

# GLA:D

## Samenvatting antwoorden RNT bijeenkomst 4 april 2019

GLA:D® Back group-based patient education integrated with exercises to support self-management of back pain development, theories and scientific evidence Per Kjaer et al., 2018



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

RESEARCH ARTICLE

Open Access

# GLA:D<sup>®</sup> Back group-based patient education integrated with exercises to support self-management of back pain - development, theories and scientific evidence -

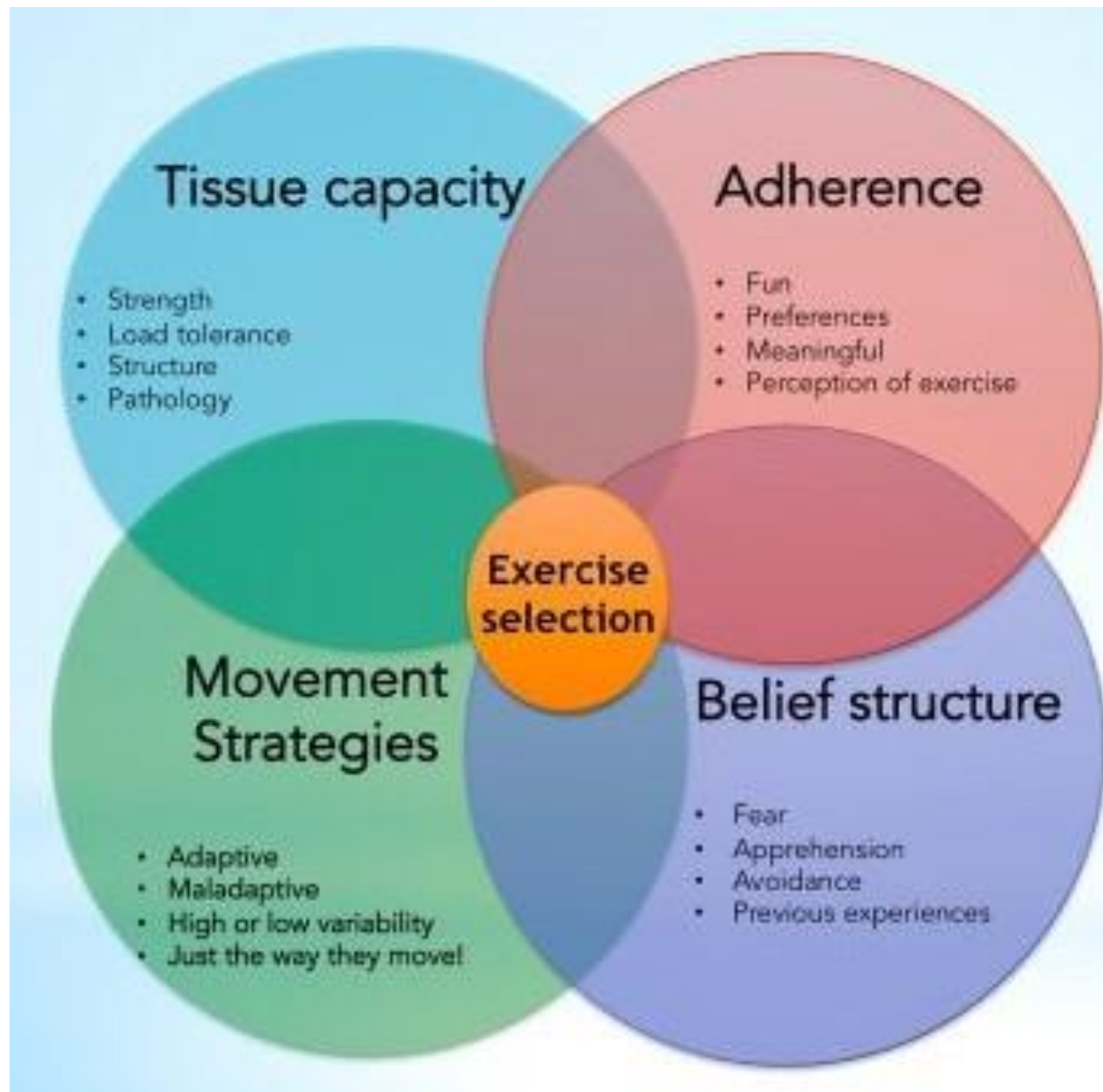


Per Kjaer<sup>1,2\*</sup>  Alice Kongsted<sup>1,3</sup>, Inge Ris<sup>1</sup>, Allan Abbott<sup>4</sup>, Charlotte Diana Nørregaard Rasmussen<sup>5</sup>, Ewa M. Roos<sup>6</sup>, Søren T. Skou<sup>6,7</sup>, Tonny Elmose Andersen<sup>8</sup> and Jan Hartvigsen<sup>1,3</sup>

# Over de 'Change objectives'

- De groep auteurs van GLA:D heeft de literatuur gelezen en heeft onderling gediscussieerd en heeft van daaruit 12 wenselijke doelen gesteld die (volgens hen) voor patiënten met aanhoudende LRP relevant zijn te realiseren.
- Vraag A: Herkennen wij de 'change objectives' / wenselijke doelen?
- Vraag B: Missen we objectives die onze LRP patiënten wel hebben?
- Vraag C & discussie op 4 april 2019 (5 vragen):
  - Hoe stellen we vast of dat wenselijke doel eigenlijk aanwezig is?
  - Hoe beïnvloed dat het plan van aanpak (educatie & oefentherapie)





Er zijn verschillende doelen voor oefentherapie!

# De 5 vraagstellingen:

GLA:D® Back group-based patient education integrated with exercises to support self-management of back pain development, theories and scientific evidence Per Kjaer et al., 2018

1. Op welke wijze stel je vast of er inderdaad sprake is van een tekortschieten op dat te bereiken doel?
2. Formuleer een smart geformuleerde doelstelling voor een patiënt met deze change objects.
3. Op welke wijze ga je oefentherapie toepassen om dat doel te realiseren?
4. Zijn er passende tips uit het bestand: doelen & uitvoering van de GLA:D oefeningen?
5. Is er in jullie groep behoefte aan een GLAD RNT programma?

# Change objective 1

## 1. Quality of Life (2)

- Doel bepaald door pt: 1
- Te breed voor vragenlijst: 1
- RAND 36: 1
- SF-12: 1
  
- Suggestie:
  - RAND-36/SF-36/12



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Change objects

## 2. Self efficacy, and sense of control (2)

- LAZEPS: 1
- Suggestie:
  - LAZEPS
  - General Self-Efficacy Scale



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Change objects

## 3.Self-management (4)

- Uitvraag: 1
- FABQ: 1
- SF-36: 1
- ODI: 1
- Start Back: 1
  
- Suggestie:
  - self-control and self-management scale (SCMS)
  - General health, social functioning and mental health: SF-36
  - Pain interference: IPQ-K



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.



# Change objects

## 4. Pain experience and control over pain (1)

- Start Back Screening tool (SBST): 1
- Ziekte Perceptie vragenlijst (IPQ-K): 1
- FABQ: 1
- NRS: 1
- Pain Coping Inventory (PCI): 1
  
- Suggesties:
  - Pijn coping Inventarisatielijst (PCI)
  - Beliefs about Pain Control Questionnaire (BPCQ)
  - Pain Beliefs and Perceptions Inventory (PBPI)
  - In nabije toekomst: Vragenlijst voor Resilience (= Veerkracht / Interne locus of control)



# Change objects

## 5.Negative thoughts and beliefs (1)

- TAMPA: 1
- FABQ: 1
- Suggesties:
  - Ziekteperceptie vragenlijst (IPQ-K)
  - Back Beliefs Questionnaire (BBQ)
  - Pain Catastrophizing Scale (PCS)



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Change objects

## 6.Structural beliefs (4)

- 4DKL: 1
- Pain Coping Inventory (PCI): 1
- Ziekte Perceptie vragenlijst (IPQ-K): 2
- Pijnkennis toets: 1
- Anamnese: 1
- Start Back: 1
  
- Suggesties:
  - Pijngevolgen model
  - Pijnkennis toets RNT (zie SBTwente project)
  - IPQ-K



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

## Change objective

### 7. Expectations about exact diagnosis and imaging (4) nota bene: Wat omtrent andere 'expectations'?

- Wanneer de pt dit aangeeft in anamnese: 4
- Ik heb een hernia, zwakke rug, erfelijk, reuma: 1
- Verwachting pt: 1
- Suggesties:
  - Pijngevolgen model
  - Verwachting behandel-effect en inhoud:
    - Patients' Expectations Questionnaire (PET)
    - Credibility and Expectancy Questionnaire (CEQ)



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Change objects

## 8. Better interaction with health professionals (4)

- Anamnese: 3
- Vragenlijst: Brief Illness Perception Questionnaire: 2
- FABQ: 1
- Vastleggen verwachting: 3
- Vragen naar ervaring met andere professionals: 2
- Suggesties:
  - Patient-centered interactions: Healthcare Providers and Systems Survey (HCAHPS)
  - Performance indicators physical therapy



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Change objective

## 9. Free and natural movements (4)

- Observatie, hoe verricht pt werk/ADL taken: 3
- PSK (1)
  
- Suggestie:
  - Perceived Competence Scale (PCS)
  - Performancetesten (welke kennen we mbt LRP patienten?)



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Change objects

## 10. Fear of movements (4)

- TAMPA: 3
- FABQ: 4
- Start Back: 1
  
- Suggesties:
  - FABQ
  - TAMPA



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Change objects

## 11. Muscle strength (4)

- Funtioneel, hoe zwaar tillen/dragen, 50 x squat (1)
- Biering – Sörensen test (1)
- Stabilizer (1)
- Hand Held Dynamometer (1)
- Sit to stand (1)
- Oefeningen uit GLA:D beoordelen op uitvoering (1)
  
- Suggesties:
  - HHD
  - Handknijpkracht
  - Performancetesten
  - Trunk muscle endurance testing (zie tests van Stuart McGill)



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.



# Change objects

## 12. Physical fitness (4)

- 1RM uit elke groep (1)
- Stappenteller (1)
- Luomajoki (1)
- Sörensen (1)
- Steep Ramp (1)
- Astrand (1)
- Suggesties:
  - Self-assessed physical capacity analogue scale
  - Steep ramp
  - Gemodificeerde Schober



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

## Is er behoefte aan een GLA:D RNT programma?

- Nee (1)
- Ja (9)
- Interesse in groepsgewijze pijneducatie (2)
- Twijfel of dit een taak van de FT is (1)
- Mooi programma, twijfel over instroom gezien hoeveelheid behandelingen, 16 (1)
- Praktisch moeilijk toepasbaar, twijfel over persoonlijke aandacht (1)
- Zorgen over stijging BI door GLA:D programma (1)



RugNetwerk Twente



Voor het optimaliseren van  
fysiotherapeutisch handelen  
bij LRP patiënten in Twente.

# Oefentherapie

- Progressieve oefentherapie
- Verkennen welke oefentherapie patient prettig vindt
- Krachtsoefeningen/ krachtsuithoudingsvermogen
- Graded exposure
- Graded activity
- Uitleg/educatie/ voorlichting
- Divers bewegen
- Oefentherapie gericht op beperkingen uit ODI/werk/ functioneel
- Sequence training
- Positieve ervaring beweging
- Geen gebruik van “pijn” tijdens oefentherapie



# Oefentherapie

- Circuittraining in groepsverband
- Mindful oefentherapie i.c.m. cognitieve gedragstherapie
- GLA:D Back oefentherapie
- Houding- en beweegadvies
- Fysieke tekortkomingen trainen
- Uitlokken beweging zonder instructies
- Perspectief van het probleem weghalen
- Onbewust laten oefenen
- Lichte oefeningen voor vertrouwen



What: Change objects	How: Interventions
Quality of life	Education, exercises and activity engagement
Self-efficacy, and sense of control	Education and exercise
Self-management Disability	Education and exercise
Pain experience and control over pain	Education and exercise
Negative thoughts and beliefs	Education and exercise
Structural beliefs	Education and exercise
Expectations about exact diagnosis and imaging	Education
Better interaction with health professionals	Education
Free and natural movements	Education and exercise
Fear of movement	Education and exercise
Muscle strength	Exercise
Physical fitness	Education, exercise and physical activity

# Over de 12 gewenste doelen

- Kunnen we er mee instemmen?
- Vinden wij dat ook relevante doelen?
- Kunnen we de doelen uit elkaar houden?
- Kunnen we de doelen vaststellen?
- Missen we relevante doelen?

# Conclusie

- Weinig uniformiteit in methodisch vaststellen deelprobleem
- Weinig uniformiteit in de toegepaste oefentherapie per deelprobleem
- Bij “fear of movement” eensgezind over FABQ en graded exposure
- Terugkerend bij elk deelprobleem:
  - graded exposure
  - educatie
  - functionele oefentherapie
- De change objectives overlappen elkaar deels
- GLA:D oefentherapie algemeen, niet passend bij specifieke change objective
- De meeste leden hebben behoefte aan een GLA:D RNT programma

