

## ACHTERGROND

Chronische obstructieve longziekte (COPD) veroorzaakt een verminderde inspanningscapaciteit en houdt vaak verband met eenzaamheid. Patiënten komen hierdoor in een negatieve spiraal terecht. Dit onderzoek heeft als doel om middels participatief onderzoek in co-creatie een interventie te ontwikkelen voor patiënten met COPD om eenzaamheid te verminderen en fysieke activiteit te bevorderen.

## METHODE

Via participatief actieonderzoek is antwoord gegeven op de vraag: "Uit welke elementen bestaat een in co-creatie ontwikkelde interventie, gericht op het terugdringen van eenzaamheid onder burgers met COPD-klasse C/D in Culemborg?".



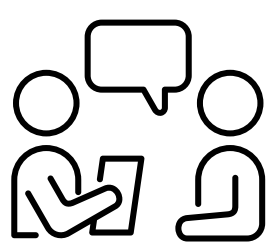
### Groepsgrootte:

20 patiënten met COPD, waarbij 6 patiënten onderdeel waren van de co-creatie sessies



### Focus groepen:

Drie focusgroepen zijn gehouden met COPD patiënten



### Semigestructureerde interviews:

Er zijn 3 semigestructureerde interviews afgenomen bij stakeholders van de gemeente, sportaanbieder en huisarts



### Enquête:

Een enquête is uitgezet voor validatie van de resultaten. 20 patiënten met COPD hebben deze beantwoord

## RESULTATEN

### Beperkende- en bevorderende factoren voor fysieke activiteit en sociaal contact



#### Fysiek:

- ✓ Patiënten met COPD hebben de neiging meer te bewegen als een interventie op maat is gemaakt
- ✗ Een barrière voor fysieke activiteit is een verminderde loopafstand



#### Emotioneel:

- ✓ Plezier aspect in een interventie
- ✗ Patiënten met COPD hebben angst voor exacerbatie en schaamte voor de ziektelast



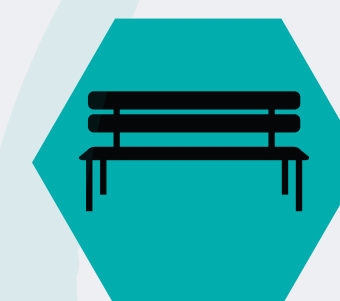
#### Sociaal:

- ✓ Contact met lotgenoten
- ✗ Sociale omgeving van patiënt heeft meer fysieke capaciteit



#### Gedrag:

- ✗ Patiënten met COPD zijn geneigd tot sedentair gedrag



#### Omgeving

- ✓ Een kans voor meer fysieke activiteit en sociaal contact ligt in de aanpassing van de openbare ruimte
- ✗ COPD patiënten brengen veel tijd binnenshuis door, omdat er buiten niet genoeg punten zijn om te rusten of zij deze niet weten te vinden

### Co-gecreëerde interventie:

Een bewegingsroute van het ene straatbankje naar de andere. Hierdoor kunnen patiënten de fysieke capaciteit gemakkelijk verbeteren door een zitplaats verder te lopen. Bovendien worden patiënten gefaciliteerd om buiten mensen te ontmoeten en meer te bewegen.

## CONCLUSIE

De co-gecreëerde interventie moet plezier, contact met lotgenoten en maatwerk bevatten. Daarbij moet rekening worden gehouden met de bereikbaarheid van de interventie en is samenwerking met stakeholders met dezelfde visie van belang.