

StayFine: terugvalpreventie van angst en depressie voor jongeren

Suzanne Robbregt, MSc., Bas Kooiman, MSc., dr. Maaike Nauta, dr. Claudi Bockting, dr. Yvonne Stikkelbroek

Probleem

Angst en depressie komen vaak samen voor en zorgen voor de grootste mentale ziektelast bij jongeren.¹ Ze ontstaan vroeg: tot 21 jaar heeft 1 op de 5 ermee te maken.² Daarnaast is er een verhoogd risico op terugval. Binnen 3 jaar valt naar schatting 60% terug.^{3,4} Dit gaat gepaard met een verhoogd risico op suïcide⁵ en chroniciteit.⁶ Tot op heden is er geen Nederlandstalige terugvalpreventie-interventie voor jeugd.

StayFine app als oplossing?

De StayFine app is ontwikkeld om terugval in angst en depressie bij jongeren te voorkomen. De app bestaat uit 2 delen:

1. StayFine monitoring: 6 keer per dag monitoren van gevoelens, gedachten en gedrag met 16 vragen om meer zicht te krijgen op hoe het gaat. Optioneel gebruiken jongeren een wearable.
2. Begeleide en gepersonaliseerde modules: deze zijn gebaseerd op preventieve cognitieve therapie (PCT)⁷ en elementen uit cognitieve gedragstherapie (CGT) zoals exposure en activatie, aangepast voor de terugvalpreventiefase. De nadruk ligt op versterken van positieve gevoelens, gedachten en gedrag. Ter afsluiting wordt een terugvalpreventieplan gemaakt.

Inclusiecriteria

- Angst of depressie in remissie (minimaal 2 maanden)
- 13 t/m 21 jaar

Exclusiecriteria

- Psychose in heden of verleden
- Manische episode in heden of verleden
- Huidig alcohol- of drugsmisbruik
- Vaker dan 2 keer per maand behandeling voor psychische klachten
- Onvoldoende beheersing van de Nederlandse taal



Secundaire uitkomsten

Kernsymptomen angst en depressie (PHQ-4), Aantal keer terugval, duur terugval (K-SADS-PL DSM-5), Depressieve symptomen (BDI), Angstsymptomen (RCADS), Dysfunctionele attitudes (DAS-17), Kwaliteit van leven (EQ-5D), Affect (PANAS-NL), Gedragsactivatie (BADS-SF), Slaap (SRSQ), Stress (PSS-10), Coping (UCL), Experientiele vermijding (BEAQ), Flourishing (MHC-SF), Steun (MSPSS-N), Negatieve levenservaringen, Bruikbaarheid (SUS), Tevredenheid (SSS), Gevoelens, gedachten en gedrag (StayFine Monitoring), Activiteit (Wearable).

Discussie

Het StayFine onderzoek heeft een relatief lange follow-up van 3 jaar, waardoor unieke data wordt verzameld over het verloop van angst en depressie. Ook zal het onderzoek helpen om beter te begrijpen welke jongeren het meest profiteren van terugvalpreventie en welke aanvullende interventies nodig hebben.

Contact

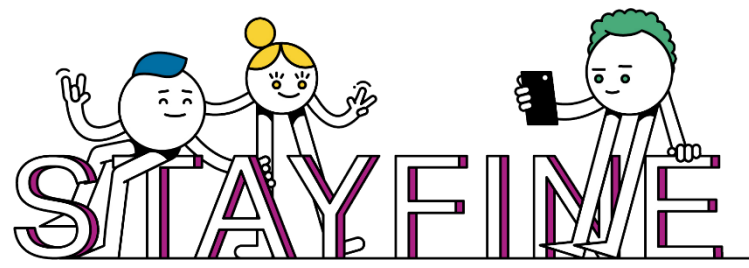
info@stayfine.nl
M: 06-13902366
www.stayfine.nl



Referenties: Vos et al., 2020; 2. Kessler, Berglund, Demler, Jin, Merikangas, & Walters, 2005; 3. Fergusson, Boden, & Horwood, 2007; 4. Essau et al., 2018; 5. Birmaher, Arbelaez, & Brent, 2002; 6. Yonkers, Bruce, Dyck, & Keller, 2003; 7. Bockting, 2009.

Subsidiegevers: ZonMw: (636310007), GGZ Oost Brabant, Accare, RINO Zuid, Rijksuniversiteit Groningen en Centre for Urban Mental Health van de Universiteit van Amsterdam.

Nederlands trial register: NL8237 (Geregistreerd: 15 december 2019). <https://www.trialregister.nl/trial/8237>.



8 modules

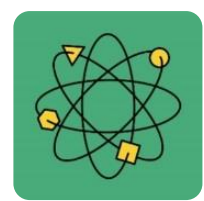
De modules worden op basis van een individueel symptoomnetwerk en een psychologisch paspoort gepersonaliseerd aangeboden aan jongeren. Jongeren gebruiken 6 van de 8 modules.



Informatie



Doen en durven



Denken en Voelen



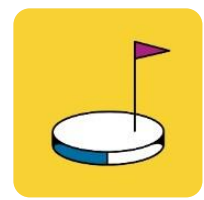
Slaap



Positief denken en voelen



Wellness



Doen en voelen



StayFine plan

Primaire uitkomst

Tijd tot terugval binnen 3 jaar, gemeten met de K-SADS-PL DSM-5.

Onderzoeksoepzet

RCT met 254 deelnemers in 2 condities.

- (1) Experimentele conditie: StayFine monitoring + begeleide en gepersonaliseerde modules + standaard zorg
- (2) Controle conditie: StayFine monitoring + standaard zorg

Jongeren krijgen metingen op maand 0, 4, 12, 24 en 36. Metingen bestaan uit klinisch interview (K-SADS), online vragenlijsten en StayFine monitoring. In de experimentele conditie krijgen jongeren de modules tussen maand 0 en 4.

