

# Geestelijke Gezondheidszorg op internet

Psychische aandoeningen nemen heden ten dage een prominente positie in op de lijst van veel voorkomende ziekten. Eén op de vijf volwassenen heeft op dit moment een psychische aandoening. De sociale en economische gevolgen van deze problematiek zijn enorm. De kosten hiervan bedragen tussen de 25 en de 33 miljard gulden per jaar, aldus de minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) op de onlangs gehouden European Conference on Mental Health 2001 in Rotterdam. Deze conferentie werd georganiseerd door Geestelijke Gezondheidszorg (GGZ) Nederland en het Trimbos-instituut. Een mooie gelegenheid om in het kader van dit themanummer in de rubriek NTVT digitaal daar enige aandacht aan te besteden.

## Startpagina

Wie op internet zijn kennis over de vele aspecten van het geestelijke gezondheidsvraagstuk wil vergroten, kan op de startpagina [geestelijke-gezondheidszorg.pagina.nl](http://geestelijke-gezondheidszorg.pagina.nl) beginnen. Daar wordt een enorme lijst van verwijzingen gepresenteerd naar alle mogelijke onderwerpen die met deze materie te maken hebben. Gelukkig heeft men om te beginnen aan de hand van bekende psychosociale stoornissen een logische ordening aangebracht, maar de eropvolgende lijst van hulpverleningsinstellingen is meerdere bladzijden lang. Dit overziende moet men wel de conclusie trekken dat de geestelijke gezondheidszorg ook op internet een aanzienlijk deel van de beschikbare bandbreedte in bezit neemt.

Onder de kop 'Onderzoekscentra' is het onderwerp van deze bijdrage te vinden, het Trimbos-instituut. Hieronder volgt een compacte beschrijving van dit bekende instituut, dat voorlichting en informatie geeft aan publiek en professionele hulpverleners.

## Het Trimbos-instituut

Met [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl) krijgt men de homepage op het scherm. Deze is in vergelijking met de eerder beschreven startpagina verfrissend van eenvoud. Links staat een niet al te lang menu en in het midden worden de doelstellingen van het instituut omschreven. Het Trimbos-instituut is een onafhankelijk, landelijk kennisinstituut dat de geestelijke gezondheid van mensen wil bevorderen. Het is tegelijk een kennisinstituut en een verlener van diensten zoals het geven van adviezen over kwaliteit en organisatie van de hulpverlening en het bevorderen van deskundigheid van beroepskrachten. Daarnaast doet het instituut wetenschappelijk onderzoek. Ook voor praktiserende tandartsen die onvermijdelijk en in toenemende mate met patiënten met enigerlei vorm van psychosociale stoornissen te maken krijgen, kan de website van het Trimbos-instituut een belangrijke informatiebron vormen.

## Therapie via internet

Een onderdeel van het menu zijn de zogenaamde persberichten die

door het instituut met regelmaat worden uitgegeven. Deze bevatten onder andere een overzicht van de inhoud van het *Maandblad Geestelijke volksgezondheid* (Bohn Stafleu Van Loghum). Een bericht uit dit maandblad gaat over 'Therapie via internet' en vermeldt een onderzoek van een aantal Amsterdamse klinisch psychologen naar een door hen ontwikkelde zelfbehandeling via internet. 'Interapy' blijkt niet alleen voordelen te bieden voor psycho-educatie, screening en effectmeting, maar ook voor de eigenlijke behandeling, althans voor psychotrauma, een fenomeen dat men thans ook op Amerikaanse websites kan vinden naar aanleiding van de traumatische terreuraanslagen van 11 september jl.

Een volgend menu-onderdeel geeft een opsomming van de (uitgebreide) scholing en studiedagen die door het instituut worden georganiseerd. Het zal niemand verbazen dat de verslavingsproblematiek (drugs, drank en gokken) en de bestrijding van depressies ('Grip op je dip') de hoofdmoot hierin vormen. Ook de agenda vormt een lange lijst van studiedagen en presentaties. Voorbeelden die ook voor onze professie interessant zijn in november symposia over 'Wilsbekwaamheid bij ouderen', 'Gedragstherapie voor moeilijk behandelbare mensen' en het congres 'Digitaal gezond' over de rol van nieuwe media in de voorlichting over gezondheid en ziekten.

## Bibliotheek en factsheets

De bibliotheek van het Trimbos-instituut beheert een grote collectie publicaties op het gebied van de geestelijke volksgezondheid, verslaving en genotmiddelen in Nederland. Ook binnen Europa geldt deze collectie als een van de meest toonaangevende en complete. Ook beschikt de bibliotheek over een grote mediatheek met films en videobanden en beheert het een belangrijke historische collectie. Sinds januari 2001 is de bibliotheek door gebrek aan middelen helaas gesloten voor externe gebruikers. Door het ministerie van VWS wordt inmiddels aan een samenwerkingsverband met andere kennisinstellingen gewerkt om de bibliotheek weer open te stellen voor publiek.

De zogenaamde factsheets bevatten belangrijke publicaties over de verslavingsproblematiek en een aantal uitgaven van het VWS over bijvoorbeeld de *Wet onvrijwillige opnemingen in psychiatrische ziekenhuizen* en de uitgave 'Geestelijke gezondheidszorg in beweging'. Uit deze laatste blijkt onder meer dat van alle Nederlanders van 18 tot 65 jaar 41% een of meerdere malen te maken heeft gehad met een psychische stoornis. Toch zijn Nederlanders niet zieker dan inwoners van andere landen; op dit punt bekleeden zij een middenpositie. Angststoornissen, depressie en alcoholproblemen komen het meeste voor. De gevolgen hiervan veroorzaken voor een belangrijk deel de kosten van ziekteverzuim, de arbeidsongeschiktheid en leggen voor een belangrijk deel beslag op het budget van de totale gezondheidszorg.

S.L. Liem, internet-redacteur