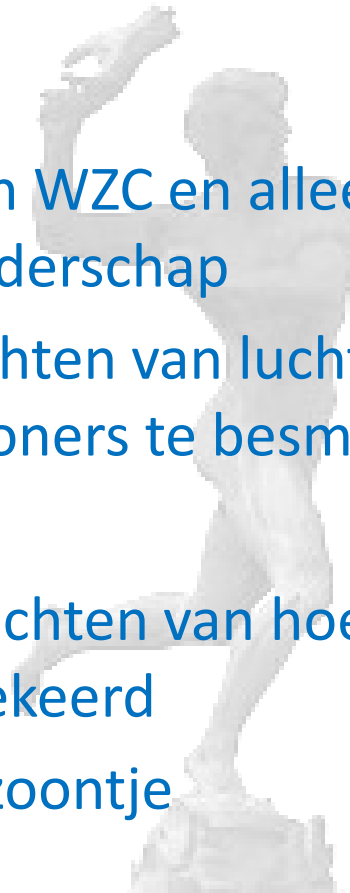
Casus



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Veerle, verpleegkundige in WZC en alleenstaande mama van een zoontje van 5 jaar – co-ouderschap

- 4 weken geleden – klachten van luchtwegeninfectie met koorts – angst om bewoners te besmetten – test was negatief
- Terug aan het werk
- Eén week geleden – klachten van hoesten en koorts – angst was nu naar haarzelf gekeerd
- Spreekt angst uit naar zoontje
“Mama gaat doodgaan”





Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Casus

Brigitte, een 50- jarige verpleegkundige werkt nachten in de COVID-afdeling van een ziekenhuis.

- We bellen haar zelf eens op hoe het gaat. Ze slaapt nog nauwelijks en geraakt uitgeput.
- We raden haar aan om toch ondersteuning te zoeken en bieden een luisterend oor aan –
- Een week later hebben we terug contact en blijkt het beter te gaan





Outline



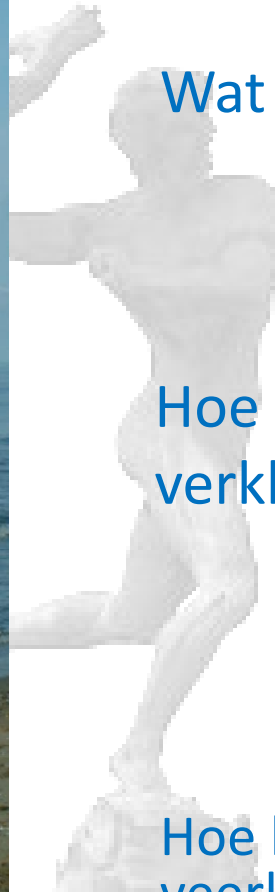
Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



Wat is de impact?

Hoe kunnen we deze impact verklaren?

Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?





Healthcare Workers Emotions, Perceived Stressors and Coping Strategies During a MERS-CoV Outbreak

Imran Khalid, MD, FCCP; Tabindeh J. Khalid, MD; Mohammed R. Qabajah, RN;
Aletta G. Barnard, RN; and Ismael A. Qushmaq, MD

Objective: Healthcare workers (HCWs) are at high risk of contracting Middle East respiratory syndrome coronavirus (MERS-CoV) during an epidemic. We explored the emotions, perceived stressors, and coping strategies of healthcare workers who worked during a MERS-CoV outbreak in our hospital.



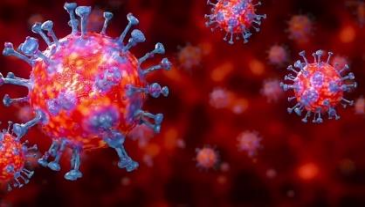


Healthcare Workers Emotions, Perceived Stressors and Coping Strategies During a MERS-CoV Outbreak

Imran Khalid, MD, FCCP; Tabindeh J. Khalid, MD; Mohammed R. Qabajah, RN;
Aletta G. Barnard, RN; and Ismael A. Qushmaq, MD

De ethische plicht die gezondheidswerkers voelen, is wat hen op de been houdt. De stressoren die ze meest rapporteerden was 1) angst voor persoonlijke veiligheid en 2) de veiligheid en het welzijn van familie en collega's





Wat is impact?



JAMA
Network | **Open**™



Original Investigation | Psychiatry

Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019

Jianbo Lai, MSc; Simeng Ma, MSc; Ying Wang, MSc; Zhongxiang Cai, MD; Jianbo Hu, MSc; Ning Wei, MD; Jiang Wu, MD; Hui Du, MD; Tingting Chen, MD; Ruiting Li, MD; Huawei Tan, MD; Lijun Kang, MSc; Lihua Yao, MD; Manli Huang, MD; Huafen Wang, MD; Gaohua Wang, MD; Zhongchun Liu, MD; Shaohua Hu, MD

Abstract

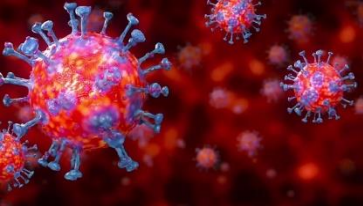
IMPORTANCE Health care workers exposed to coronavirus disease 2019 (COVID-19) could be psychologically stressed.

OBJECTIVE To assess the magnitude of mental health outcomes and associated factors among health care workers treating patients exposed to COVID-19 in China.

Key Points

Question What factors are associated with mental health outcomes among health care workers in China who are treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19)?

Findings In this cross-sectional study of 1057 health care workers in 24 hospitals,



Wat is impact?



JAMA
Network | **Open**™



Original Investigation | Psychiatry

Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019

Jianbo Lai, MSc; Simeng Ma, MSc; Ying Wang, MSc; Zhongxiang Cai, MD; Jianbo Hu, MSc; Ning Wei, MD; Jiang Wu, MD; Hui Du, MD; Tingting Chen, MD; Ruiting Li, MD; Huawei Tan, MD; Lijun Kang, MSc; Lihua Yao, MD; Manli Huang, MD; Huafen Wang, BD; Gaohua Wang, MD; Zhongchun Liu, MD; Shaohua Hu, MD

Abstract

N=1257, 65% tss 26-40 jaar, 77% vrouwen, 61% verpleegkundigen, 41,5% frontline werkers

IMPORTANCE Health care workers exposed to coronavirus disease 2019 (COVID-19) could be
50,4% vertoonden symptomen van depressie, 44,6% symptomen van angst, 34% symptomen van
insomnia, 71,5% symptomen van distress (IES-R)

OBJECTIVE To assess the magnitude of mental health outcomes and associated factors among
health care workers treating patients exposed to COVID-19 in China

Verpleegkundigen, vrouwen, en frontline HVn scoorden hoger op zowat alle meetschalen

Key Points

Question What factors are associated
with mental health outcomes among
health care workers in China who are
treating patients with coronavirus
disease 2019 (COVID-19)?

Findings In this cross-sectional study of



Wat is impact?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

**De ZorgSamen
Barometer:
ontdek de
resultaten**

DE ZORGSAMEN
Veerkracht voor zorgverleners



www.dezorgsamen.be



Wat is impact?

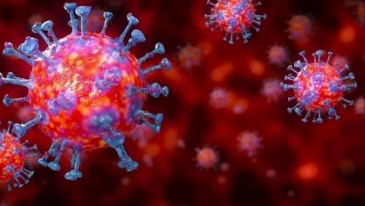


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

De ZorgSamen is een initiatief van **Zorgnet-Icuro** samen met de volgende partners:

- Dr. Simon Bulterys, voorzitter Co-prev, koepel Externe Diensten Preventie en Bescherming op het Werk
- Prof. dr. Stephan Claes, psychiater, UPC Zorg KU Leuven
- Dr. Olivia Cools, psychiater, Karus, secretaris Belgische Beroepsvereniging van Geneesheren Specialisten in de psychiatrie, oprichter Facebookgroep 'Covid-19 voor artsen'
- Geert De Smet, directeur Co-prev, koepel Externe Diensten Preventie en Bescherming op het Werk
- Dr. Andy De Witte, psychiater, GZA, voorzitter Doctors4Doctors
- Prof. dr. Lode Godderis, arbeidsarts, KU Leuven
- Dr. Uus Knops, psychiater, auteur
- Karen Lauwers, directeur Humanitaire Diensten, Rode Kruis-Vlaanderen
- Koen Lowet, klinisch psycholoog, gedelegeerd bestuurder Vlaamse Vereniging van Klinisch Psychologen (VVKP)
- Dr. Karen Smets, huisarts, Domus Medica
- Prof. dr. Kris Van den Broeck, klinisch psycholoog, directeur Vlaamse Vereniging voor Psychiatrie (VVP), Universiteit Antwerpen, Academie voor de Eerste Lijn
- Prof. dr. Kris Vanhaecht, KU Leuven, Leuvens Instituut voor Gezondheidszorgbeleid

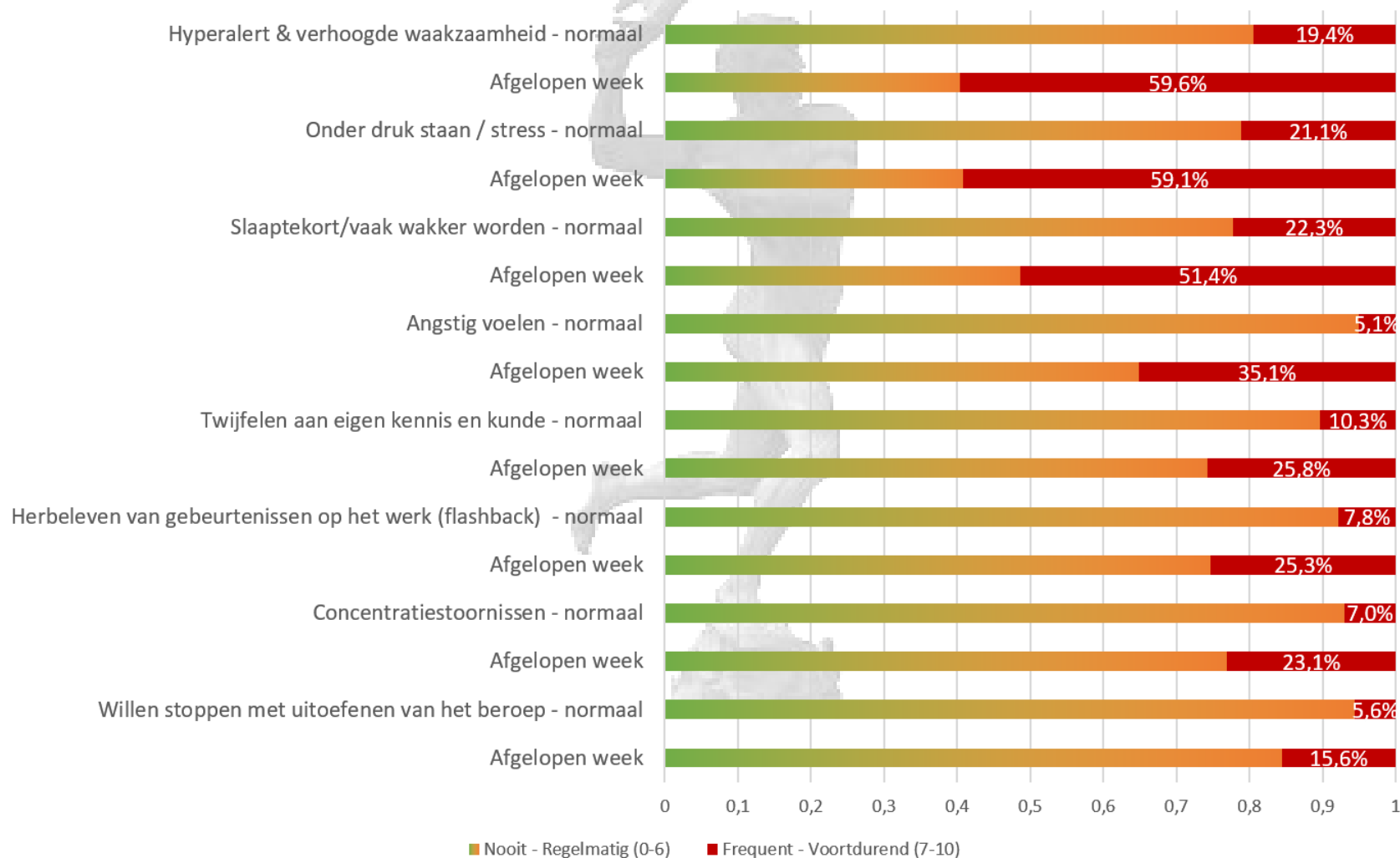
www.dezorgsamen.be

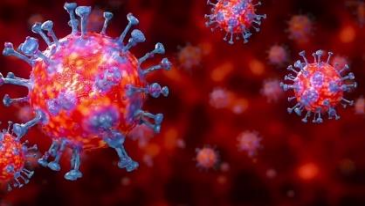


Wat is de impact?

Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Hoe vaak heeft u last van ... (1ste lijn; n=629; 4-6/4/2020)

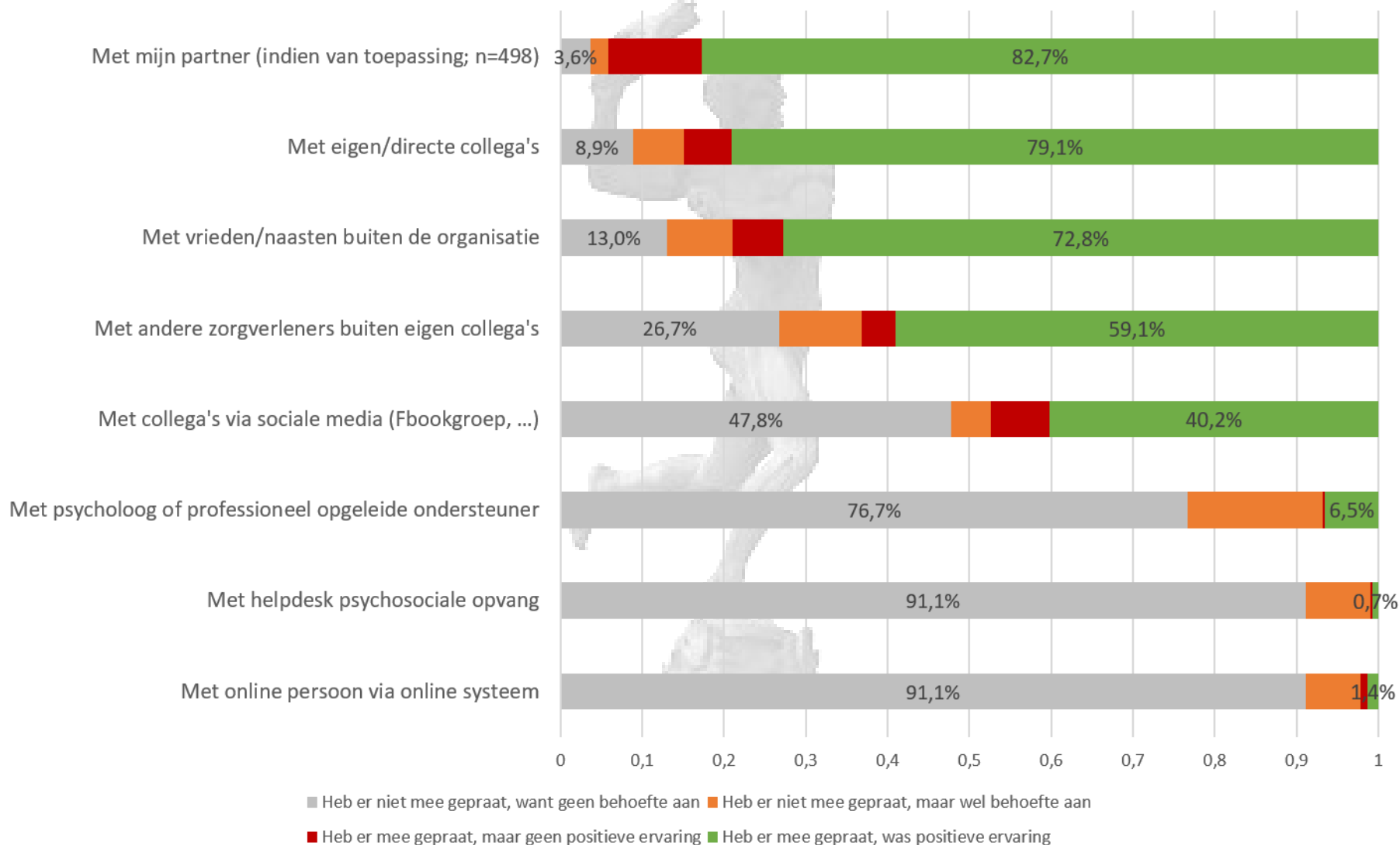




Wat is de impact?

Sociale steun (1stelij; n=584; 4-6/4/2020)

Updates Huisartsen Provincie Antwerpen





De impact is



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen





De impact is



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen





De impact is



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



Abnormale reacties in abnormale
situaties is normaal (gedrag)



De impact is



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Wanneer is de abnormale reactie niet meer normaal?

⇒ Wanneer er sprake is van rigiditeit/tijd die (voorheen) normaal functioneren verhindert

⇒ 3 niveaus:

⇒ Affect/gevoelens: somberheid, angst, arousal, uitputting, slaapproblemen, paniek, ...

⇒ Cognities: rumineren, suicidale ideaties, geheugenproblemen, denkfouten, ...

⇒ Gedrag: emotie-gestuwd gedrag (vermijdingsgedrag: passief en actief)





Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Vormen van stress

Cumulatieve stress: stress bouwt op; al moeilijker om meteen te ontspannen; ook fysieke symptomen; angst kan optreden

Algemene stress: na een dag of twee van recuperatie daalt de spanning

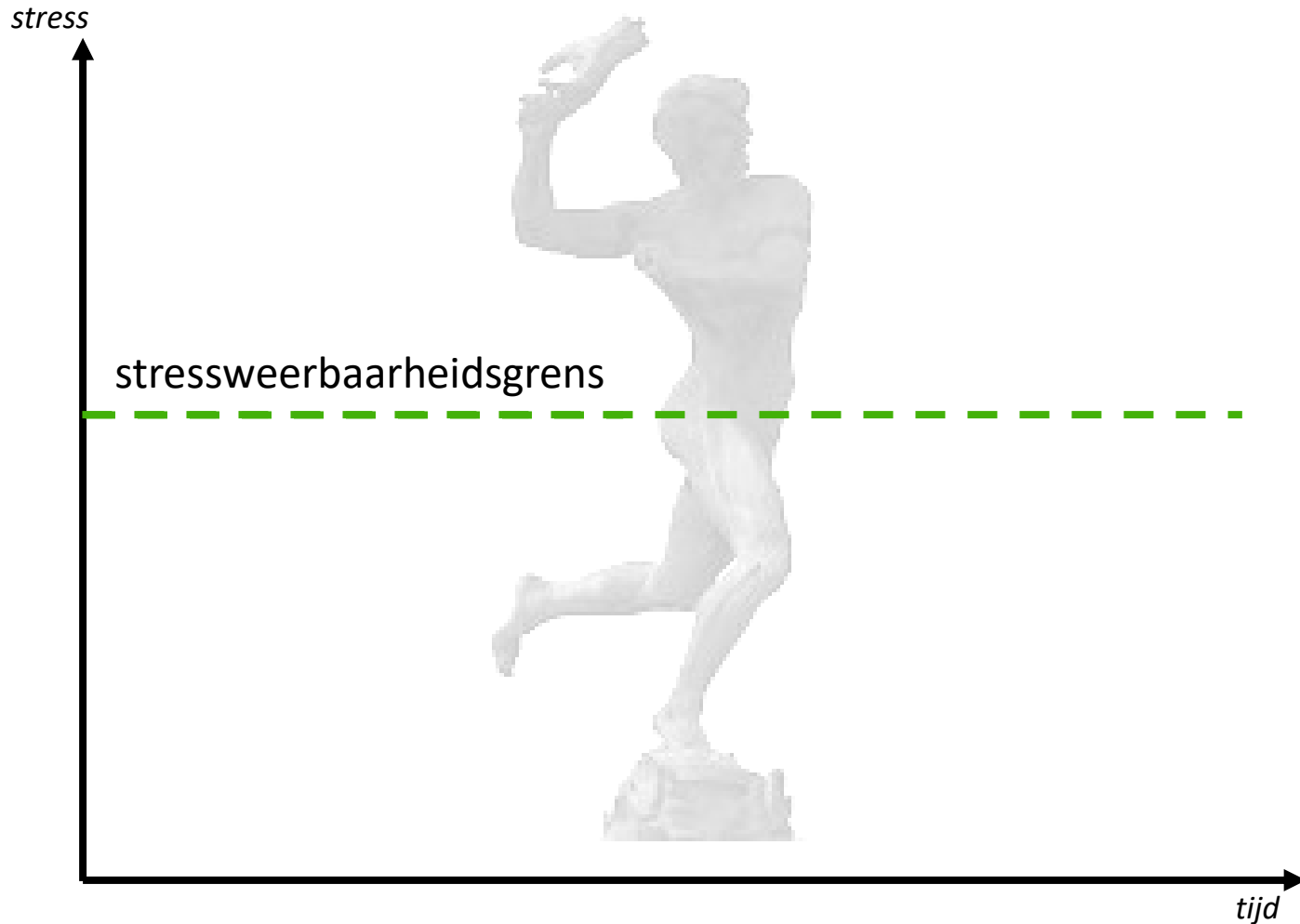




Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



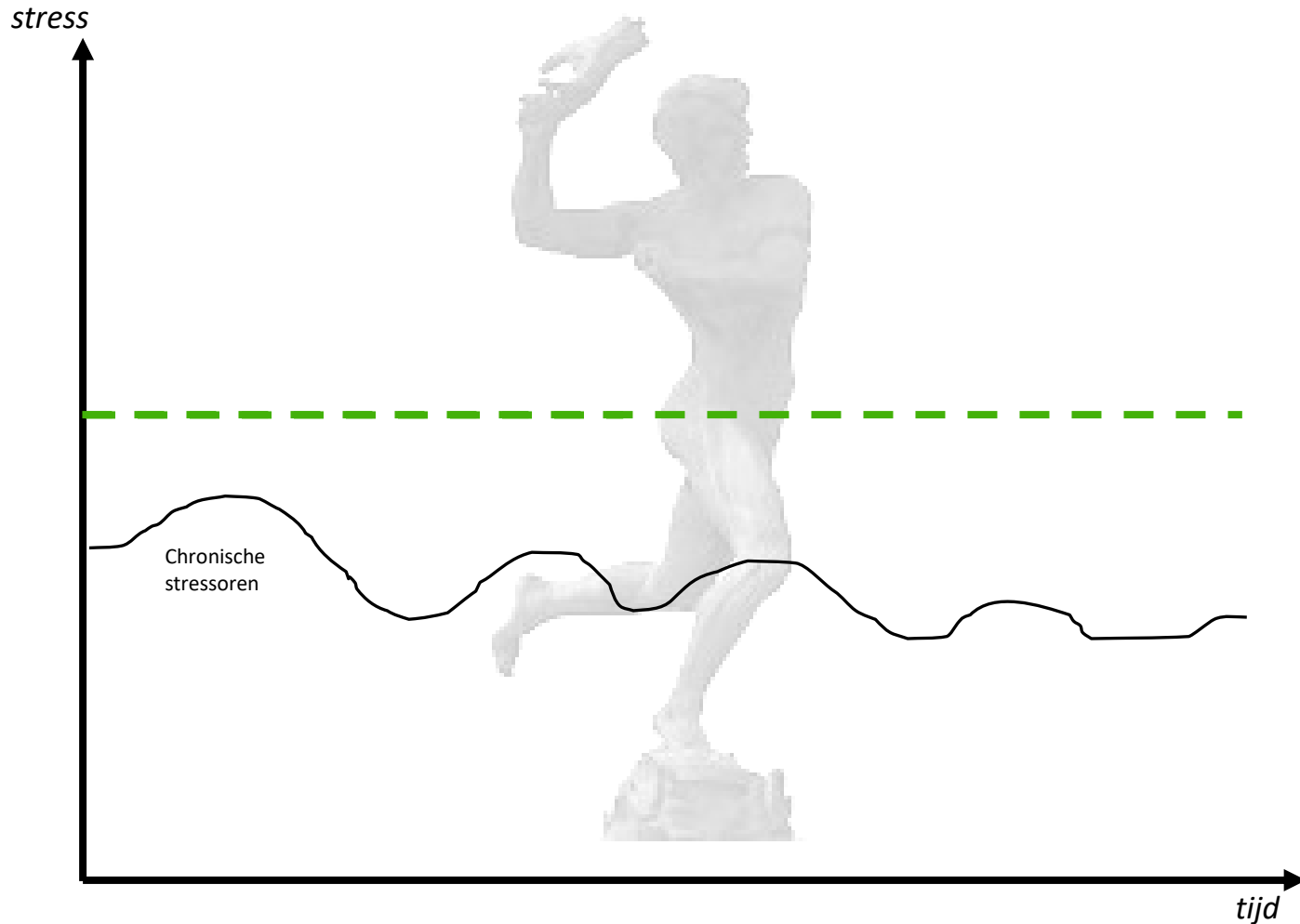
(Schacht, 2004; model van stressweerbaarheid)



Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



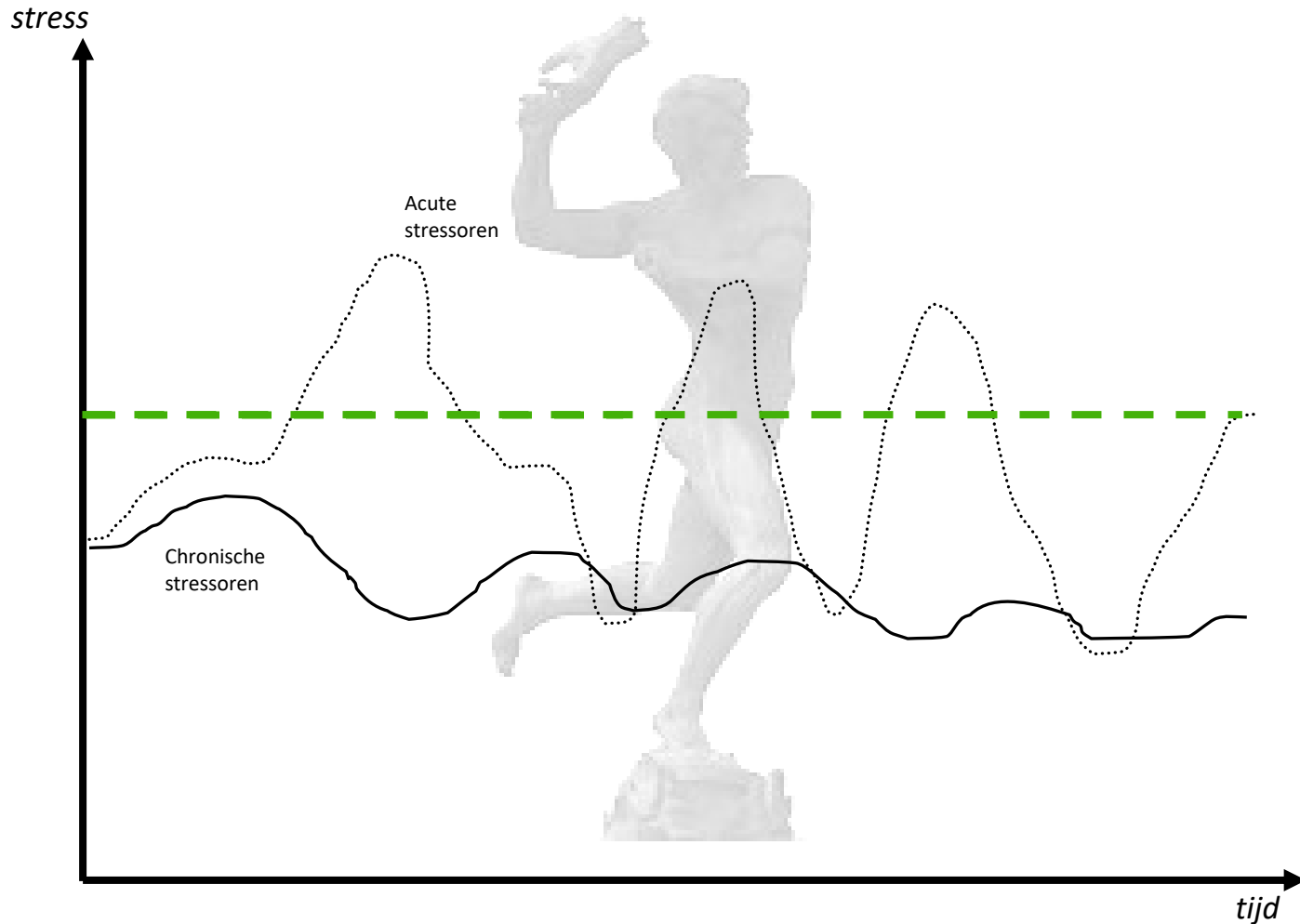
(Schacht, 2004; model van stressweerbaarheid)



Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



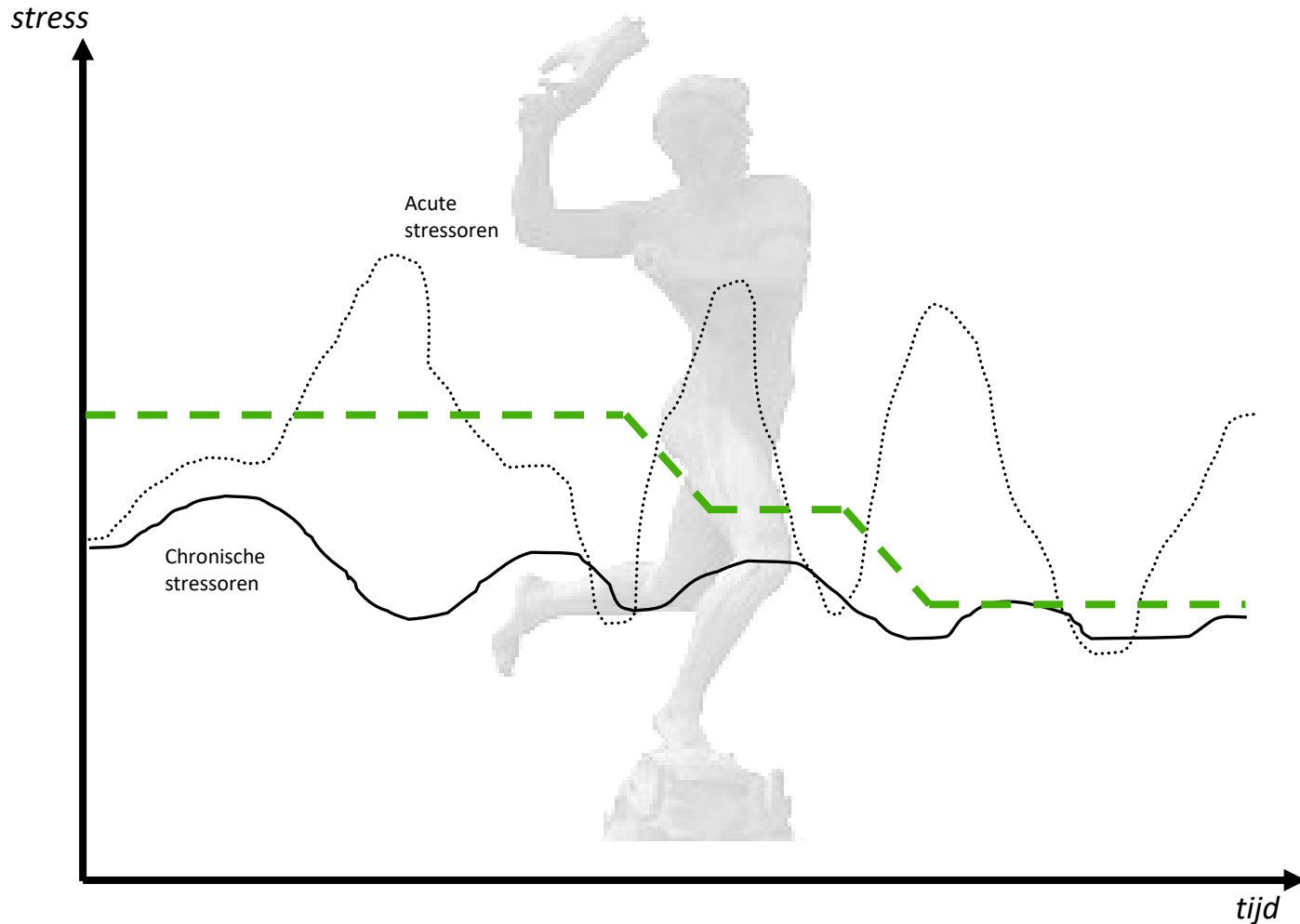
(Schacht, 2004; model van stressweerbaarheid)



Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



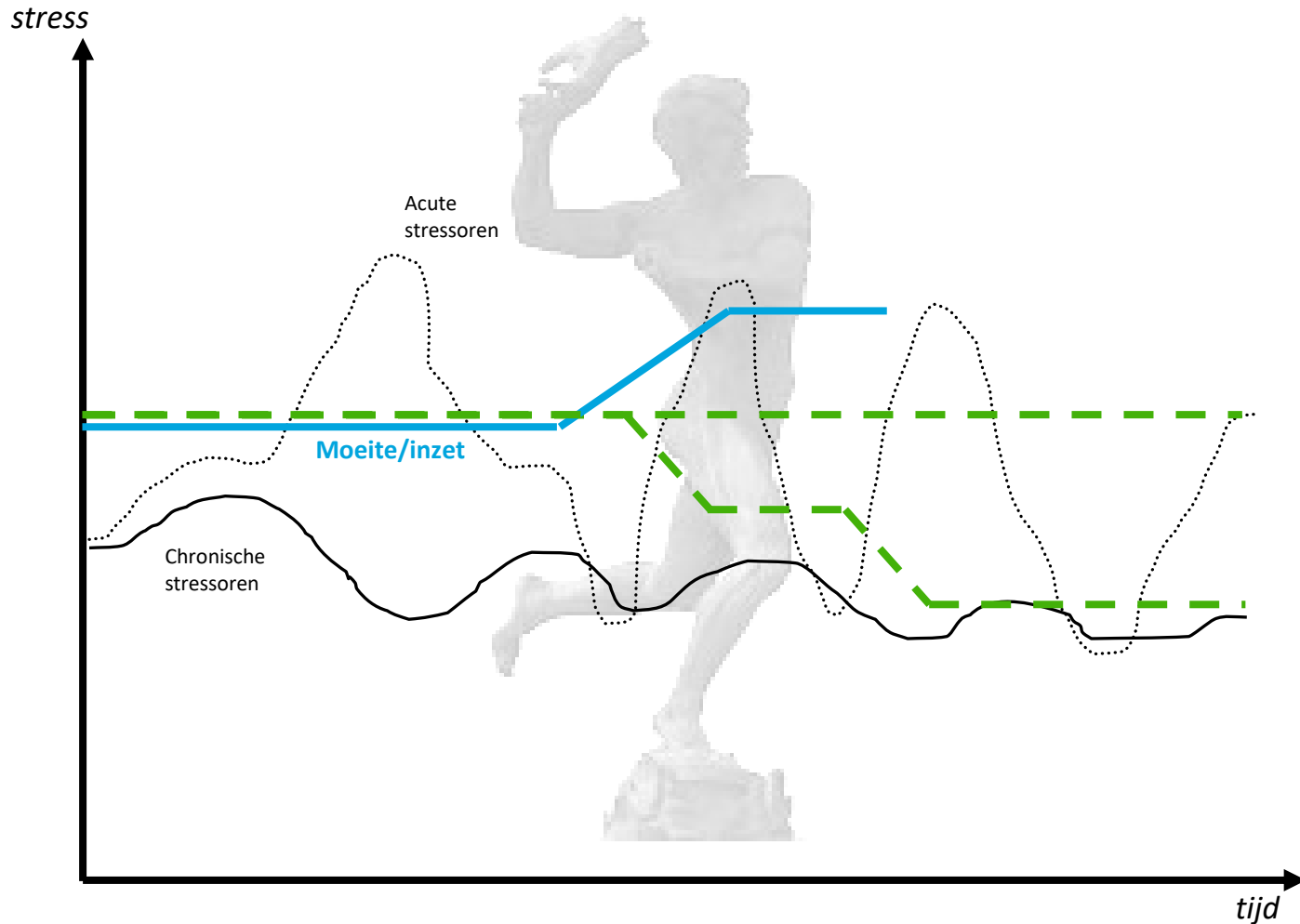
(Schacht, 2004; model van stressweerbaarheid)



Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



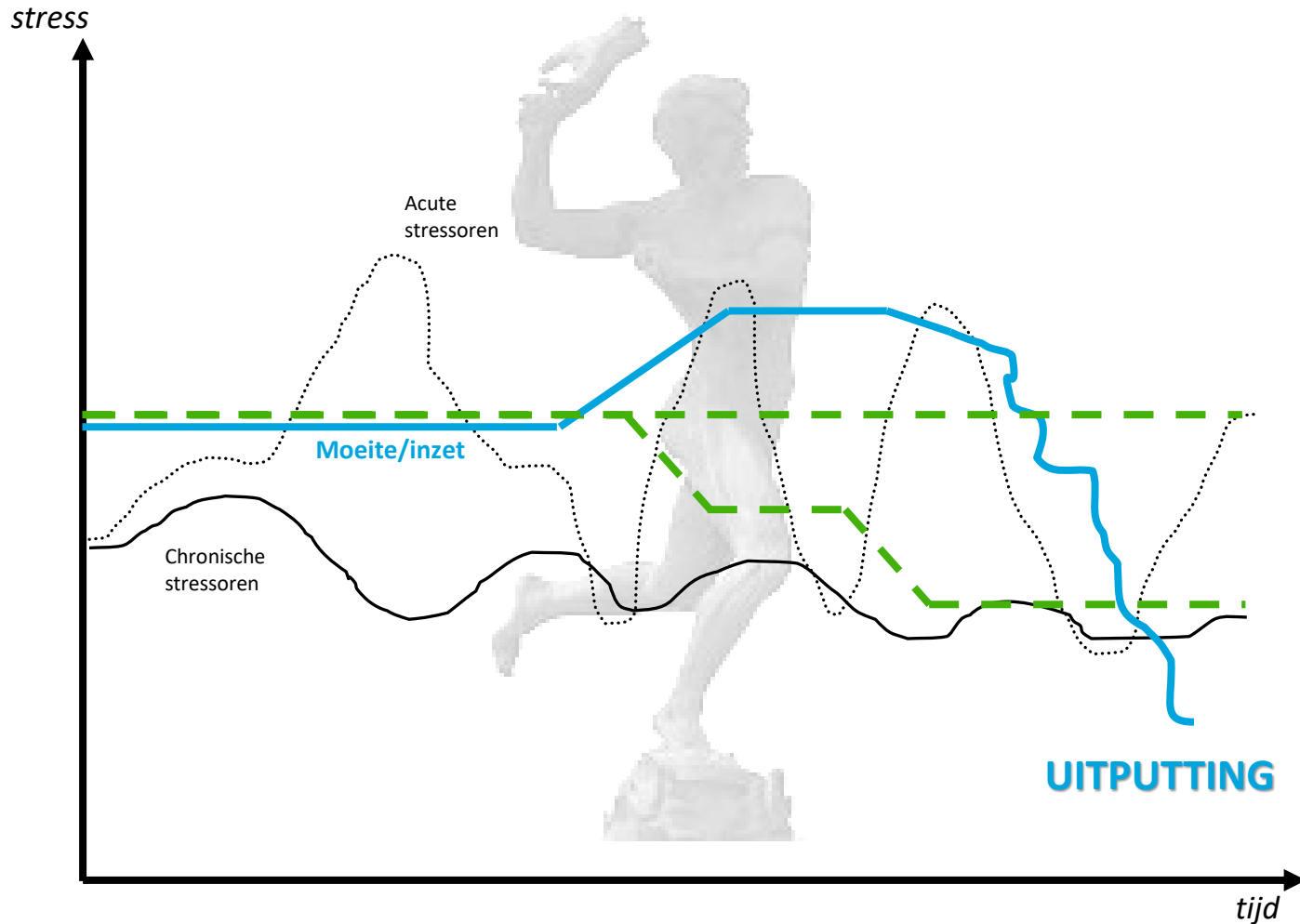
(Schacht, 2004; model van stressweerbaarheid)



Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



(Schacht, 2004; model van stressweerbaarheid)



Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Vormen van stress

Post traumatische stress: ernstige stress ten gevolge van psychologisch trauma of door onopgeloste critical incident stress

Acute traumatische stress: critical incident stress; leidt tot psychologische distress; een normale reactie op abnormale situaties

Cumulatieve stress: stress bouwt op; al moeilijker om meteen te ontspannen; ook fysieke symptomen; angst kan optreden

Algemene stress: na een dag of twee van recuperatie daalt de spanning





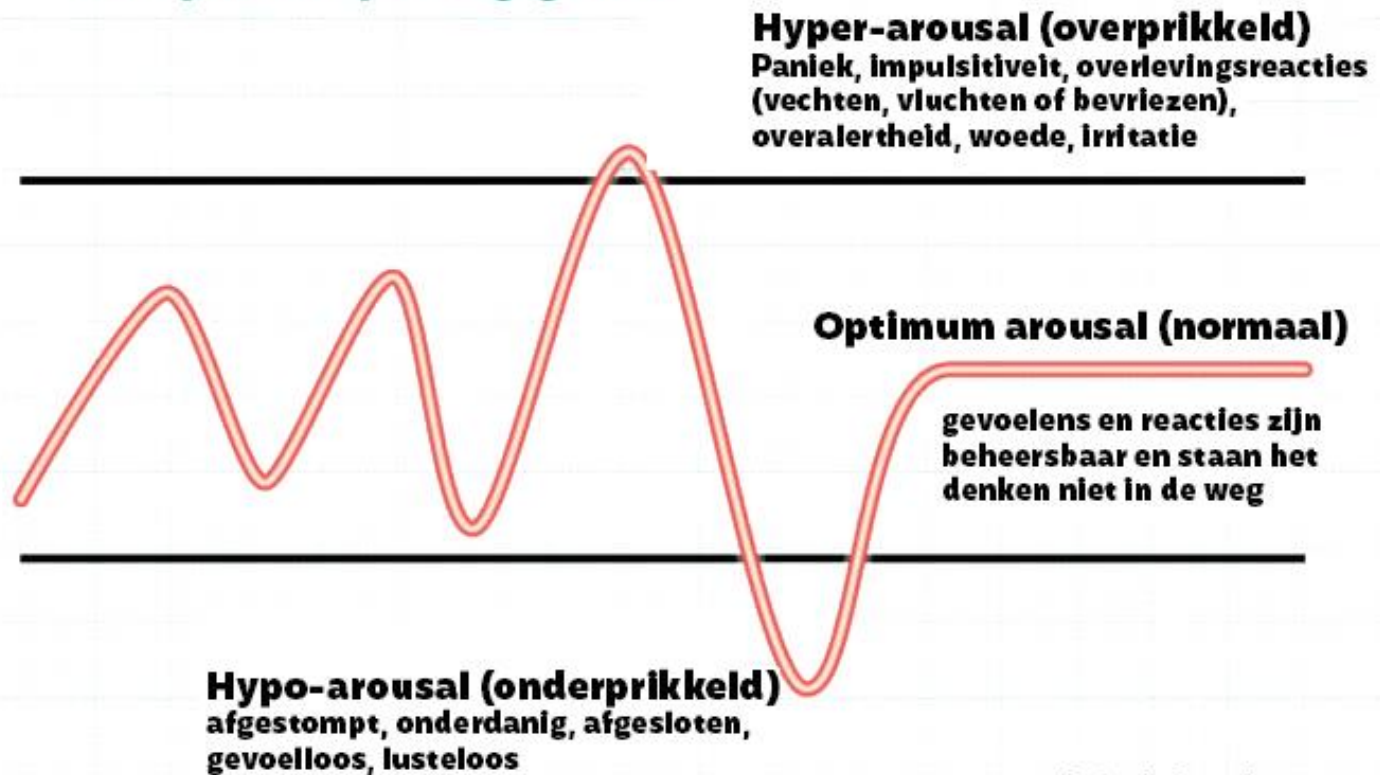
Hoe kunnen we deze impact verklaren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Window of tolerance

Het optimale spanningsgebied



©Psychologie Vandaag
Naar: Siegel (1999)



Hoe kunnen we deze impact verklaren?



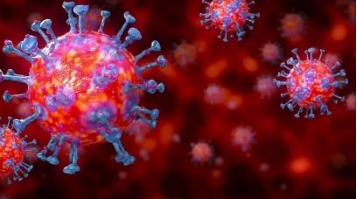
Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Morele distress

Ontstaat wanneer men niet de juiste zorg kan leveren

Waarom zijn onze frontline werkers hiervoor vatbaar?

*“Situaties waarin hulpverleners hun **ethische verplichtingen** niet kunnen nakomen, of ze nalaten de juiste handelwijze te volgen, of **niet voldoen** aan hun **eigen verwachtingen** van wat juist is, om een of meer van de volgende redenen: beoordelingsfout, geen gepaste oplossing of andere omstandigheden die buiten hun macht liggen. ... Ze kunnen daardoor schuldgevoelens, uitputting, bezorgdheid of afkeer voelen. ”*



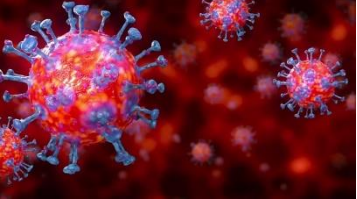
Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Dit is een marathon, geen sprint





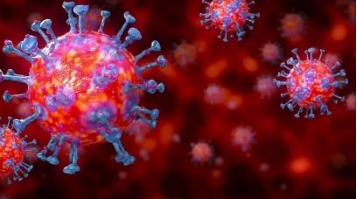
Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Dit is een marathon, geen sprint





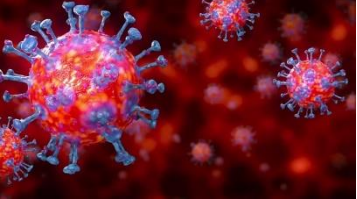
Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Dit is een marathon, geen sprint





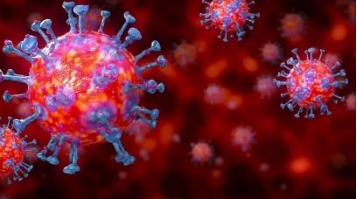
Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Dit is een marathon, geen sprint





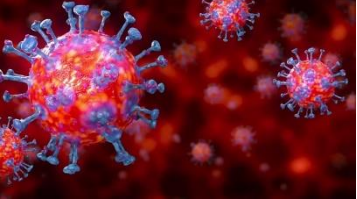
Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Dit is een marathon, geen sprint



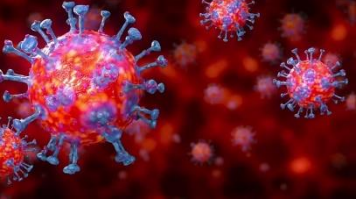


Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?



- Veiligheid en basisbehoeften
- Neem frequent (mentale) pauzes
- (Be)houd een realistisch perspectief (cf betekenis)
- Connecteer met collega's
- Communiceer constructief
- Behoud (actief) contact met familie/vrienden
- Beweeg dagelijks (natuur) en eet gezond

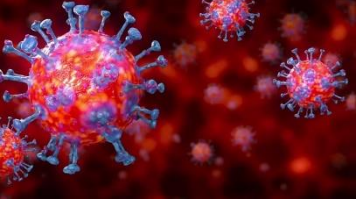
([Kaesemans, Van Hoof, Godderis, & Franck, 2016](#); [Van Hoek, Portzky, & Franck, 2019](#); [Geuens, Van Bogaert, & Franck, 2018](#); WCCBT, 2020; WHO, 2020; CSTS, 2020)



Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?

- **Mindfulness-based interventies** ([Klein et al., 2020](#))
- **Bij overspoeling CODE-protocol: S.T.O.P.**
([Mullarkey, Cervoini, & Gonzalez, 2020](#))
- **Self-compassion** ([Winders, Murphy, Looney, & O'Reilly, 2020](#))
- **Yoga** ([for a review, see Cocchiara et al., 2019](#))





Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?

Bij overspoeling:

CODE: Korte interventie voor stresshantering
bij crisis voor hulpverleners

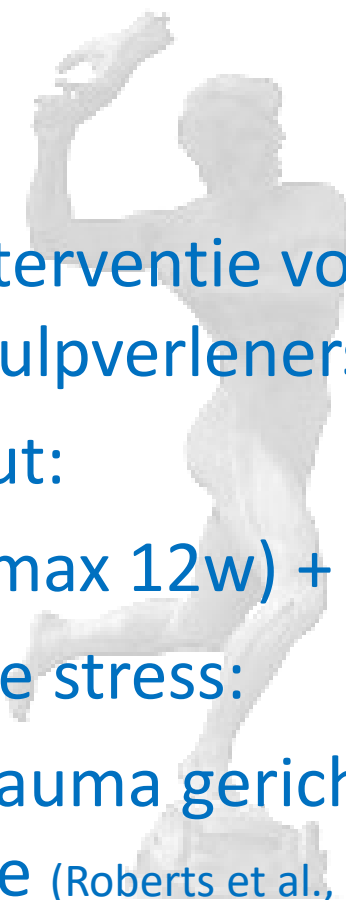
Bij uitputting/burn-out:

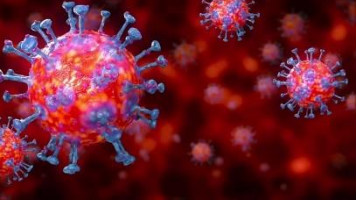
Tijdelijke WO (max 12w) + CGT

Bij Acute traumatische stress:

Kortdurende trauma gerichte cognitieve
gedragstherapie (Roberts et al., 2012; Cochrane review)

EMDR R-TEP





Hoe kunnen we (onze) veerkracht verhogen om de impact te counteren?



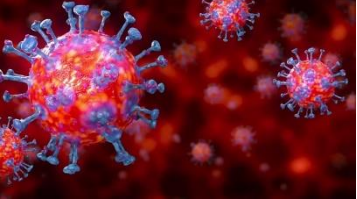
Casus Veerle:

Voldoende opgeleid? Voldoende bescherming? Luisterend oor?
Peer-support? Betekenis? Zelfzorg?

Casus Brigitte:

Gevolg van autonome arousal op de biologische klok (zeker bij
dag/nacht shift) : parasympatische CZS faciliteren: relaxatie,
rustmomenten, beweging, slaap hygiëne bij nachtwerk,
hartcoherentie training, ...

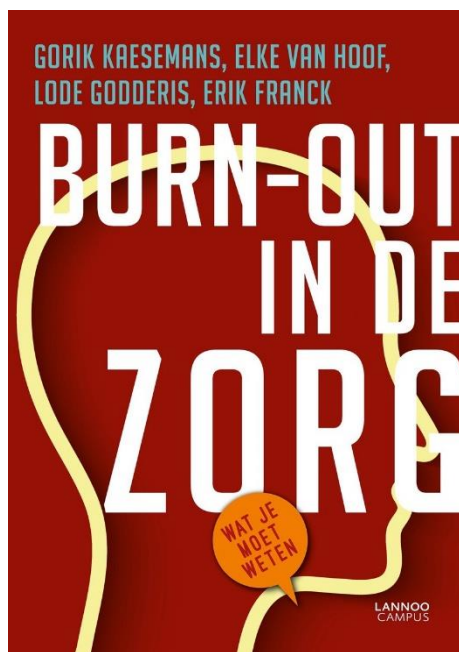




Tot slot

Beetje reclame voor onze studie vanuit Centre for Research and Innovation in Care : https://uantwerpen.eu.qualtrics.com/jfe/form/SV_87aFZ6k9G3apJjv

⇒ Éénmalige bevraging link met specifiek copinggedrag en veerkracht



www.doctors4doctors.be

www.dezorgsamen.be

www.bettermindsatwork.com

www.thehumanlink.be

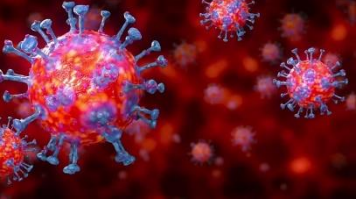
www.vesb.be

<https://www.eoswetenschap.eu/tag/burn-out>

Erik.Franck@uantwerpen.be

Let's connect on

LinkedIn



Vragen



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen



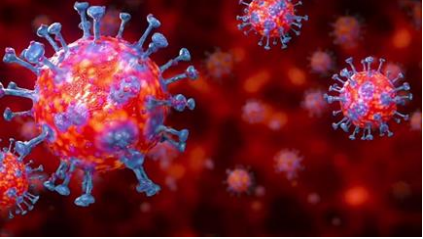


Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Bericht Belgisch Verbond van Psychiaters

Beste medeburgers

Het is in deze tijd van
quarantaine normaal als
u tegen muren, planten of
andere dingen praat.
U hoeft ons pas te bellen
als u antwoord krijgt!



Updates Huisartsen Provincie Antwerpen

Update flash Donderdag 30 April

Stel uw vraag:

Chris.monteyne@uantwerpen.be



Centrum Huisartsgeneeskunde
Vakgroep Eliza
Universiteit Antwerpen