

Post-IC

Het Dagboek voor Morgen

Post-IC is een digitaal dagboek dat patiënten en hun naasten ondersteunt tijdens en na een IC-opname.

Het bevordert herstel, vermindert psychologische klachten en versterkt communicatie tussen patiënt, familie en zorgprofessionals.

Video pitch: <https://www.youtube.com/watch?v=yWZLJ3qwZwM>



1. Innovatie & impact

Uitdaging & urgentie

Jaarlijks belanden ruim 80.000 patiënten op de IC. Na ontslag kampen velen met het Post-Intensive Care Syndroom (PICS): angst, depressie, PTSS en geheugenproblemen.

Ook familieleden ervaren vaak langdurige stress (PICS-F). Die nasleep aan spanning en problemen leidt tot hoge maatschappelijke kosten en een grotere zorgvraag.

De innovatie

Post-IC is een digitaal dagboekplatform, toegankelijk via web en app.

Tijdens de IC-opname leggen zowel zorgverleners als naasten gebeurtenissen vanuit hun verschillende perspectieven vast in tekst, foto's en video's. Na herstel kan de patiënt het dagboek vol inzichten en steun gebruiken om ontbrekende herinneringen te reconstrueren – dat ondersteunt de emotionele verwerking van de opname.

Onderscheidend vermogen & impact

- **Personeel:** Post-IC ondersteunt communicatie en verhoogt werkplezier en betrokkenheid van verpleegkundigen (erkend door VWS Actie Leernetwerk als Koploperproject).

- **Kwaliteit van zorg:** in de landelijke IC-richtlijnen wordt het aanbieden van een dagboek aan families geadviseerd.

→ https://richtlijnen database.nl/richtlijn/nazorg_en_revalidatie_van_intensive_care_patiënten/organisatie_van_ic_nazorg_revalidatie_en_herstelzorg.html

- **Patiëntenuitkomsten:** bewezen effect op vermindering van angst, depressie en PTSS.
- **Kostenbeheersing:** minder nazorg, minder heropnames, snellere re-integratie.
- **Duurzaamheid:** volledig digitaal, minder papier en fysieke logistiek.

2. Effectiviteit

Wetenschappelijk bewijs

Meerdere studies (o.a. Erasmus MC, Radboudumc, Erasmus MC Sophia) tonen aan dat IC-dagboeken significante reducties geven in PTSS, angst en depressie bij patiënten en naasten.

→ <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20843344/>
→ <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19050634/>

Kostenbesparing

Preventie van langdurige psychische klachten en heropnames.

3. Implementatie & schaalbaarheid

Implementatieproces (40 uur)

- **Op te starten vanuit ECD** (veilig, AVG-proof, CE-gecertificeerd, single sign-on).
- **Training** van verpleegkundigen & IC-teams.
- **Communicatie- en gebruiksmaterialen** voor patiënten en familie.

Opschaling

- **SaaS-model**, eenvoudig uit te rollen naar nieuwe ziekenhuizen.
- **Gebruiksvriendelijk platform** dat direct inzetbaar is.

→ <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/nicc.12990>

- **Implementatiehandleiding** met trainingen & toolkits.

→ <https://projecten.zonmw.nl/nl/project/dagboek-implementatie-als-opmaat-naar-geintegreerde-interventies-persoonsgerichte-zorg-op>

→ <https://implementationsciencecomms.biomedcentral.com/articles/10.1186/s43058-025-00767-0>



4. Het team

De organisatie achter Post-IC bestaat uit experts op het snijvlak van zorg, innovatie en serious gaming:

- **Games for Health** – ontwikkeling & implementatie.
- **Artsen, verpleegkundigen & onderzoekers** (Erasmus MC, CZE, Zuyderland, MST) – inhoudelijke validatie.
- **Ervaren implementatiepartners** – begeleiding bij opschaling, scholing en borging.

Post-IC beschikt over **>10 jaar ervaring** in zorginnovatie en succesvolle implementatie in ziekenhuizen.

5. Bijdrage IZA

De innovatie draagt direct bij aan meerdere IZA-doelstellingen:

- **Passende zorg:** betere kwaliteit van leven, minder nazorg.
- **Versterken van de eerste lijn:** klachten verminderen vóórdát dure specialistische zorg nodig is.
- **Duurzame inzet van personeel:** meer werkplezier en betrokkenheid van verpleegkundigen, betere communicatie met familie en minder werkdruk.
- **Digitalisering & gegevensuitwisseling:** veilige, schaalbare digitale oplossing.

Implementatie stappen

Implementatie is geen complexe IT puzzel, maar een eenvoudige integratie in bestaande protocollen en tools!

Stap 1

Juridische en privacy voorwaarden

Stap 2

Ondertekenen overeenkomst

Stap 3

IT en toegang instellen

Stap 4

Inbedding in de werkprocessen van de IC

Stap 5

Promotie, training en introductie (launch)

Doorlopend

Evaluatie