

Development and efficacy of online guided self-help targeting psychological distress in cancer survivors

A.M.H. Krebber, C.R. Leemans,
P. Cuijpers, I.M. Verdonck-de Leeuw

Background

Head and neck cancer worldwide

- Incidence: 640.000
- Prevalence psychological distress: 20%

Psychosocial care

Literature

- Proven effective in cancer patients
- Head and neck cancer often not involved in research

Psychosocial care

In clinical practice

- Models of delivery of psychosocial care do not meet current demand (psychologist/psychiatrist)
- Expensive care

Psychosocial care

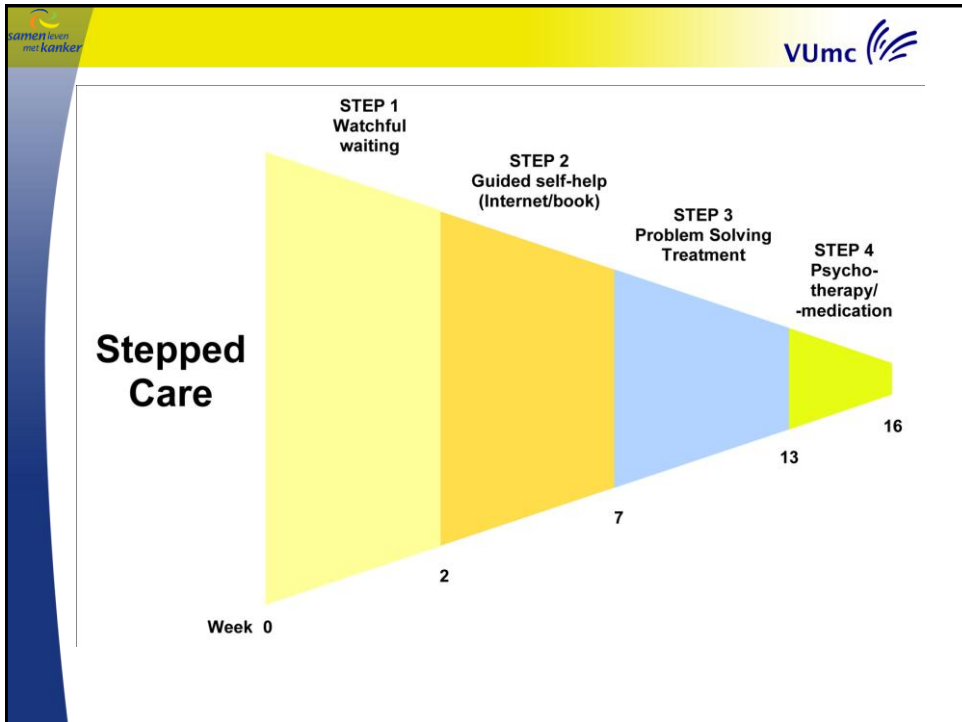
Guided self-help is effective for depression and anxiety in the general population

Purpose

To develop and evaluate efficacy of an online guided self-help intervention targeting psychological distress in head and neck cancer survivors.

STEP-study

Cost-effectiveness of a stepped care psychosocial strategy to improve symptoms of depression or anxiety in patients treated for head and neck cancer or lung cancer



The screenshot shows the 'Hoofdzaken' website in a Windows Internet Explorer browser window. The URL is <https://www.alesondercontrole.nl/hoofdzaken/login?referen=%2Fzoekp4%2Findex%2Findex.aspx>. The website features a navigation menu with links for 'welkom', 'contact', and 'verantwoording'. A search bar is present with the text 'hoofdzaken | de cursus | voor wie? | hoe werkt het? | hoeveel tijd kost het? | wel of niet doen?'. The main content area includes a section titled 'Hoofdzaken' with a welcome message and a section titled 'Onderzoek' with a description of the course. A 'Verder > De cursus' link is provided. A sidebar on the right contains a promotional image for the 'Hoofdzaken' course with the text 'Uw problemen en zorgen overwinnen door zelfanalyse'.

Hoofdzaken - Windows Internet Explorer

https://www.alesondercontrole.nu/hoofdzaken/homewerk/1class=1.3638

Bestand Bewerken Beeld Favorieten Extra Help

Favorieten - Hoofdzaken

afmelden baas_krebbler Krebber | print | veelgestelde vragen

Hoofdzaken

problemen en zorgen overwinnen door zelfanalyse

lessen **werkboek** berichten (0) cursusbeheer

belangrijke dingen & problemenlijst | problemen aanpakken | assessment_coach | studentenoverzicht

werkboek

VU medisch centrum

Belangrijke dingen en problemen

Op deze pagina maakt u voor uzelf een lijst met belangrijke dingen en een lijst met uw zorgen en problemen. Meer hierover leest u in les 1. Het is de bedoeling dat u deze lijsten wekelijks bijwerkt.

Pas op! Vergeet niet op 'opslaan' te klikken wanneer u naar de volgende opdracht wilt gaan of een nieuw scherm wilt openen.

Wanneer u klaar bent met de opdrachten, klikt u op 'opslaan' en vervolgens op 'sluit les en verstuur naar de begeleider'.

1. Wat is voor u echt belangrijk in uw leven?

1 Maak een lijst van dingen die u echt belangrijk vindt in uw leven. Neem hier, zeker de eerste keer, ruim de tijd voor (een uur moet genoeg zijn).

Mijn man	verwijder
Mijn dochters	verwijder
voeg toe	

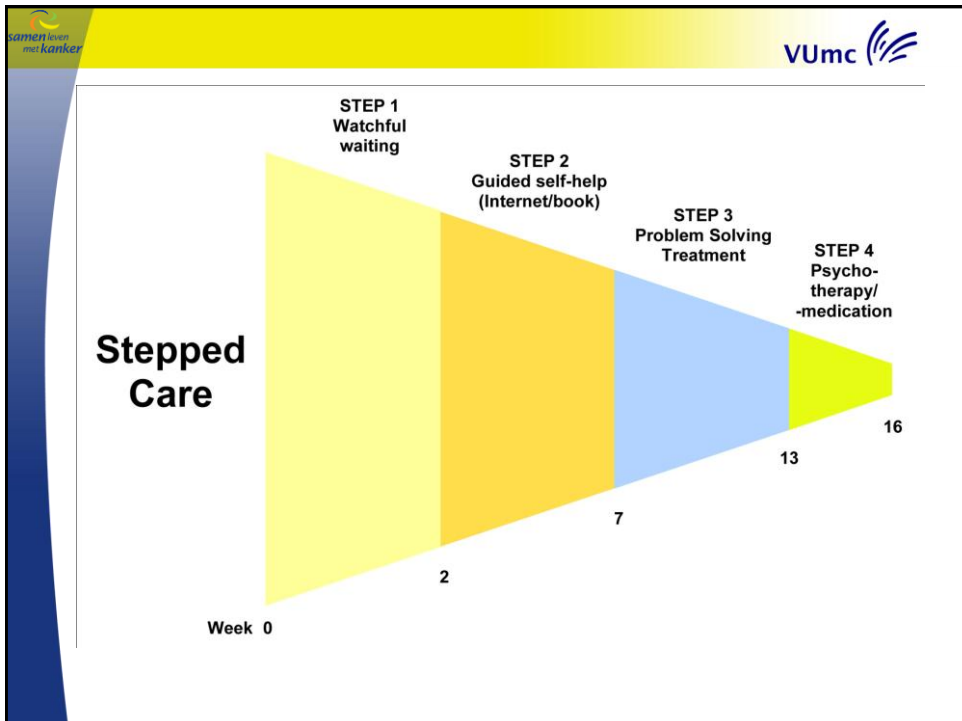
opslaan

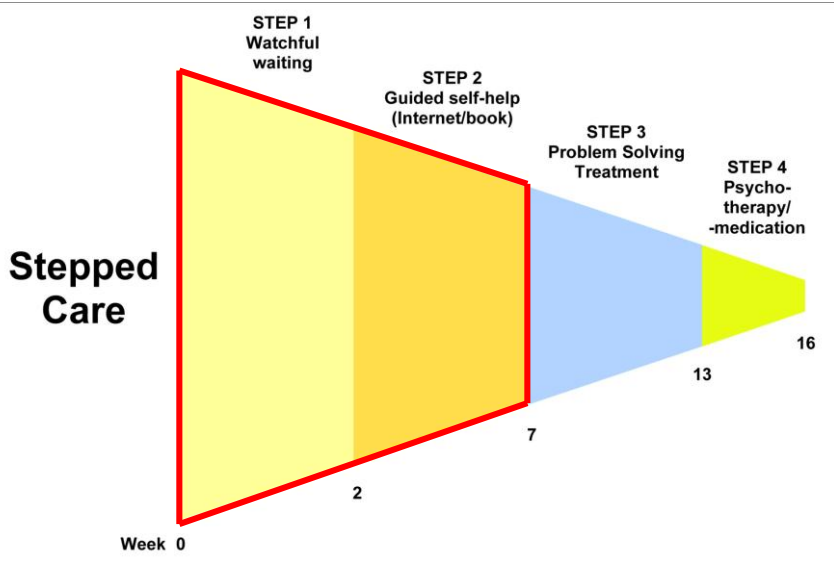
2. Uw problemen

2 Zet nu al uw zorgen en problemen op een rijtje. Doet dit elke dag 10 minuten.

Te weinig lichaamsbeweging	verwijder
Piekeren	verwijder
Angst voor de toekomst	verwijder
	verwijder
voeg toe	

opslaan





Methods

Inclusion process



- At least 1 month after treatment
- Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS-A > 7, HADS-D > 7 or HADS total > 14) through OncoQuest
- Randomized Controlled Trial

Intervention

Step 1 Watchful waiting (2 weeks)

Step 2 Guided self-help "Hoofdzaken"

Control

Care as usual

- Social work
- Psychologist/psychiatrist
- No care

Primary outcome

Hospital Anxiety and Depression Scale

- Measurement at start, during, 0 and 3 months after intervention
- Recovery: HADS-A < 8, HADS-D < 8
or HADS total < 15

Secondary outcome

**EORTC QLQ-C30, EORTC QLQ-HN35, EORTC
PATSAT**

- Measurement at start, 0 and 3 months after intervention
- Improvement: +10 points from baseline score

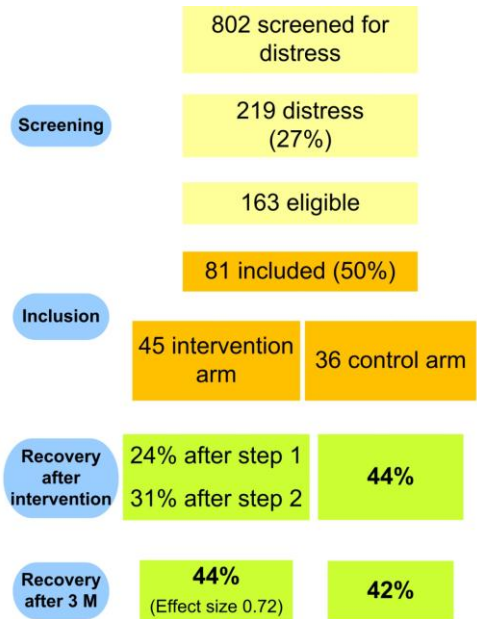
Cost utility analysis

EQ-5D, TIC-P & PRODISQ

- Measurement at start, 0 and 3 months after intervention

Results

HADS



Quality of life

At 3 months follow up improvement of:

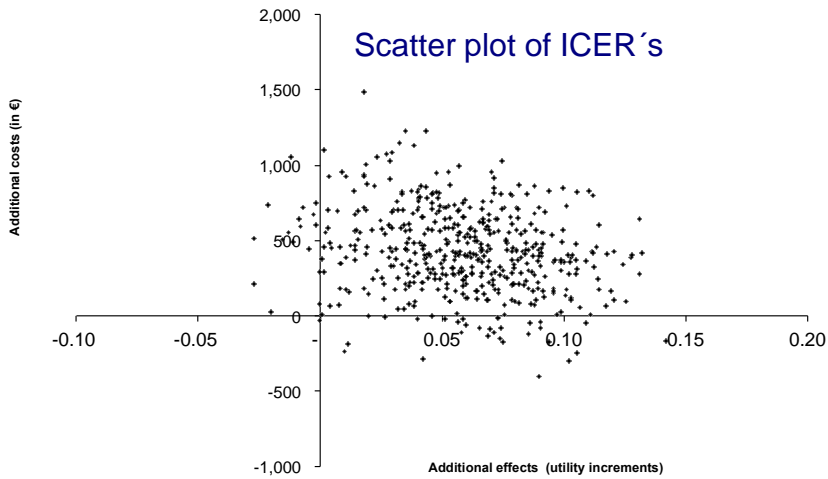
- Cognitive functioning
- Problems with social contacts
- Dry mouth
- Feeling ill

Cost utility analysis

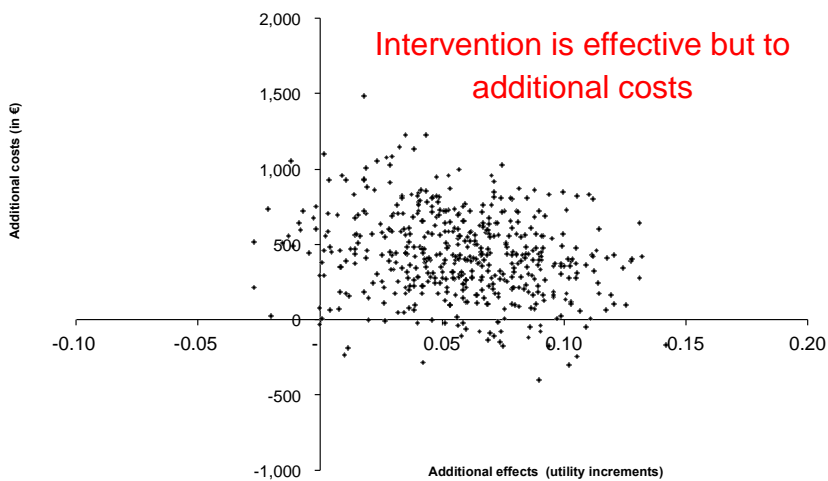
Incremental costs: €438 (SD = 372)

Incremental effects: 0,06 utilities (SD = 0,045)

Cost utility analysis



Cost utility analysis



Conclusions

Conclusions

- Psychological distress in head and neck cancer survivors: **27%**
- Need for psychosocial care: **50%**
- First 2 steps of *stepped care* effective for **55%** of patients

Conclusions

- Intervention seems to speed up recovery
- Intervention is effective but to additional costs
- Majority prefers guided self-help through a booklet

Project group

I.M. Verdonck - de Leeuw, prof. dr.^{1,2}
C.R. Leemans, prof. dr.¹
P. Cuijpers, prof. dr.²
A. van Straten, dr.²
H.F.E. Smit, prof. dr. ²
A.T.F. Beekman, prof. dr. ³
P. Doornaert, drs. ⁴
J. Buter, dr. ⁵
E.F. Smit, prof. dr.⁶
A. Becker, dr.⁶

Psychologist, speech therapist
Head and neck surgeon, otorhinolaryngologist
Psychologist
Psychologist, epidemiologist
Senior researcher
Psychiatrist
Radiotherapist
Medical Oncologist
Pulmonologist
Pulmonologist

VU University Medical Center and VU University, Amsterdam, The Netherlands

¹Department of Otolaryngology/Head & Neck Surgery

²Faculty of Psychology and Education

³Department of Psychiatry

⁴Department of Radiotherapy

⁵Department of Medical Oncology

⁶Department of Pulmonary Diseases