

Mindfulness Based Cognitieve training
bij IVF patiënten

Willem Fonteijn
&
Marieke Blokland

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteijn & Marieke Blokland 1

Inleiding

- ☑ Ongewilde kinderloosheid
 - 14% van de paren
 - Emotionele problemen
 - Depressieve klachten
 - Sociaal terugtrekken
 - Rumineren, scala van automatische gedachten met als inhoud de onvervulde kinderwens

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteijn & Marieke Blokland 2

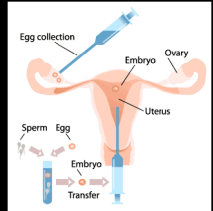
Inleiding

- ☑ **Wie komen er voor IVF in aanmerking?**
 - vrouwen met een tubafactor (afgesloten eileiders);
 - bij ernstige sperma afwijkingen;
 - na 6 x IUI zonder het gewenste resultaat;
 - bij vrouwen met IOF (onvoldoende werkzaamheid van de eierstokken).

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteijn & Marieke Blokland 3

IVF behandeling

- ☑ In vitro fertilisatie, reageerbuisbevruchting



The diagram illustrates the IVF process: 1. Egg collection from the ovary. 2. Sperm and egg are combined in a reagent tube to form an embryo. 3. The embryo is transferred into the uterus.

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteijn & Marieke Blokland 4

Opzet van de training

- ☑ Kleine groepen 4-6 deelnemers
- ☑ Vrouwen die in behandeling zijn voor onvruchtbaarheid (IUI, IVF, ICSI)
- ☑ 3 bijeenkomsten van 1,5 uur
- ☑ 1 follow-up
- ☑ 1 ervaren trainer
- ☑ 1 assistent

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteijn & Marieke Blokland 5

Opzet van de training

- ☑ Ontwikkelen van een neutrale houding tegenover lichamelijke gewaarwordingen, gevoelens en gedachten
- ☑ Oefenen tijdens de bijeenkomsten
- ☑ En thuis 30 minuten verspreid door de dag
- ☑ Uitleg over de oefeningen

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteijn & Marieke Blokland 6

Sessie 1

- ☑ Lichamelijke gewaarwordingen
 - Kennismaking
 - Uitleg van de training
 - 3 vormen van aandacht
 - Rust in jezelf vinden
 - Ademhalingsoefening
 - Concentratie oefening

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
7

Sessie 2

- ☑ Emoties
 - Bespreken huiswerk
 - Uitleg van de sessie
 - Emoties als reacties van het lichaam
 - Herbeleving recente emoties
 - Observatie van het lichaam
- ☑ Loskoppelen van het verhaal

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
8

Sessie 3

- ☑ Gedachten
 - Bespreken huiswerk
 - Uitleg van de sessie
 - Gedachten als interne prikkels
 - Observatie van het denken
 - Denk 1 minuut aan een giraf, denk 1 minuut niet aan een giraf, denk 1 minuut neutraal, etc.
 - Neutraal observeren, leegte ervaren
 - Oefening: effect van gedachte op het lichaam
 - Groepsbespreking

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
9

Sessie 4

Uitwisselen ervaringen
Tips over hoe verder

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
10

Onderzoeksopzet

- ☑ Vraagstellingen
- ☑ Hypothesen
- ☑ Methode
- ☑ Resultaten
- ☑ Discussie
- ☑ Aanbevelingen voor vervolgonderzoek

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
11

Vraagstellingen

- ☑ Zijn er aanwijzingen voor een positief behandel-effect?
- ☑ Zijn er aanwijzingen voor een positief effect op het gerapporteerde welbevinden (mate van klachten en kwaliteit van leven)?
- ☑ Zijn er aanwijzingen dat het positieve effect op het gerapporteerde welbevinden gemedieerd wordt door een toename van de (subjectief ervaren) mate van bewuste aandacht?

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
12

Methode

- ☑ Beschrijvend, verkennend en evaluerend onderzoek met een quasi-experimentele opzet, een enkelvoudige tijdsreeks en herhaalde metingen
- ☑ 105 aanmeldingen voor het onderzoek, uiteindelijk 27 deelnemers aan de training en 44 deelnemers aan de TAU, waarvan er in totaal 3 ge-excludeerd zijn
- ☑ Statistische bewerking middels SPSS/PC+

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
13

Methode (2)

- ☑ Werving deelnemers
- ☑ In- en exclusiecriteria

	Week 0	Week 1	Week 2-7	Week 7	Week 10
Trainingsgroep	intake	Meting 1	training	Meting 2	Boostersessie
TAU-groep		Meting 1		Meting 2	Meting 3

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
14

Vragenlijsten

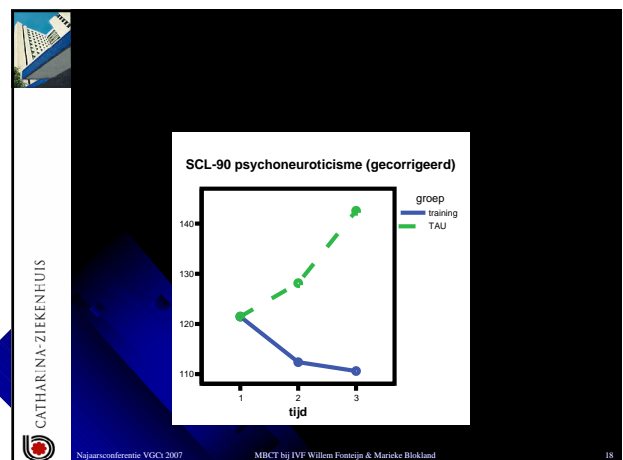
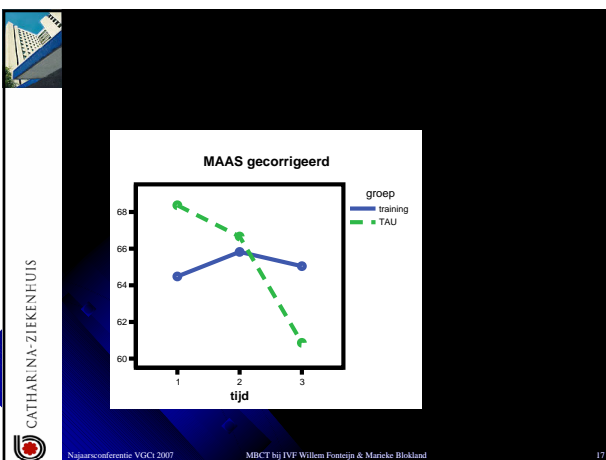
- ☑ SCL-90 (Arrindell en Ettema, 1986)
- ☑ WHOQOL-BREF (De Vries en Van Heck, 1996)
- ☑ MAAS (Brown en Ryan, 2003)
- ☑ Biografische gegevens en ongewilde kinderloosheid/ IVF vragenlijst

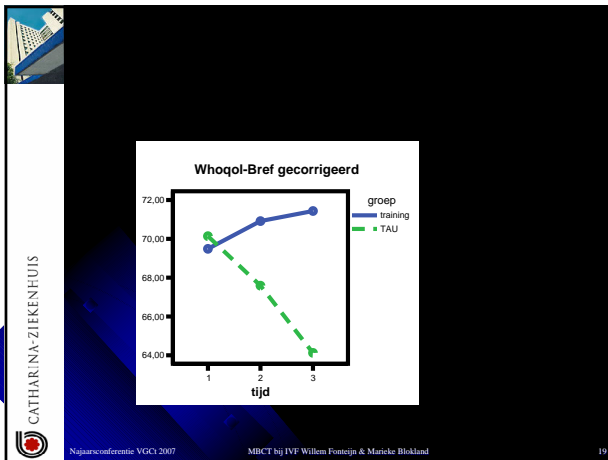
CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
15

Resultaten

- ☑ Voor het overgrote deel van de biografische, kinderloosheid en IVF gegevens zijn er geen verschillen tussen de twee groepen, behalve op de hoogst genoten opleiding (training hoger) en het aantal behandelingen dat men reeds gehad heeft (TAU meer).
- ☑ De trainingsgroep heeft bij aanvang van de training een hogere mate van algemene psychopathologie klachten, angstklachten en depressieve symptomatologie.
- ☑ Er zijn geen verschillen bij aanvang in mate van kwaliteit van leven (en psychische gezondheid) en mate van gerichte aandacht

CATHARINA-ZIEKENHUIS
Najaarsconferentie VGCI 2007
MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland
16





CATHARINA-ZIEKENHUIS

Discussie

- ☑ De training heeft een positief effect op het gerapporteerde welbevinden (klachtenniveau en kwaliteit van leven).
- ☑ De training lijkt geen effect te hebben gehad op de mate van angstklachten, maar wel op de mate van depressieve symptomatologie.
- ☑ Er is gedeeltelijke steun voor de mediatiethypothese van mindfulness: mediatie lijkt aannemelijk voor psychopathologieklachten, maar bij kwaliteit van leven lijken meer aspecten mee te spelen (lotgenotencontact, relaxatie?)

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland 20

CATHARINA-ZIEKENHUIS

- ☑ **Opvallende uitkomsten:**
 - Groepsverschil bij aanvang in mate van klachten, aantal behandelingen.
 - Verschil in verandering op uitkomstmaten bij de 2 groepen.
 - Veranderingen wel significant voor depressieve symptomatologie, maar niet voor angstklachten
 - Geen significant effect voor mate van mindfulness

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland 21

CATHARINA-ZIEKENHUIS

Aanbevelingen voor vervolgonderzoek

- ☑ Randomisering en controle voor effecten van aandacht en lotgenotencontact (Multicenteronderzoek?)
- ☑ Multifactoriale vragenlijst voor meten van mindfulness
- ☑ Verder protocollariseren van de training en trainen van de trainers
- ☑ Grotere groepsgrootte nodig bij gebruik van meer covariaten

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland 22

CATHARINA-ZIEKENHUIS

Voor verdere info

www.cognitieveleertherapie.nl

Najaarsconferentie VGCI 2007 MBCT bij IVF Willem Fonteinj & Marieke Blokland 23

This document was created with Win2PDF available at <http://www.daneprairie.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.