

Digitale zorg

Definitie

Digitale zorg, ook wel bekend onder de term eHealth, is een vorm van gezondheidszorg waarbij gebruik gemaakt wordt van technologie om aan uw gezondheid te werken en/of deze te verbeteren.

Terminologie digitale zorg

Er zijn verschillende termen in omloop die vallen onder de noemer digitale zorg of eHealth:

- E-Zorg
- Telezorg
- Telemedicine
- Zorg2.0
- Zorg op afstand
- Health2.0
- Gezondheid2.0
- E-Mental Health
- mHealth
- Domotica

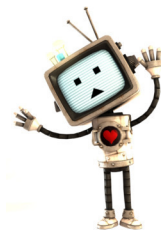
Deze termen worden als synoniem gebruikt van digitale zorg of beslaan een specifiek onderdeel van digitale zorg, zoals mHealth. mHealth verwijst naar digitale zorg via de mobiele telefoon.

Voorbeelden digitale zorg

Digitale zorg beslaat een breed terrein. Vanaf 'serious gaming' tot aan het gebruik van videocommunicatie. Hieronder vindt u enkele voorbeelden.

Serious gaming

Met de term 'serious gaming' wordt het inzetten van een computerspel om te werken aan gezondheid bedoeld. Een voorbeeld hiervan is de '[Moodbot](#)'. Dit spel wordt door GGz-instelling Altrecht ontwikkeld. Het spel heeft tot doel signalen van terugval van mensen met een psychische kwetsbaarheid op te vangen, zodat de hulpverlener hier op tijd op in kan spelen.



Online hulp



Diverse websites bieden mogelijkheden aan mensen te leren omgaan met hun psychische kwetsbaarheid. Deze mogelijkheden kunnen mensen volledig zelfstandig benutten ('Zelfhulp'). '[Kleur je leven](#)' is hiervan een voorbeeld. Op deze website kunnen mensen zonder tussenkomst van een hulpverlener werken aan hun depressieve klachten.

Een andere mogelijkheid is contact met een hulpverlener via een website maar zonder direct face-to-face contact. Dit staat bekend als 'Online behandelen'. '[Grip op je dip](#)' is een voorbeeld van online behandelen. Op deze site kunnen jongeren met depressieve klachten contact opnemen met hulpverleners over hun gevoelens.

Een laatste mogelijkheid is dat er zowel online contact als face to face contact is. Dit is bekend onder de noemer 'Blended zorg'. Hierbij wordt de website (of een andere vorm van digitale zorg) in de behandeling ingezet naast de reguliere face-to-face gesprekken/behandelingen. Het webportaal '[Mijn therapie](#)' is hiervan een voorbeeld. Binnen dit portaal hebben cliënten contact met hun hulpverlener naast de reguliere behandeling en eventueel ook met andere mensen die dezelfde problemen of kwetsbaarheid.

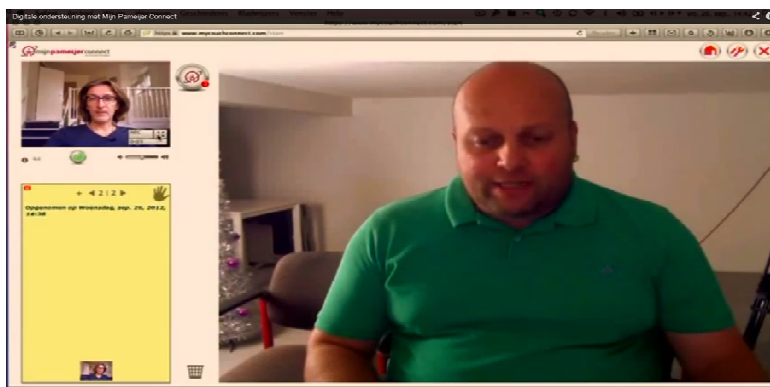
Mobiele apps (mHealth)

Het gebruikmaken van een app via een smartphone waarmee de zorgvrager contact heeft met de hulpverlener. Deze kan gebruikt worden om aan opdrachten te werken binnen de behandeling of notities te maken. Een voorbeeld hiervan is de app die [GGZ Centraal](#) aanbiedt aan mensen met angstproblemen. De cliënt maakt opdrachten, houdt een dagboek bij en kan berichten versturen aan de hulpverlener.



Videocommunicatie

Videocommunicatie is ook wel bekend onder de term videobellen of beeldcommunicatie.



Videocommunicatie betreft het contact met een hulpverlener via een beeldscherm. De hulpverlener in de instelling en de cliënt zijn niet in dezelfde ruimte. De cliënt maakt gebruik van een webcam thuis achter zijn computer. Beide hebben contact met elkaar via hun webcam. [Pameijer](#) is een organisatie die

hiervan gebruikt maakt.