

Zoeken naar houvast

**Zelfmanagement en behoefte aan ondersteuning
bij hypothyreoïdie en restklachten**

Publiekssamenvatting van het onderzoeksrapport masterscriptie
Opleiding gezondheidspsychologie Open Universiteit

Marieke de Reuver-Schuurman, prof. dr. Lilian Lechner,
prof. dr. ir. Liset van Dijk, dr. Esther Bakker

Houten, september 2023

Samenvatting van het onderzoeksrapport

Achtergrond bij het onderzoek

Veel mensen met hypothyreoïdie houden restklachten ondanks normale schildklierwaarden in het bloed. De restklachten kunnen een behoorlijke invloed hebben op het dagelijks leven. Men moet leren omgaan met deze klachten. Dit wordt het zelfmanagement genoemd.

Doelstelling

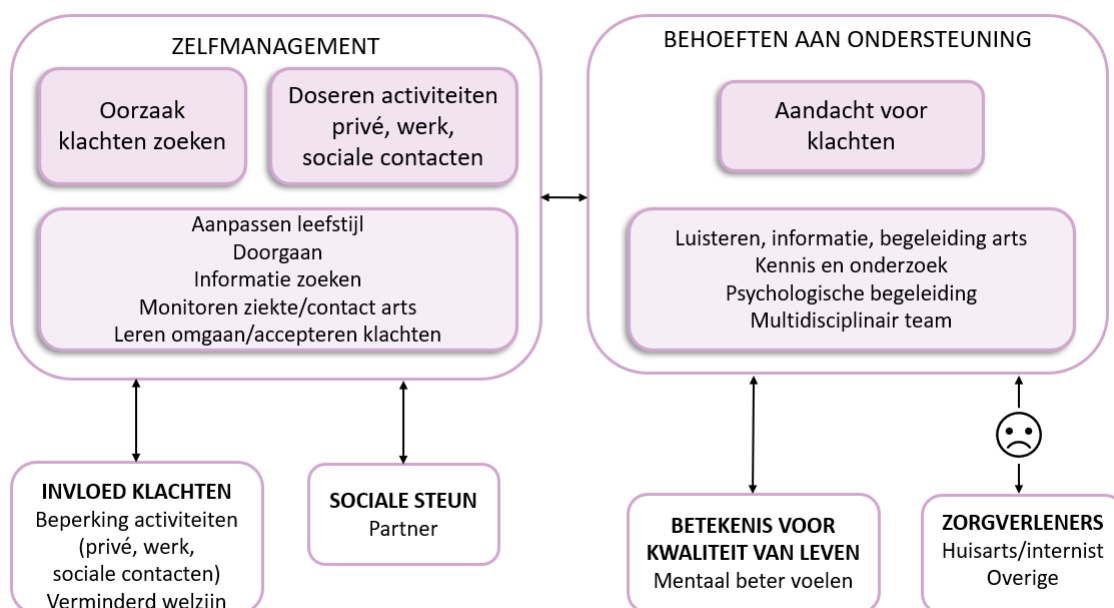
Het doel van dit onderzoek is inzicht verkrijgen in het zelfmanagement van mensen met hypothyreoïdie en restklachten en de behoefte aan ondersteuning.

Methode van het onderzoek

Er werd met 14 vrouwen en vier mannen een online interview van ca. een uur gehouden. De deelnemers zijn geworven via de nieuwsbrief en het magazine van Schildklier Organisatie Nederland. De onderzoeker zocht daarna in de interviewteksten thema's van het zelfmanagement van de restklachten en van de behoefte aan ondersteuning.

Thema's van het zelfmanagement en behoeften

De belangrijkste thema's die uit het onderzoek naar voren komen zijn: deelnemers blijven zoeken naar de oorzaak van de klachten, deelnemers doseren hun energie en activiteiten op alle terreinen van het leven en deelnemers hebben grote behoefte aan aandacht voor de klachten door de arts. Verder passen veel deelnemers hun leefstijl aan zoals minder sporten, zoeken deelnemers naar informatie over de ziekte en behandeling en proberen zij zo goed mogelijk te leven met de klachten. Er is veel onvrede over het contact met de arts en over de behandeling. De deelnemers hebben behoefte aan meer kennis bij de arts en aan begeleiding van een multidisciplinair team.



Conclusie

De conclusie van dit onderzoek is dat de deelnemers steeds op zoek zijn naar de oorzaak van de restklachten. Dit zorgt voor veel onzekerheid en zij zoeken naar houvast bij het zelfmanagement van de klachten. Er is grote behoefte aan aandacht voor de klachten door de arts en aan het meedenken in het omgaan met de klachten, liefst door een multidisciplinair team.

De deelnemers verwachten dat wanneer de klachten serieus worden genomen, dit meer houvast geeft in het zelfmanagement en dat vooral de mentale kwaliteit van leven zal kunnen verbeteren.

Meer informatie

Wilt u meer informatie of wilt u de uitgebreide publiekssamenvatting ontvangen, dan kunt u contact opnemen met de onderzoeker:

Marika de Reuver-Schuurman, marikedereuver@gmail.com.