

Immersive Mental Health

Ontspannen in VR voor PAAZ-patiënten

Geestelijke gezondheid versterken met virtuele omgevingen en wearable technologie



THOMAS
MORE

Doel

We onderzochten de bruikbaarheid en effectiviteit van virtual reality (VR) als ontspannings-tool voor patiënten op de Psychiatrische Afdeling van Algemeen Ziekenhuis (PAAZ) van AZ St. Maarten.

Onderzoeksvragen

- Is VR bruikbaar voor ontspanning?
- Is VR effectief voor ontspanning bij patiënten t.o.v. een controlegroep?

Implementatie

Elke studie werd voorafgegaan door een hands-on workshop om vertrouwd te raken met de VR-interventie en de studieprocedure.

Aanpak

Patiënten in de interventiegroep mochten ontspannen m.b.v. één oefening in VR, en patiënten in de controlegroep volgden 1 maal een ontspanningssessie uit het bestaande aanbod op de PAAZ. De studie bevatte online vragenlijsten rond de mate van ontspanning alsook fysiologische metingen (hartslag) a.d.h.v. sensoren in de VR-bril.

Interventie

Via een VR headset (Pico G3) met daarop de VR-app van het Nederlandse bedrijf Psylaris werd elke deelnemer ondergedompeld in een fictieve strandomgeving met auditieve begeleiding. Een controlegroep volgde de gangbare begeleide ontspanningsoefeningen op de PAAZ.



Partners



Sint-Maarten
algemeen ziekenhuis
emmaüs

 **Psylaris**



Gefinancierd door
de Europese Unie
NextGenerationEU

AGENTSCHAP
INNOVEREN &
ONDERNEMEN



Vlaanderen
is ondernemen

Immersive Mental Health

Ontspannen in VR voor PAAZ-patiënten

Geestelijke gezondheid versterken met virtuele omgevingen en wearable technologie



THOMAS
MORE

Resultaten

- In totaal hebben 23 patiënten deelgenomen, 16 mannen en 7 vrouwen → 11 in de VR-groep en 12 in de controlegroep.
- Gemiddelde leeftijd is 47 jaar.
- Personen uit de VR-groep voelden zich in het algemeen meer ontspannen na de sessie dan personen uit de controlegroep: grotere daling van negatieve gevoelens, spanning, boosheid, depressieve gevoelens, vermoeidheid, spierspanning, en cardiovasculaire symptomen t.g.v. spanning
- Daling hartslag tijdens VR van 5,1 bpm (net niet statistisch significant).

Patiënten vonden het fijn om los te komen van de omgeving door de visuele onderdompeling. De animaties konden weliswaar beter, evenals het draagcomfort. Unaniem stonden patiënten echter positief tegenover het aanbieden van VR-ontspanning op de PAAZ, mits enige verbeteringen. Het zou zeker een meerwaarde zijn voor patiënten die moeite hebben met visualiseren en zou daarnaast bv. gebruikt kunnen worden voor het slapengaan.

Besluit

VR als ontspanningstool is

- Bruikbaar en effectief.
- Goed ontvangen door patiënten, mits praktische aandachtspunten en verbeteringen aan de app.
- Een mogelijke aanvulling op het huidige ontspanningsaanbod.

Adviezen

- Voorzie altijd personeel voor begeleiding doorheen de VR-oefening, aangevuld met voor-/nabespreking.
- Bekijk opties om het huidige ontspanningsaanbod voor patiënten op de PAAZ aan te vullen met VR.
- Zorg voor betere animaties in de app (i.s.m. Psylaris).

