

Cochrane Corner



CEBAM wilt u in deze rubriek laten proeven van Evidence-Based Medicine. Het Belgisch Centrum voor Evidence-Based Medicine (CEBAM), is een onafhankelijk, multidisciplinair en interuniversitair instituut. CEBAM moedigt zorgverstrekkers aan om in hun dagelijkse praktijk gebruik te maken van Evidence-Based Medicine (EBM). EBM betekent dat beslissingen worden gebaseerd op de beste wetenschappelijke studies.

De werking van CEBAM steunt op vier pijlers:

1. Het organiseren van cursussen over EBM
2. Het valideren van klinische praktijkrichtlijnen en methodologisch ondersteunen van Belgische richtlijnontwikkelaars
3. Het bevorderen van het opstellen en verspreiden van Systematische Reviews.
4. Het beschikbaar maken van medische en paramedische wetenschappelijke literatuur door de CEBAM Digital Library for Health (CDLH vzw)

Cochrane

Cochrane is een internationaal netwerk van onderzoekers, gezondheidswerkers, patiënten, zorgverleners en andere mensen met interesse in gezondheid. Cochrane staat voor hoge kwaliteit en betrouwbare informatie. CEBAM is de Belgische tak van deze organisatie.

Cochrane helpt zorgverleners betere beslissingen te maken voor hun patiënten. Beslissen om een bepaalde behandeling wel te geven omdat de patiënt er beter van wordt. Of beslissen om een bepaalde handeling niet (meer) te doen omdat ze meer nadelen dan voordelen oplevert. Dit wordt gebaseerd op een systematisch overzicht van de beste wetenschappelijke studies: de systematische review.

Cochrane Systematische Reviews

Een systematische review is een manier om de resultaten van methodologisch goed opgezette studies over dezelfde klinische vraag te bundelen. Zo mogelijk worden de resultaten van meerdere studies gecombineerd (meta-analyse). Dit heeft als belangrijk voordeel dat het aantal patiënten in de studie toeneemt. Hierdoor kan het effect van een behandeling preciezer worden geschat, preciezer dan als men dit met aparte studies zou doen.

De conclusie van Cochrane Reviews wordt steeds vaker geformuleerd met behulp van de GRADE-indeling. Dit beschrijft de sterkte van bewijsmateriaal in 4 categorieën:

- Hoog: we hebben veel vertrouwen dat het echte effect dichtbij het geschatte effect ligt. Verder onderzoek zal hoogstwaarschijnlijk ons vertrouwen in de inschatting van het effect niet veranderen.
- Matig: het vertrouwen is matig. Verder onderzoek zal waarschijnlijk een belangrijke invloed hebben op ons vertrouwen in de inschatting van het effect en kan deze veranderen.
- Laag: het vertrouwen is laag. Verder onderzoek zal zeer waarschijnlijk een belangrijke invloed hebben op ons vertrouwen in de inschatting van het effect en zal deze waarschijnlijk veranderen.
- Zeer laag: Elke inschatting van het effect is onzeker.





Wat heb ik als kinesi-therapeut aan CEBAM / Cochrane

CEBAM moedigt ook kinesiherapeuten aan gebruik te maken van wetenschap in de dagelijkse praktijk. Cursussen over EBM worden al geregeld door kinesiherapeuten bezocht, en kinesiherapeuten werken regelmatig mee aan systematische reviews. Deze trend is positief en willen we verder uitbouwen. Via uw CEBAM login heeft u toegang tot de CEBAM Digital Library for Health. Hier vindt u ook de Cochrane Library, de database met de volledige teksten van de Cochrane Systematische Reviews.

Een goede manier om te starten met EBM is het lezen van systematische reviews omdat deze een samenvatting geven van de beschikbare kennis over een bepaalde klinische vraag. Vervolgens zou u de conclusie van de review moeten vertalen naar uw dagelijkse praktijk. Zou u in de praktijk dezelfde beslissing nemen? Daartoe houdt u rekening met uw eigen ervaring, de specifieke situatie van de patiënt en zijn eigen voorkeuren. Zo werkt u 'evidence-based'. Indien u afwijkt van de evidence uit de literatuur is het belangrijk om na te gaan waarom dit zo is. En dit kan zeer goed gefundeerd zijn. Dit proces beschrijft een kritische reflectie van het eigen handelen op basis van de wetenschap en dit is zeer leerzaam.

Daarom verschijnt in deze rubriek een samenvatting van een Cochrane Systematische Review. Hiermee willen we kinesiherapeuten stimuleren deze reviews te lezen. Misschien zijn er ook wel die willen meewerken aan het produceren van systematische reviews. We hopen dat deze rubriek hiertoe ook zal bijdragen. ●

In samenwerking met CEBAM, Belgian Branch of the Dutch Cochrane Collaboration (www.cebam.be)

