

Effectiviteit van digitale psychologische interventies in lage- en middeninkomenslanden

Waarom dit onderzoek?

De huidige coronacrisis heeft de (geestelijke) gezondheidszorg veranderd. In een mum van tijd moesten behandelingen vooral digitaal plaatsvinden. Dit geldt eveneens voor lage- en middeninkomenslanden (LMI-landen), waar de toegang tot psychiatrische zorgverlening reeds voor de COVID-19-pandemie ontoereikend was. Digitale psychologische interventies kunnen bijdragen aan een verbeterde toegang tot zorg in deze landen en een vermindering van de 'mental health gap'. We bespreken de resultaten van de eerste meta-analyse naar de effectiviteit van online psychologische interventies in LMI-landen.

Onderzoeksvraag

Wat is de effectiviteit van online psychologische interventies in LMI-landen?

Hoe werd dit onderzocht?

Fu e.a. (2020) verrichtten een meta-analyse naar de effectiviteit van digitale psychologische interventies (gedefinieerd als een gestandaardiseerde psychologische interventie aangeboden via digitale kanalen, bijvoorbeeld smartphone, app, website of e-mail) in LMI-landen. De controlegroep bestond uit patiënten die op de wachtlijst stonden, online een gebruikelijke behandeling of online psycho-educatie kregen.

Belangrijkste resultaten

De auteurs includeerden 22 RCT's en vergeleken in totaal 2351 patiënten en 1753 controlepersonen. De gemiddelde leeftijd van de patiënten was

20-35 jaar en de meerderheid van de onderzochte patiëntengroepen voldeed aan de criteria van een depressieve stoornis (MDD) of stoornis in middelengebruik. Studies uit tien geografisch verspreide LMI-landen (waaronder bijvoorbeeld Thailand en Roemenië) werden geïnccludeerd. De psychologische interventies waren inhoudelijk variabel; de meerderheid betrof motivationele gespreksvoering (bij stoornis in middelengebruik) of cognitieve gedragstherapie (bij MDD). Digitale psychologische interventies waren effectiever in vergelijking met controle-interventies (gepoolde effectgrootte: 0,60; NNT: 3). De effectiviteit was vergelijkbaar met die in hoge-inkomenslanden (Hedges g : 0,53) (Barak e.a. 2008). Wel waren er duidelijke verschillen in effectgrootte tussen de studies (I^2 : 74%). Subgroepanalyses verklaarden geen significante verschillen (bijvoorbeeld regio of digitaal medium) in gevonden effectgroottes.

Hoe zal dit onderzoek ons vak veranderen?

Digitale psychologische interventies in LMI-landen blijken effectief en dienen, ook na de huidige pandemie, laagdrempelig ingezet te worden in deze regio's, waar de gebruikelijke geestelijke gezondheidszorg nog erg minimaal is.

AUTEURS

Kaat Hebbrecht

Joeri Tijdink

E-mail: kaat.hebbrecht@student.kuleuven.be

Deze rubriek komt tot stand in samenwerking met De Jonge Psychiater (www.dejongepsychiater.nl).



LITERATUUR

- Barak A, Hen L, Boniel-Nissim M, Shapira N. A comprehensive review and a meta-analysis of the effectiveness of internet-based psychotherapeutic interventions. *Journal of Technology in Human Services* 2008; 26: 109-60.
- Fu Z, Burger H, Arjadi R, Bockting CLH. Effectiveness of digital psychological interventions for mental health problems in low-income and middle-income countries: a systematic review and meta-analysis. *Lancet Psychiatry* 2020; 7: 851-64.