

# PROEFPERSONEN

## INFORMATIE

### EETSCORE EN

### LEEFSTIJLADVIES



**WETENSCHAPPELIJK  
ONDERZOEK NAAR:**

Eetscore én leefstijladvies:  
betere en gezondere  
(hart)revalidatie?

**UITGEVOERD DOOR:**

Ziekenhuis Gelderse Vallei  
Rijnstate

# Proefpersoneninformatie voor deelname aan wetenschappelijk onderzoek – Eetscore én leefstijladvies: betere en gezondere (hart)revalidatie?

Geachte heer/mevrouw,

U ontvangt deze brief omdat u bent benaderd voor deelname aan wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd bij Ziekenhuis Gelderse Vallei of Rijnstate. Wij doen op dit moment onderzoek naar het gebruik van de Eetscore vragenlijst en leefstijladvies bij patiënten van de hartrevalidatie. Wij willen u vragen om deel te nemen met dit onderzoek. Via deze brief informeren wij u schriftelijk om wat voor onderzoek het gaat, wat het voor u betekent, en wat de voor- en nadelen zijn. Het is misschien veel informatie, deze kunt u rustig doornemen en bespreken met familie, kennissen, vrienden of uw (huis)arts. Daarnaast mag u altijd vragen stellen aan de onderzoekers die aan het einde van deze informatiebrief vermeld staan. Op deze manier kunt u goed geïnformeerd beslissen of u aan het onderzoek wilt deelnemen. Wij willen u erop wijzen dat deelname vrijwillig is. Als u instemt met deelname, vragen we u het toestemmingsformulier te ondertekenen. Het toestemmingsformulier kunt u ondertekenen door middel van de QR-code onderaan deze informatiebrief ([Bijlage 1](#)). Pas na het ondertekenen van het toestemmingsformulier zal de onderzoeker contact met u opnemen om te starten met het onderzoek.

## Achtergrond van het onderzoek

Hart- en vaatziekten behoren tot de meest voorkomende ziektes wereldwijd. Het aantal mensen wat hieraan overlijdt neemt al jaren af door verbeterde acute zorg en behandelingen, dit leidt echter wel tot een toename van het aantal mensen wat leeft met een geschiedenis van hart- en vaatziekten. Ongezond gedrag, zoals te weinig bewegen en een ongezond voedingspatroon zijn verantwoordelijk voor een groot deel van de ziektelast. Bij de behandeling van hart- en vaatziekten verdienen leefstijl en voeding een grotere rol en dat kan bijdragen aan gezondheidswinst. Leefstijl- en voedingsadvies in de zorg kregen vooralsnog maar weinig aandacht, maar met de opkomst van leefstijlketten lijkt daar een verandering in te komen. Desondanks is het lastig voor de arts/zorgverlener om het gesprek over voeding en leefstijl aan te gaan in de spreekkamer. Daarnaast blijkt het veranderen van eetgedrag uitdagend.

De Eetscore, een korte online vragenlijst, is ontworpen om de voedingskwaliteit te beoordelen en gepersonaliseerde adviezen te geven. Een eerder onderzoek liet zien dat enkel persoonlijk voedingsadvies van de Eetscore niet voldoende is om de voedingskwaliteit van patiënten met hart- en vaatziekten te verbeteren. Een onderzoek bij patiënten met ontstekingen aan de darm liet echter zien dat alleen de Eetscore wél effectief was.



Figuur 1. Eetscore (online vragenlijst)

**Probleemstelling:** Het onderliggende probleem is dat hartrevalidatiepatiënten weliswaar weten dat ze hun eetgewoonten moeten verbeteren, maar moeite hebben om dit daadwerkelijk te doen. Het is onduidelijk of de toevoeging van leefstijlbegeleiding kan leiden tot meer duurzame en betere veranderingen in het gedrag en voedingspatroon van patiënten. Er is dus behoefte aan onderzoek

om te bepalen of deze gecombineerde aanpak beter werkt dan alleen het gebruik van de Eetscore. En of de inzet van de leefstijlcoaches de voedingsgewoontes bij deze patiënten verbetert.

**Motivatie:** Door de toenemende druk op de zorg is het noodzaak om de gezondheid en levenskwaliteit van hartrevalidatiepatiënten te verbeteren. De huidige trend laat zien dat het aantal chronisch zieken toeneemt: in 2040 heeft 54% één of meer chronische ziekte. Een ziekte is chronisch als dit niet over gaat. In de toekomst is het daarom niet haalbaar om iedereen zorg te verlenen. Als de combinatie van de Eetscore en leefstijlcoaching nuttig blijkt te zijn, zou dit een waardevolle behandeling kunnen zijn die kan worden toegevoegd aan hartrevalidatieprogramma's in meerdere ziekenhuizen, beginnende met ziekenhuis Gelderse Vallei (ZGV) en Rijnstate. Het zou de gezondheid van patiënten kunnen verbeteren, het risico op één of meer chronische ziekten kunnen verminderen en daarmee de zorgkosten kunnen verlagen door het voorkomen van problemen en herhaling van gezondheidsproblemen.

### Doel van het onderzoek

Het doel van het onderzoek is om inzicht te krijgen in hoe patiënten de Eetscore en het voedingsadvies van de leefstijlcoaches ervaren tijdens de hartrevalidatie. Daarnaast willen we weten of deze gecombineerde aanpak van Leefstijladvies + Eetscore beter is dan alleen het gebruik van de Eetscore, zoals onderzocht in eerdere studies.

### Wie kan deelnemen aan het onderzoek?

U kunt deelnemen als u voldoet aan de volgende criteria:

- Leeftijd  $\geq$  18 jaar;
- Nederlandstalig;
- Beschikking over een e-mailadres en apparaat om de onlinevragenlijsten in te kunnen vullen;

### U kunt helaas niet meedoen als u:

- Niet in staat bent om de onlinevragenlijsten in te vullen;
- Behandeld wordt door een diëtist of specifieke dieetbehandeling (bijvoorbeeld: ondervoeding of eetstoornis);
- Een allergie heeft voor noten, pinda's, vis of koemelkeiwit;
- Een veganistisch dieet volgt;
- Deelneemt aan een ander voedingsonderzoek;
- Deelneemt aan een ander onderzoek wat de uitkomsten van dit onderzoek kan beïnvloeden (bijvoorbeeld een onderzoek waarbij u ook adviezen krijgt over uw leefstijl).

Als u niet zeker bent of u mee kan doen, kunt u dit bespreken met de onderzoekers.

### Hoe wordt het onderzoek uitgevoerd?

Tijdens uw verblijf in uw ziekenhuis bent u gevraagd om deel te nemen aan dit onderzoek. Indien u wilt meedoen vult u het elektronisch toestemmingsformulier in via de QR-code in [Bijlage 1](#). Dit is een eenvoudige en veilige manier om toestemming te geven. Indien u het toestemmingsformulier liever op papier ondertekent, neemt u contact op met het onderzoeksteam die aan het einde van deze informatiebrief vermeld staan. Zij zullen dan het papieren toestemmingsformulier per post naar u versturen met een retourenvelop.



Na ontvangst van uw toestemmingsformulier zal het onderzoeksteam contact met u opnemen om de criteria voor deelname door te spreken zoals hierboven beschreven en een afspraak te plannen met de leefstijlcoach.

Voordat u langsgaat bij de leefstijlcoach vult u twee online vragenlijsten in. Deze vragenlijsten worden één week voor uw geplande consult bij de leefstijlcoach opgestuurd via uw e-mail:

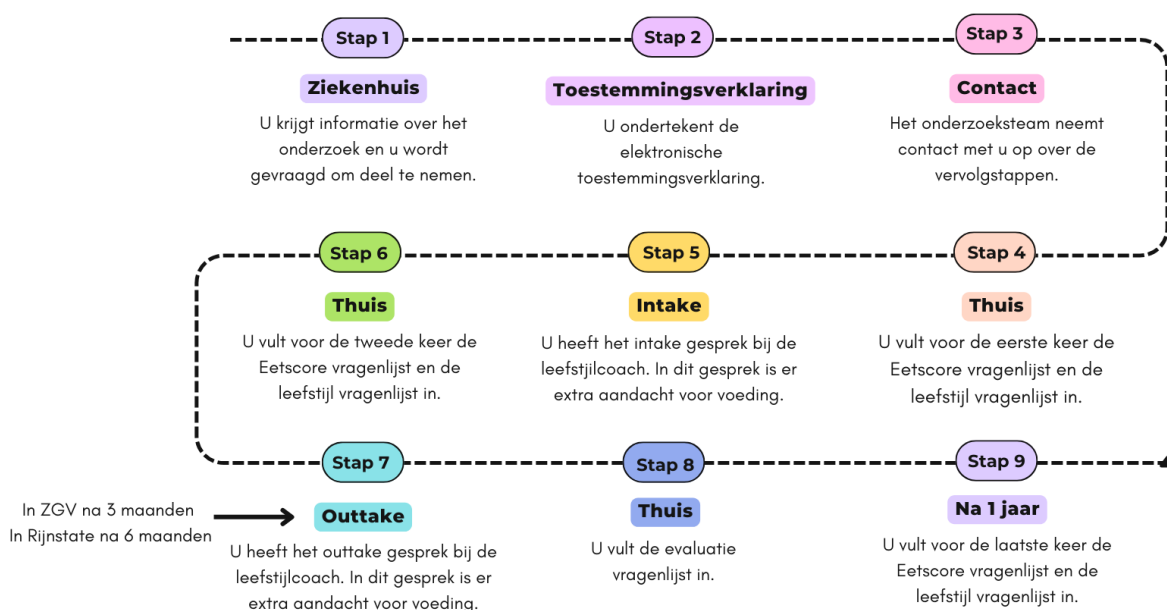
1. **Een Eetscore vragenlijst:** Deze vragenlijst beoordeelt de kwaliteit van uw voeding (dus niet de hoeveelheid). En er rollen automatische persoonlijke adviezen uit op basis van uw ingevulde gegevens. Deze adviezen kunt u doorlezen en gebruiken om uw voeding te verbeteren. Het invullen van deze vragenlijst kost ongeveer 10-15 minuten.
2. **Een vragenlijst over uw leefstijl:** Hierin stellen wij algemene vragen over uw gezondheid en leefstijl en ook of u aanvullende medische zorg krijgt buiten het ziekenhuis om. Het invullen van deze vragenlijst kost ongeveer 10 minuten.

Voor het gratis consult gaat u naar het leefstijlloket (in ZGV) of het Gezondheidsplein (in Rijnstate), waar u een gesprek heeft met de leefstijlcoach. De leefstijlcoach zal u helpen met adviezen en u kunt uw eigen vragen natuurlijk stellen. Een consult duurt ongeveer 40 minuten. Bij dit gesprek is er extra aandacht voor voeding.

Na 3 maanden (in ZGV) of na 6 maanden (in Rijnstate) zal de leefstijlcoach weer een consult met u inplannen. Eén week voorafgaand aan dit consult krijgt u weer dezelfde 2 vragenlijsten opgestuurd (dus de Eetscore vragenlijst en de vragenlijst over uw leefstijl).

Na het consult met de leefstijlcoach zullen wij u een evaluatievragenlijst sturen, om uit te vragen wat u vond van de Eetscore vragenlijst en of het u heeft geholpen. Eén jaar na de eerste vragenlijst zult u van ons nogmaals de Eetscore vragenlijst en de vragenlijst over uw leefstijl krijgen. Zo kunnen wij onderzoeken hoe u er 1 jaar later voor staat.

## Flowchart Eetscore en leefstijl advies



### **Mogelijke voor- en nadelen**

Door deel te nemen aan dit onderzoek, heeft u zelf direct voordeel door de extra zorg rondom leefstijl die we geven. De Eetscore vragenlijst geeft u direct persoonlijke adviezen waarmee u aan de slag kunt om uw kwaliteit van voeding te verbeteren. Daarnaast draagt u bij aan meer kennis over het gebruik van de Eetscore vragenlijst en het leefstijladvies in het ziekenhuis. Uw feedback via de evaluatievragenlijst kan ons helpen om de zorg in het ziekenhuis te verbeteren. Een nadeel is de tijdsinvestering die wij van u vragen. Maar de vragenlijsten zijn op uw eigen tempo in uw thuissituatie in te vullen.

### **Deelname aan het onderzoek**

Deelname aan het onderzoek is geheel vrijwillig. U beslist zelf of u wilt deelnemen. Als u wel wilt deelnemen, kunt u zich altijd bedenken en toch stoppen. Dit kan ook tijdens het onderzoek. U hoeft niet te zeggen waarom u stopt. De gegevens die tot dat moment zijn verzameld, worden gebruikt voor dit onderzoek. Voor algemene informatie over uw rechten bij verwerking van uw persoonsgegevens kunt u de website van de Autoriteit Persoonsgegevens raadplegen. Bij vragen over uw rechten of klachten over de verwerking van uw persoonsgegevens raden we u aan eerst contact op te nemen met de onderzoekers. U kunt ook contact opnemen met de Functionaris voor de Gegevensbescherming van de instelling of de Autoriteit Persoonsgegevens. Voor deelname aan dit onderzoek krijgt u geen financiële vergoeding.

### **Data verzameling en toestemming**

Doet u mee met het onderzoek? Dan geeft u ook toestemming om uw gegevens te verzamelen. We bewaren deze gegevens:

- Uw naam
- Uw geslacht
- Uw geboortedatum
- Gegevens over uw gezondheid
- (Medische) gegevens die we tijdens het onderzoek verzamelen
- De door u ingevulde vragenlijsten

### **Waarom verzamelen, gebruiken en bewaren we uw gegevens?**

We verzamelen, gebruiken en bewaren uw gegevens om de vragen uit dit onderzoek te kunnen beantwoorden. En om de resultaten te kunnen publiceren. Het wordt alleen gebruikt voor onderzoeksdoeleinden. Wij bewaren uw gegevens 15 jaar.

### **Hoe beschermen we uw privacy?**

Om uw privacy te beschermen geven wij uw gegevens een code. Op al uw gegevens zetten we alleen deze code. De sleutel van de code bewaren we op een beveiligde plek in Ziekenhuis Gelderse Vallei of Rijnstate. Als we uw gegevens bewerken, gebruiken we steeds alleen die code. Ook in rapporten en publicaties over het onderzoek kan niemand terughalen dat het over u ging. Alleen de betrokken onderzoekers weten welke code u heeft. U wordt gevraagd hiervoor toestemming te geven. Als u dat niet wilt, kunt u niet deelnemen aan dit onderzoek. Als u besluit deel te nemen aan het onderzoek, verzoeken wij u het elektronisch toestemmingsformulier in te vullen ([Bijlage 1](#)).

### **Wilt u verder nog iets weten?**

Wanneer u vragen heeft over (deelname aan) dit onderzoek, kunt u altijd contact opnemen met één van de onderzoekers uit het team. De gegevens van de betrokken onderzoekers zijn vermeld aan het einde van de informatiebrief.

Alvast hartelijke dank voor uw medewerking.

Met vriendelijke groet, Het onderzoeksteam

**Contactinformatie onderzoeksteam WUR en ZGV**

Rieneke Terink PhD  
*Wetenschappelijk onderzoeker*  
Ziekenhuis Gelderse Vallei  
Willy Brandtlaan 10 | 6716 RP Ede  
E-mail: [rterink@zgv.nl](mailto:rterink@zgv.nl)

Lies Cuppers  
*Projectmedewerker en uitvoerend onderzoeker*  
Alliantie Voeding in de Zorg  
Willy Brandtlaan 10 | 6716 RP Ede  
E-mail: [lcuppers@zgv.nl](mailto:lcuppers@zgv.nl)

Tessa de Smit  
*Diëtist*  
Ziekenhuis Gelderse Vallei  
Willy Brandtlaan 10 | 6716 RP Ede  
E-mail: [tdesmit@zgv.nl](mailto:tdesmit@zgv.nl)

Anne Slotegraaf  
*Wetenschappelijk onderzoeker*  
Ziekenhuis Gelderse Vallei  
Willy Brandtlaan 10 | 6716 RP Ede  
E-mail: [slotegraafa@zgv.nl](mailto:slotegraafa@zgv.nl)

Esther Cruijsen  
*PhD onderzoeker*  
Wageningen Universiteit  
Stippeneng 4 | 7808 WE Wageningen  
E-mail: [esther.cruijsen@wur.nl](mailto:esther.cruijsen@wur.nl)

**Contactinformatie onderzoeksteam Rijnstate ziekenhuis**

Stijn van den Oord  
E-mail: [svandenoord@rijnstate.nl](mailto:svandenoord@rijnstate.nl)

**Onafhankelijke Klachtenfunctionaris Onderzoek**

Indien u klachten heeft over het onderzoek, kunt u dit melden aan de onderzoeker of uw behandelend arts. Wilt u dit liever niet, dan kunt u zich wenden tot de klachtenfunctionaris (mevrouw C.T.M. van Alst of mevrouw mr. J.M.P.B. Stroy) van Ziekenhuis Gelderse Vallei. Zij zijn bereikbaar op werkdagen van 09.00 – 17.00 uur via het telefoonnummer (0318) 43 43 60.

**Functionaris Gegevensbescherming**

De functionaris gegevensbescherming van Ziekenhuis Gelderse Vallei is dhr. J.W.J. Meulenkamp, bereikbaar via het telefoonnummer (0318) 43 38 91 of e-mailadres [functionarisgegevensbescherming@zgv.nl](mailto:functionarisgegevensbescherming@zgv.nl).

## Bijlage 1 – Toestemmingsformulier voor deelname

Het elektronisch toestemmingsformulier kunt u invullen door de QR-code hieronder te scannen:



Indien u deze informatiebrief digitaal heeft ontvangen, kunt u voor het toestemmingsformulier klikken op de volgende link: [https://wur.az1.qualtrics.com/jfe/form/SV\\_eDQIR1ZsBf7iOXA](https://wur.az1.qualtrics.com/jfe/form/SV_eDQIR1ZsBf7iOXA).

Indien u problemen ervaart met de QR-code of de link of hier vragen over hebt, neem dan contact op met het onderzoeksteam, zoals vermeld aan het eind van de informatiebrief.

