

Innovatieve depressiebehandeling met breintraining

Om te komen tot volledig
en langdurig herstel

Nog depressieve klachten of nog niet
volledig opgeknapt na een depressie?
Dan is de HERSTEL-studie mogelijk
iets voor jou.

Door deze nieuwe aanpak kan
mogelijk volledig en langdurig herstel
van depressie bereikt worden.
Daarnaast lever je een belangrijke
bijdrage aan onderzoek.



► www.herstelstudie.nl



Amsterdam UMC



mentaalbeter

dokter
bosman
psychologie van nu



CONTACT

06 - 30 09 97 19

herstelstudie@amsterdamumc.nl

Amsterdam UMC, locatie AMC

Wat houdt deelname in?

START



EINDE

Alle onderdelen van de studie worden online, telefonisch of via beeldbellen uitgevoerd.

Vergoeding: U ontvangt een financiële vergoeding van €25 voor deelname.

Heb jij nog depressieve klachten of ben je niet volledig opgeknapt na een depressie?

Doe mee aan de HERSTEL-studie.

Waarom deze studie?

Ben jij wel eens depressief geweest? Helaas krijgt één op de vijf mensen te maken met depressie in het leven. Hoewel mensen na behandeling - of soms spontaan - kunnen opknappen, blijven veel mensen last houden van restklachten en herstelt één op drie niet volledig na een depressiebehandeling.

Dat zijn dus heel veel mensen elk jaar. Deze groep valt helaas vaker en eerder terug in een depressie.

Wij onderzoeken daarom of preventieve cognitieve therapie voor volwassenen die nog klachten hebben of slechts gedeeltelijk zijn opgeknapt van een depressie (ook na behandeling) beter werkt, wanneer dit gecombineerd wordt met een online breintraining (serious game).

1/5 krijgt een depressie in hun leven.

1/3 van deze groep herstelt niet volledig en heeft restklachten.



Doel: Onderzoeken of mensen met een gedeeltelijk herstelde depressie volledig herstellen door een combinatie van behandelingen: de inzet van een breintraining naast therapie.

Wie kan meedoen?

Deelnemen kan....

- ...als je op dit moment nog depressieve (rest)klachten hebt of deels hersteld bent van een depressie;
- ...als je in de afgelopen 2 jaar een depressie hebt gehad;
- ...als je Nederlands of Engels (redelijk) spreekt;
- ...als je 18 jaar of ouder bent;
- ...of je nu wél of geen antidepressiva slikt; dat maakt niet uit.

Deelnemen kan helaas NIET...

- ...als je op dit moment (hypo)manische klachten hebt of een bipolaire stoornis in de voorgeschiedenis hebt;
- ...als je een psychotische stoornis hebt;
- ...als je elektroconvulsietherapie (ECT) hebt gehad in de afgelopen 12 maanden;
- ...als je een neurologische stoornis hebt.

De behandeling

Preventieve Cognitieve Therapie (PCT)


Alle deelnemers krijgen preventieve cognitieve therapie (PCT), een vorm van terugvalpreventie-training. PCT is een effectieve behandeling waarvan is bewezen dat dit beschermt tegen terugval. In de behandeling is o.a. aandacht voor niet-helpende denkpatronen en wordt stilgestaan bij positieve gevoelens en ervaringen, middels een positief dagboek en inbeelding. Ook wordt een terugvalpreventieplan opgesteld. De sessies van 45 minuten vinden 1 keer per week plaats voor 8 weken. Iedereen krijg dus sowieso een behandeling die werkt.

Online breintraining (serious game)

Omdat veel mensen met depressieve klachten ook problemen hebben met hun geheugen, concentratie of met plannen, combineren wij deze therapie met een soort breintraining. De helft van de deelnemers volgt naast de therapie ook een online breintraining voor 8 weken. Deelnemers spelen tijdens de behandeling 3 keer per week voor 45 minuten computerspellen, zoals bijv. Sudoku of een soort Tetris. Deze spellen passen zich aan qua niveau - om optimaal te profiteren van de training - en worden vaak als leuk ervaren. We doen dit om denkvaardigheden als geheugen, concentratie en aandacht te verbeteren. Uit eerder onderzoek weten we al dat dit werkt. We onderzoeken of het verbeteren van deze denkvaardigheden door de training het effect van therapie versterkt.

Interesse of meedoen?

 06 - 30 09 97 19

 06 - 30 09 97 19

 herstelstudie@amsterdamumc.nl

 www.herstelstudie.nl