



**Onderzoek  
Kwaliteit van leven**

30 december 2014

Inhoudsopgave:	blz.
Samenvatting	
1. Inleiding	4
2. Groepskenmerken en werkwijze	5
2.1 Groepskenmerken	5
2.2 Werkwijze	5
2.3 Analyse en rapportage	5
3. Resultaten	6
3.1 Resultaten op de aspecten van kwaliteit van leven (RAND 36)	6
3.2 Resultaten gerelateerd aan de hoofdklacht	8
3.3 Overige resultaten	10
4. Aanbevelingen	14

## Samenvatting

Total Health wil aantonen wat het effect is van voetreflextherapie.

Hiervoor heeft zij VITAsim gevraagd een pilot onderzoek te ontwikkelen en uit te voeren onder 2<sup>e</sup> jaars studenten VoetreflexPlus ®. Voor dit onderzoek werd aan de 2<sup>e</sup> jaars studenten van opleidingsjaar 2013-2014 gevraagd om hun cliënten een 'kwaliteit van leven' vragenlijst te laten invullen, voorafgaand aan de behandelingen (T1) en na afloop van de behandelingen (T2).

Er is gebruik gemaakt van de RAND-36 vragenlijst 'Kwaliteit van leven', die als standaard wordt gehanteerd voor het meten van de effectiviteit van medische behandelwijzen.<sup>i</sup>

Voor T1 zijn 79 vragenlijsten ingevuld en voor T2 40 vragenlijsten.

Hoewel dit aantal beperkt is, is de richting van de resultaten duidelijk:

***Voetreflexbehandelingen hebben een positief effect op de kwaliteit van leven.***

- Over alle aspecten van 'Kwaliteit van leven' is tussen T1 en T2 gemiddeld een verbetering van 35% gerealiseerd.
- De gemiddelde ernst van alle hoofdklachten is tussen T1 (50) en T2 (28) afgenomen met 23 punten (afgerond). Dit is een verbetering van 45%.
- 80% van de respondenten geeft aan dat de hoofdklacht is verbeterd als gevolg van de voetreflexbehandelingen.
- 98% van de respondenten is tevreden of zeer tevreden over de voetreflexbehandelingen.
- 90% beveelt voetreflextherapie aan.

Parameters die de effectiviteit van voetreflextherapie beïnvloeden, zoals bijvoorbeeld het aantal behandelingen, de duur van het behandeltraject, de hoofdklacht, de toegepaste behandelingen en de kwaliteit van de therapeut, moeten nader gevalideerd worden. Dit wordt mogelijk bij grotere aantallen respondenten.

## 1. Inleiding

De opleiding Total Health leidt studenten op tot VoetreflexPlus® therapeut. In het tweede leerjaar van deze 3 jarige opleiding behandelen de studenten een bepaalde cliënt in het kader van de 'behandelplan' opdracht.

Bij de directie van Total Health bestaat de behoefte om aan te tonen wat het effect is dat de tweedejaars studenten behalen met VoetreflexPlus® bij de cliënten die zij behandeld hebben voor het behandelplan. Hiervoor heeft Total Health het onderzoeksbureau VITASim ingehuurd.

Voor dit onderzoek werd aan de tweedejaars studenten gevraagd om hun cliënten een 'kwaliteit van leven' vragenlijst te laten invullen op de site van VITASim. De deelnemende studenten vroegen hun cliënten de vragenlijst in te vullen voorafgaand aan de behandelingen (T1) en na afloop van de behandelingen (T2).

De gebruikte vragenlijst heeft als kern de Nederlandse vertaling van de RAND-36 vragenlijst en meet op een bepaald moment de gezondheidstoestand van de cliënt. De volgende aspecten van gezondheid worden gemeten: Fysiek functioneren, Vitaliteit, Gezondheidsverandering, Sociaal functioneren, Emotioneel functioneren, Algemene gezondheidsbeleving, Mentale gezondheid en Pijnvrijheid.

In de RAND-36 vragenlijst zijn de vragen positief geformuleerd of worden de uitkomsten omgezet naar positieve scores. Dit houdt in dat hoe hoger de score is, hoe beter het op dat aspect gaat met de cliënt.

Naast de vragen over de kwaliteit van leven van de cliënt, werd gevraagd naar de hoofdklacht waarvoor de cliënt behandeling zocht bij deze behandelaar, op basis van een lijst van 15 klachten. Ook is gevraagd naar de ernst van de hoofdklacht.

In dit verslag worden de resultaten van het onderzoek beschreven.

## 2. Groepskenmerken en werkwijze



### 2.1 Groepskenmerken

Vragenlijst T1 is ingevuld door 79 personen.  
Vragenlijst T2 is ingevuld door 40 personen.

	Totaal	vrouw	Man	Nb
Aantal invullers vragenlijst T1	79	65	12	2
Aantal invullers vragenlijst T2	40	36	2	2
Gemiddelde leeftijd T1	45	46	40	
Gemiddelde leeftijd T2	41	44	34	
Periode van invullen	mrt 2014 – nov 2014			



68 % van de cliënten die vragenlijst T1 hebben ingevuld waren voor hun hoofdklacht reeds behandeld door een of meer andere specialist(en).

T1 vraag 14. Bent u voor deze klacht reeds behandeld door andere specialisten?

nee	24 (32%)	
ja	51 (68%)	
Skipped	1 (-1%)	
Not finished	3 (-1%)	

Ook is gevraagd op tijdstip T2 of cliënten *tijdens* de voetreflexbehandelingen ook door andere specialisten zijn behandeld. Voor 23% is dat het geval, voor 78% niet.

T2 vraag 12. Bent u in deze behandelperiode ook door andere (niet voetreflex) specialisten behandeld?

ja	9 (23%)	
nee	31 (78%)	

Wanneer in de toekomst meer data beschikbaar komen, kunnen de verschillen in resultaten tussen deze groepen verder worden geanalyseerd.

### 2.2 Werkwijze

Aan de tweedejaars studenten van de opleiding Total Health werd gevraagd om de cliënten die zij voor hun behandelplan behandelen, voorafgaand aan de eerste behandeling (T1), een vragenlijst in te vullen. Deze vragenlijst staat op de site van onderzoeksbureau VITAsim. De vragenlijst bevat, naast de kwaliteit van leven vragen, ook de vraag voor welke hoofdklacht de cliënt de behandelaar bezoekt en hoe de cliënt de ernst van deze hoofdklacht ervaart op tijdstip T1.

Na afloop van het behandeltraject werd door de studenten aan de cliënten gevraagd om de vragenlijst voor T2 in te vullen. Deze vragenlijst omvat dezelfde RAND-36 vragen als in vragenlijst T1 met daarnaast aanvullende vragen over de ervaring met de voetreflextherapie.

Door de uitkomsten van T1 (voorafgaand aan de behandelingen) te vergelijken met de uitkomsten van T2 (na afloop van de behandelingen) is te zien wat het effect van Voetreflex-Plus® therapie is.

### **2.3 Analyse en rapportage**

De rapportage van dit onderzoek bestaat uit een hoofdrapport (dat u nu leest) en diverse bijlagen met resultaten.

Van alle vragen is de antwoordverdeling (alle antwoorden van alle respondenten) gerapporteerd in een basisrapport <sup>ii</sup>.

Meer inzicht ontstaat door de uitkomsten te koppelen aan de kenmerken van de cliënten en aan de (hoofd-) klacht. Daarmee wordt zichtbaar voor welke klachten en cliënten Voetreflex-Plus® therapie meer of minder geschikt is. Ook kunnen analyses worden gemaakt van het effect van het aantal behandelingen en de duur van het behandeltraject.

Deze analyses zijn gemaakt met behulp van analysesoftware DI-Diver en zijn in de vorm van Excelsheets in aparte rapportages weergegeven <sup>iii</sup>.

### 3. Resultaten

Inzake de resultaten dient te worden vermeld dat dit onderzoek een pilot betreft onder 2<sup>e</sup> jaars studenten van de opleiding Voetreflexplus van Total Health. Er is sprake van een beperkte ervaring bij het geven van voetreflextherapie en een beperkt aantal cliënten dat de vragenlijsten heeft ingevuld. Conclusies moeten daarom genuanceerd worden bekeken. De resultaten van het onderzoek geven echter wel inzicht in de beleving van deze groep cliënten en het potentieel van voetreflextherapie.

#### 3.1 Resultaten op de aspecten van kwaliteit van leven (RAND 36)

De gemiddelde scores op de 'kwaliteit van leven' aspecten op T1 en T2 staan weergegeven in tabel 1. Deze scores zijn de scores van 40 cliënten die de vragenlijst voor zowel T1 als T2 hebben ingevuld. De scores van de vragenlijst (5 punts-schaal) zijn volgens de in RAND-36 voorgeschreven methodiek getransformeerd naar een 100-puntsschaal (de toelichting staat in het bijlagenrapport). Hierbij betekent 100 een goede kwaliteit van leven en 0 een slechte kwaliteit van leven. Hoe hoger de score, hoe beter het met de betrokkenen gaat.

Aspect van kwaliteit van leven	T1	T2	verschil	
			verschil	%
Fysiek functioneren	75	85	10	13
Sociaal functioneren	65	85	20	31
Rolbeperking fysiek	50	80	30	60
Rolbeperking emotioneel	60	90	30	50
Mentale gezondheid	66	78	12	18
Vitaliteit	48	64	16	33
Pijn	64	78	14	22
Algemene gezondheidsbeleving	55	65	10	18
Gezondheidsverandering	45	78	33	72
<b>Totaal/gemiddelde</b>	59	78	19	35

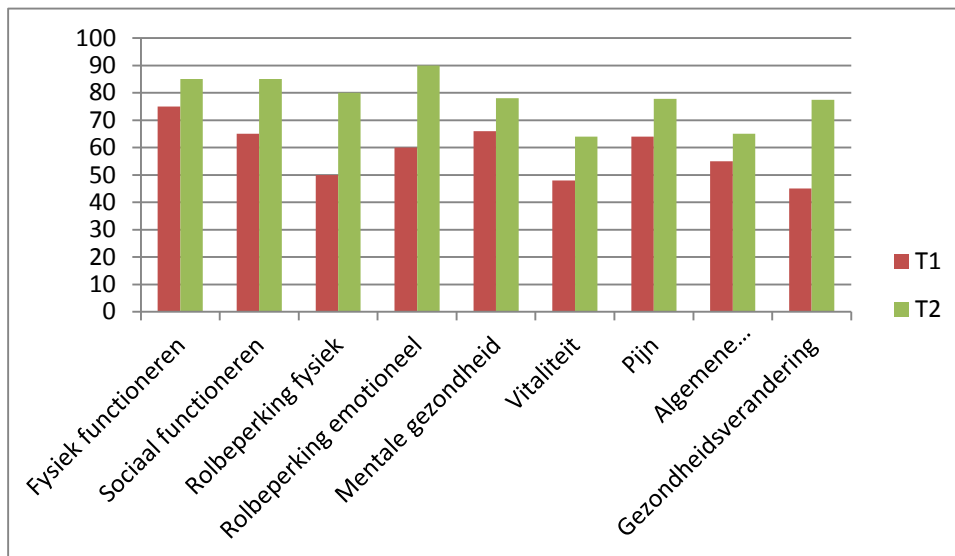
Tabel 1. De gemiddelde scores op de 'kwaliteit van leven' aspecten op T1 en T2, de verschillen tussen T1 en T2 en de procentuele verandering op T2 ten opzichte van T1, gebaseerd op 40 respondenten.

Toelichting:

Alle veranderingen op de aspecten van de 'kwaliteit van leven' tussen T2 en T1 zijn verbeteringen. De gemiddelde procentuele verbetering op T2 ten opzichte van T1 is 35%.

Grote verbeteringen zijn zichtbaar op het gebied van 'Rolbeperking fysiek' (met 60% verbeterd) en 'Emotionele rolbeperking' (met 50% verbeterd).

Het aspect 'Fysiek functioneren' is met 13% weliswaar het minst verbeterd, maar laat wel een vooruitgang voor de cliënt zien.



Figuur 1. Overzicht van de gemiddelde score op de aspecten van Kwaliteit van Leven op T1 en T2

De procentuele verbeteringen variëren van 13% voor het aspect ‘Fysiek functioneren’ tot 72% voor het aspect ‘Gezondheidsverandering’.

Deze laatste betreft de vraag hoe cliënten hun gezondheid beoordelen in vergelijking met een voorgaande periode en is dus een directe vraag naar de gezondheidsbeleving van de cliënt op dat moment. Deze is tussen T1 en T2 spectaculair verbeterd. Dit beeld wordt direct zichtbaar als je de betreffende vraag, beantwoord op T1 en T2, onder elkaar zet:

T1: vraag 2. In vergelijking met een jaar geleden, hoe zou u nu uw gezondheid beoordelen?

veel beter	0 (0%)	
iets beter	11 (14%)	
ongeveer hetzelfde	39 (51%)	
iets slechter	25 (32%)	
veel slechter	2 (3%)	
Skipped	2 (-1%)	

T2: vraag 2. In vergelijking met het begin van de voetreflexbehandeling, hoe zou u nu uw gezondheid beoordelen?

veel beter	13 (33%)	
iets beter	19 (49%)	
ongeveer hetzelfde	6 (15%)	
iets slechter	1 (3%)	
veel slechter	0 (0%)	
Skipped	1 (-1%)	

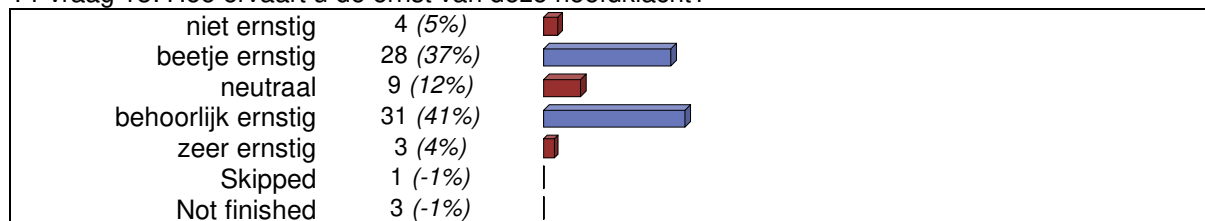


### 3.2 Resultaten gerelateerd aan de hoofdklacht

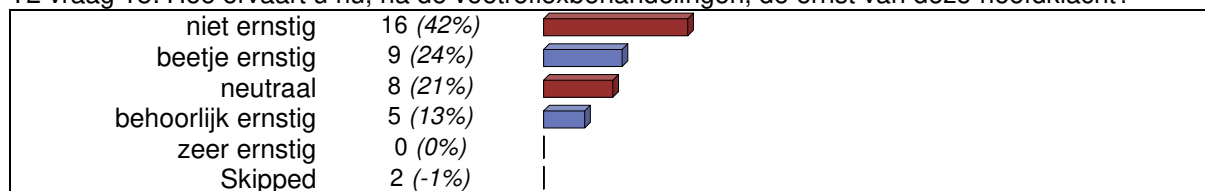
Er is een duidelijke verbetering zichtbaar in de beleving van de ernst van de hoofdklacht voor en na de voetreflexbehandelingen. Op T1 beoordeelt 45% van de respondenten de hoofdklacht als behoorlijk ernstig of zeer ernstig. Op T2 is dit percentage gedaald naar 13%.

Het aantal respondenten dat de hoofdklacht als niet of een beetje ernstig beleefd, is tussen T1 en T2 gestegen van 42% naar 66 %.

T1 vraag 13: Hoe ervaart u de ernst van deze hoofdklacht?



T2 vraag 18: Hoe ervaart u nu, na de voetreflexbehandelingen, de ernst van deze hoofdklacht?



Tabel 2 bevat een overzicht van de ernst van de klachten, zoals de cliënten deze ervoeren op T1 en op T2. Tevens is zichtbaar gemaakt welke veranderingen zijn gerealiseerd tussen T1 en T2 als gevolg van de voetreflextherapie.

100 is maximaal ernstig en 0 is helemaal niet ernstig.

Hoe hoger de score, hoe ernstiger de cliënt de klacht ervaart.

nr	Hoofdklacht T1	Ernst klacht T1	Invul- lers T1	Ernst klacht T2	Invul- lers T2	Ver- schil	Vershil %
	<i>Totaal</i>	50	79	28	40	-23	-45
1	Allergie	50	4	0	1	-50	-100
2	Blaas en nieren	75	2	50	2	-25	-33
3	Bewegingsapparaat	40	13	25	13	-15	-38
4	Centraal zenuwstelsel	63	2	50	1	-13	-20
5	Darmen	50	2	8	3	-43	-85
6	Gynaecologie	63	2				
7	Hart- en vaatziekten	75	1	0	1	-75	-100
8	Hormoonstelsel	40	5	33	3	-8	-19
9	Huid	63	3				
10	Keel, neus, oren en ogen	25	1				
11	Luchtwegen	50	3	25	3	-25	-50
12	Lever en galblaas	25	1	75	1	50	200
13	Maag	83	3				
14	Psychische klachten	43	3	13	2	-30	-71
15	Stofwisseling	75	1				
16	Andere klacht, niet in deze lijst	50	30	28	10	-23	-45

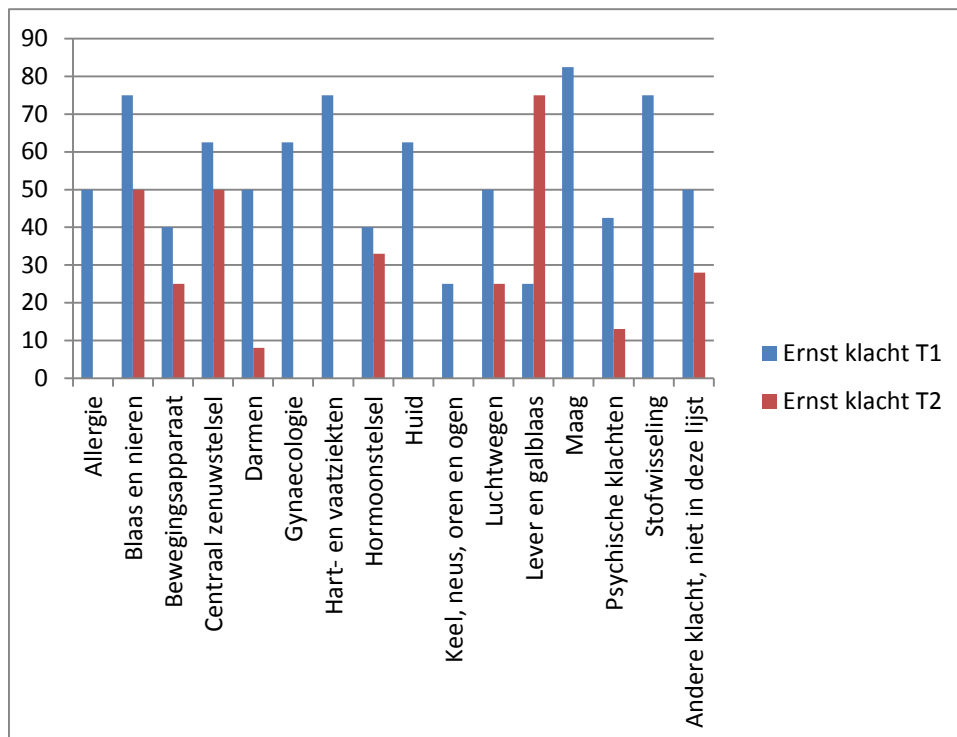
Tabel 2. Ernst van de klachten op T1 en T2, het verschil daartussen en de procentuele verandering op T2 ten opzicht van T1.

Toelichting:

Hoewel het aantal respondenten per klacht gering is, kan op basis van deze resultaten wel geconcludeerd worden dat voetreflextherapie in het algemeen een positief effect heeft op het verloop van de hoofdklacht.

Met uitzondering van de 'Lever en galblaas', is de beleefde ernst van de klachten verminderd.

De gemiddelde ernst van alle klachten op T1 was 50. De gemiddelde ernst van alle klachten op T2 was 28. Dit betekent een absolute afname van 23 (afgerond) en een gemiddelde verbetering van 45% ten opzichte van T1.



Figuur 2. Overzicht veranderingen per klacht op T2 versus T1

Voor 'Allergie' en 'Hart en Vaatziekten' zijn de klachten op T2 gereduceerd tot nul en daarom is geen ernst van de klacht voor T2 zichtbaar in de grafiek.

Voor 'Gynaecologie', 'Huid', 'Keel, neus en oren', 'Maag' en 'Stofwisseling' zijn er wel data voor T1, maar niet voor T2.

Alleen voor de klacht Lever en Galblaas is de beleving van de ernst van de klacht toegenomen (van 25 naar 75).

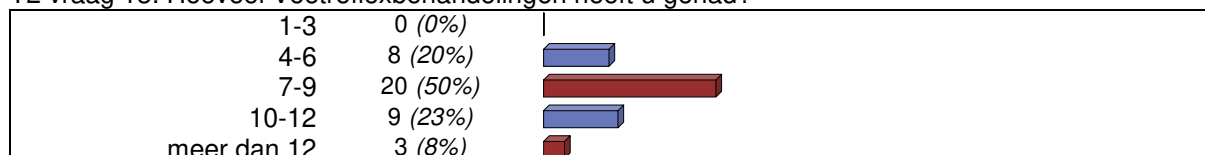
Op basis van de resultaten kan worden gesteld dat de voetreflexbehandelingen sterk hebben bijgedragen aan de kwaliteit van leven van de betreffende cliënten.

### 3.3 Resultaten gerelateerd aan het behandeltraject

#### 3.3.1. Aantal behandelingen

De verdeling van het aantal behandelingen staat hieronder weergegeven.

T2 vraag 13. Hoeveel Voetreflexbehandelingen heeft u gehad?



In tabel 3 zijn de scores op de aspecten van 'Kwaliteit van leven' op T2 gerelateerd aan het aantal voetreflexbehandelingen.

Op basis van het aantal respondenten in dit onderzoek kunnen geen harde conclusies worden getrokken inzake het effect van het aantal behandelingen op de kwaliteit van leven. Maar toch lijkt het erop dat de categorie 4-6 behandelingen effectiever scoort dan de andere categorieën.

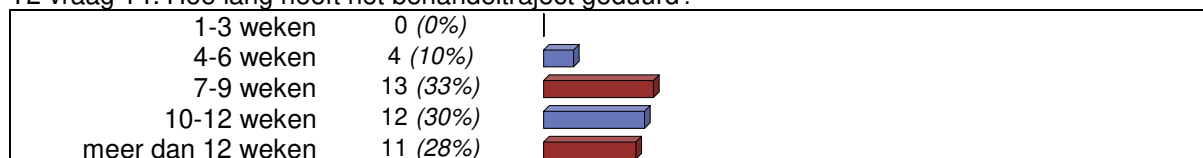
Aantal behandelingen	4 tot 6	7 tot 9	10 tot 12	meer dan 12	Totaal / Gemiddeld
<i>Invullers</i>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>40</b>
Fys functioneren T2	95	80	90	90	85
Soc functioneren T2	88	83	85	80	85
Rolbeperking fysiek T2	100	70	70	70	80
Rolbeperking Emo T2	90	90	90	90	90
Mentale gzhd T2	82	80	76	76	78
Vitaliteit T2	74	64	58	66	64
Pijn T2	87	76	84	62	78
Alg gzhd beleving T2	68	65	63	80	65
gzhd verandering T2	78	75	90	75	78

Tabel 3. Scores op de aspecten van 'kwaliteit van leven' op T2 gerelateerd aan het aantal behandelingen. Uitleg score: 100=zeer goed; 0=zeer slecht, dus hoe hoger hoe beter.

### 3.3.2 Duur van het behandeltraject

Ook is geïnventariseerd hoe lang het behandeltraject heeft geduurd. 96% van de behandeltrajecten duurde 7 weken of langer.

T2 vraag 14: Hoe lang heeft het behandeltraject geduurd?



In tabel 4 zijn de scores op de aspecten van 'kwaliteit van leven' op T2 gerelateerd aan het aantal weken dat een behandeltraject heeft geduurd.

Hier lijkt wel een tendens zichtbaar, namelijk dat het maximale effect van voetreflextherapie wordt bereikt in de periode van 7 tot 9 weken. Daarna nemen de scores af, met uitzondering van het aspect fysiek functioneren.

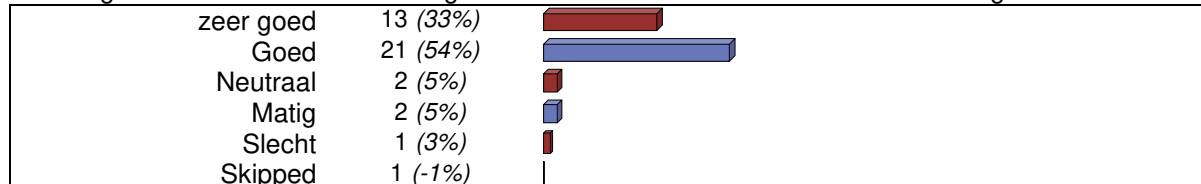
Aantal weken behandeltraject	4 tot 6	7 tot 9	10 tot 12	meer dan 12	Totals
Invullers	4	13	12	11	40
Fys functioneren T2	95	85	90	80	85
Soc functioneren T2	88	88	88	75	85
Rolbeperking fysiek T2	100	90	70	70	80
Rolbeperking Emo T2	100	80	90	90	90
Mentale gzhd T2	86	78	78	76	78
Vitaliteit T2	86	66	66	54	64
Pijn T2	84	82	82	71	78
Alg gzhd beleving T2	75	65	68	60	65
gzhd verandering T2	93	75	83	75	78

Tabel 4. Aspecten van 'kwaliteit van leven' op T2 gerelateerd aan het aantal weken dat een behandeltraject heeft geduurd. Score: 100=zeer goed; 0=zeer slecht, dus hoe hoger hoe beter.

### 3.3.3 Beleving resultaat door de cliënt

Aan de respondenten is gevraagd hoe men dacht over het resultaat van de voetreflextherapie. 87% van de respondenten beoordeelt het resultaat van de voetreflexbehandelingen als goed of zeer goed.

T2 vraag 15: Hoe beoordeelt u het algemene resultaat van de voetreflexbehandelingen?



Bij deze vraag werden door de cliënten de volgende toelichtingen gegeven:

Er is bij mij geen vooruit gangen geboekt met de behandeling. Het blijkt uit ziekenhuis onderzoek dat er bultjes op mijn longen zitten en deze worden nu verder onderzocht. Ook uit bloed onderzoek blijkt dat mijn melk- zuur niet goed is, afgelopen maandag en vandaag heb ik allerlei onderzoeken gehad in groningen. Ik denk zelf dat voetreflexbehandeling er niets aan kan doen dat ik weer slechter wordt. ik ben een gevoelig persoon alles goed willen doen voor een ander, maar sinds de behandelingen ben ik feller en soms ook boos ben nu aan het worstelen met me zelf. had ook veel last van hoofdpijn is wat minder geworden. tijdens menstruatie nu wel heftiger de hoofdpijn. mijn darmen zijn op het moment wat rustiger

Mijn buikpijn + diarree (=hoofdklacht) zijn verdwenen! Ik heb daarnaast een constante energiepeil in plaats van meerdere 'suikerdips' op een dag. Verder heb ik wat 'emotionele' hobbels uit de weg geholpen. Tot slot (alsof het nog niet genoeg was), heb ik mijn levenstempo verlaagd. Dit heeft ook goede uitwerking op o.a. privé en werklevens.

Dat is dat mijn gewrichten veel minder pijnlijk zijn. Ik heb gisteren zelfs de grasrandjes geknipt! Ook heb ik de afgelopen weken veel beter geslapen omdat ik meer ontspannen was, heerlijk!

ik dacht dat voetreflex zweverig was maar door de behandelingen heb ik gemerkt dat het iets teweeg bracht zowel emotioneel als lichamelijk er was verbetering en ik kreeg inzicht in de samenhang van mijn klachten met emoties

Mijn gevoelens zijn helderder geworden. Ik ben weer eerlijker over wat ik voel. Dus ook eerlijker als ik me slechter voel.




Ik kwam er steeds rustig en ontspannen vandaan. Net wat ik nodig had. Ik heb last van duizelingen een ernstige huiduitslag. Waarschijnlijk door stress.

De pijn is helemaal weg. En ik kan alles weer doen.

Klachten zijn veel minder en als ze nog voorkomen dan korter en minder heftig. Bovendien hebben de behandelingen effect op mijn algehele welbevinden: meer rust en zowel lichamelijk als geestelijk. Mijn menstruatie is regelmatiger geworden, waar ik heel blij mee ben. Verder is de pijn in mijn rug aanzienlijk verminderd. Dit heb ik gemerkt tijdens het sporten, maar ook tijdens het werken. Minder stijfheid in spieren en gewrichten. Beter doorbloeding. Nog bewuster geworden door de behandelingen  
Meer energie, meer zicht op eigen functioneren, levendiger, meer zin in het leven, minder lichamelijke klachten. Het enige wat niet verbeterd is is het oorsuizen.  
minder vermoeid, levenslustiger, kan en wil daardoor meer ondernemen  
Helaas niets  
Ik voel me sterk en energiek. Een rugklachten meer.  
minder last van mijn onderruggeleerd buikademhaling  
Hormonaal wat rustiger geworden en de darmen ook  
soms waren er periodes dat het ietsjes beter ging, maar ook periodes dat het hetzelfde was.  
Duizelingen zijn weg! Hoofdpijn is ook grotendeels weg!  
pijn in de hiel is veel minder, tijdje zelfs helemaal niets meer gevoeld.  
Geen migraine meer gehad, vitaler, fitter, weer zin om dingen te doen.  
In zijn geheel voel ik mij beter, sterker, krachtiger en positiever.  
minder pijn in de rug en beter slapen  
geen opmerking  
korte termijnen van positieve opwellingen, energie, levenslust  
Frequentie van migraine (dus minder vaak migraine/hoofdpijn)  
mijn klacht mbt drukkend gevoel van de keel is verdwenen  
Minder buikpijn. Meer rust/regelmaat in leven.  
minder pijn en stijfheid in handen en voeten  
minder pijnlijke armen en blaasproblemen.  
Bijna geen hoofdpijnen meer, zelden!  
bracht ontspanning en gaf energie  
Weer opgang zijn van menstruatie  
geen hoofdpijn na intensief sporten  
geen druk meer op de onderrug  
Geen benauwdheid meer  
Minder last van pms  
Niks  
Meer energie, rustiger slapen, veel minder hoofdpijn




Voor 80 % van de respondenten is de hoofdklacht verbeterd door de voetreflexbehandelingen. 21% geeft aan dat er geen veranderingen zijn en bij niemand is de klacht verslechterd.

T2 vraag 19: In hoeverre is uw hoofdklacht volgens u verbeterd door de voetreflexbehandelingen?

in grote mate verbeterd	19 (49%)	
in enige mate verbeterd	12 (31%)	
geen veranderingen	8 (21%)	
enigszins verslechterd	0 (0%)	
ernstig verslechterd	0 (0%)	
Not finished	1 (-1%)	

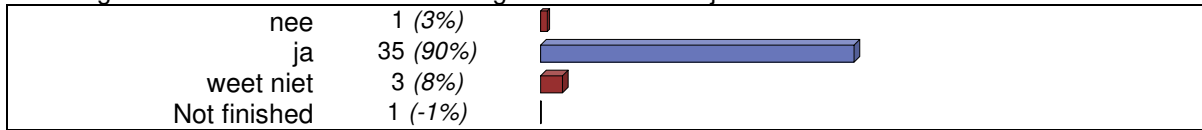
98% van de respondenten is tevreden over de voetreflexbehandelingen.

T2 vraag 20: Hoe tevreden bent u over de voetreflexbehandelingen?

zeer tevreden	28 (72%)	
tevreden	10 (26%)	
neutraal	1 (3%)	
ontevreden	0 (0%)	
zeer ontevreden	0 (0%)	
Not finished	1 (-1%)	

90% van de respondenten zou de voetreflexbehandelingen aanbevelen. 8% weet dit niet en 3% zou voetreflextherapie niet aanraden.

T2 vraag 21.: Zou u voetreflexbehandelingen aanbevelen bij uw vrienden en bekenden?



Het totaalbeeld is dat voetreflextherapie heel positief wordt beoordeeld door deze groep respondenten.

Hierbij dient de kanttekening te worden gemaakt dat deze respondenten in de meeste gevallen niet hebben hoeven betalen voor de behandelingen, omdat het behandeltraject deel uitmaakt van de opleiding.

In dit kader is het ook interessant om in een vervolgonderzoek de resultaten van de studenten te vergelijken met die van de afgestudeerde VoetreflexPLus therapeuten.

### 3. Aanbevelingen

Dit pilot-onderzoek laat zien dat voetreflextherapie effectief is.

In welke mate parameters zoals bijvoorbeeld het aantal behandelingen, de duur van het behandeltraject, de hoofdklacht en eigenschappen van de therapeut, deze effectiviteit beïnvloeden, kan nader onderzocht worden wanneer meer data beschikbaar komen.

Daarom is afgesproken de pilot te verlengen voor het studiejaar 2014-2015. Het streven daarbij is dat een groter aantal studenten mee zal doen aan het onderzoek, waardoor meer data van cliënten beschikbaar komen, zowel voor T1 als T2. Studenten en docenten worden gestimuleerd om een bijdrage te leveren aan het onderzoek. Hiervoor worden de resultaten van het onderzoek 2013-2014 gepubliceerd op de website van Total Health en is een toelichting behandeld tijdens lessen van het 2<sup>e</sup> jaar.

Daarnaast zal het onderzoek worden uitgebreid naar de Alumni van Total Health Voetreflexplus.

Hiervoor kan in principe dezelfde werkwijze worden gehanteerd. De vraag hierbij is hoe de alumni het beste kunnen worden bereikt en gestimuleerd om mee te werken aan het onderzoek. Op basis van het alumnibestand van Total Health kan een mailing worden gestuurd met de resultaten van het pilotonderzoek en een uitleg over het belang van verder onderzoek. De resultaten worden tevens op de website van Total Health gepubliceerd. Alumni kunnen zich vervolgens aanmelden voor deelname aan het onderzoek. Dit is op vrijwillige basis. In de toekomst zou een eventuele certificering kunnen worden verbonden aan deelname aan het onderzoek.



## Eindnoten

---

<sup>i</sup> Zee, K. van der; Het meten van de gezondheidstoestand met RAND 36; Noordelijke centrum voor gezondheidsvraagstukken, Rijksuniversiteit Groningen; ISBN 90 72156 60 9;

<sup>ii</sup> Basisrapport Onderzoek Kwaliteit van Leven; VITASim; 30-12-2014

<sup>iii</sup> Doorsneden Onderzoek Kwaliteit van leven; VITASim; 29-12-2014