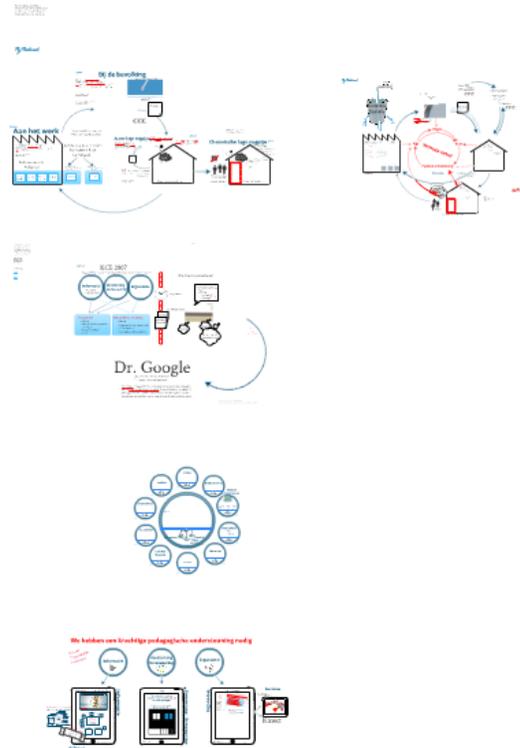


MyMedicoach



## Jean-Edouard Stevens

- Médecin généraliste à SOS Médecins (Bxl)
  - CESI Prévention et Protection (indépendant - 1 j / semaine)
  - Fondateur MyMedicoach (.com)
- [jestevens@mymedicoach.com](mailto:jestevens@mymedicoach.com)



**Prevention Cost**

**"Benefit"**

- Salarial cost
- Organzational cost
- Commercial cost
- Insurance cost ?
- Workplace Wellness
- Corporate Social Responsibility

# Bij de bevolking

When asked about four common types of pain, respondents of a National Institute of Health Statistics survey indicated that low back pain was the most common (27%), followed by severe headache or migraine pain (15%), neck pain (15%) and facial ache or pain (4%).

5 à 10 % of appointments for General practitioners

80 % of the population will suffer from back pain in their life.



11,8 % des absences-malade de plus de 28 jours. (source : KCE).



€€€

# Aan het werk

"For 60% of European workers their job has an impact on their health status; back pain tops the list of all reported work-related disorders, being mentioned by 33% of the sample." (KCE)

6,61 % des accidents de travail impliquent le dos



Problemen voor de werkgevers

- Gewaarborgd maandloon
- Productiviteit
- Desorganisatie van de teams
- Opleiding

1,7% van het BBP van een land volgens een Nederlandse studie

Jaarlijkse kost voor chronische lage rugpijn in België

1,6 miljard

Onrechtstreekse kosten 70 - 90 %

Rechtstreekse kosten 10 - 30 %

Patients

Sociale zekerheid  
Sécurité sociale

# Acute lage rugpijn

Recidief (herhaling van een ziekteval): Le taux de récédief pour des problèmes lombaires est très important : plus de 90% des personnes récidivent dans l'année. (KCE)



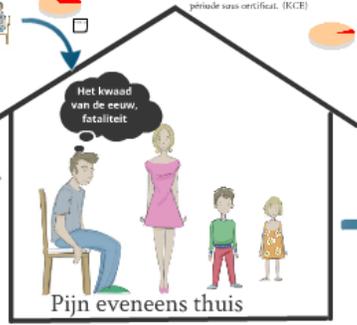
Herstel: Dans la plupart des cas, les patients récupèrent d'un épisode de lombalgie. • 60 à 70 % récupèrent dans les 6 semaines • 70 à 90 % récupèrent dans les 12 semaines



Herstel: Les récédiefs en termes d'interruption de travail varient entre 10 et 44% en fonction des études. (KCE)

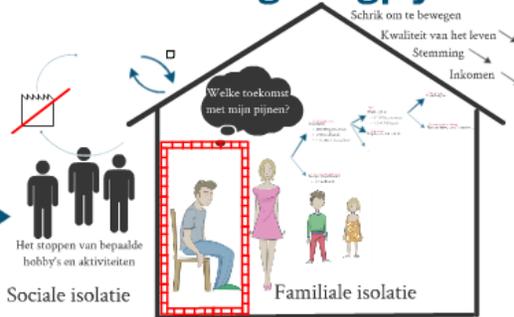


Cependant, 2 à 4 % développent des douleurs chroniques et se retrouvent pour une longue période sans certificat. (KCE)



# Chronische lage rugpijn

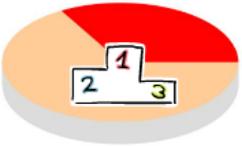
Première cause d'invalidité au travail chez les moins de 45 ans en France.



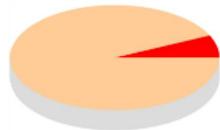
# Aan het werk

1,7% van het BBP van een land volgens een Nederlandse studie

"For 60% of European workers their job has an impact on their health status: back pain tops the list of all reported work-related disorders, being mentioned by 33% of the sample." (KCE)



6.63 % des accidents de travail impliquent le dos



## Problemen voor de werkgevers

- Gewaarborgd maandloon
- Productiviteit ↓
- Desorganisatie van de teams
- Opleiding

## Jaarlijkse kost voor chronische lage rugpijn in België

# 1,6 miljard

Onrechtstreekse kosten  
70 - 90 %

Rechtstreekse kosten  
10 - 30 %

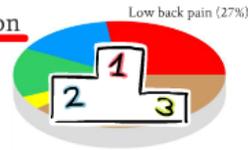
Patients

Sociale zekerheid  
Sécurité sociale

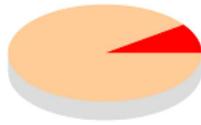


# Bij de bevolking

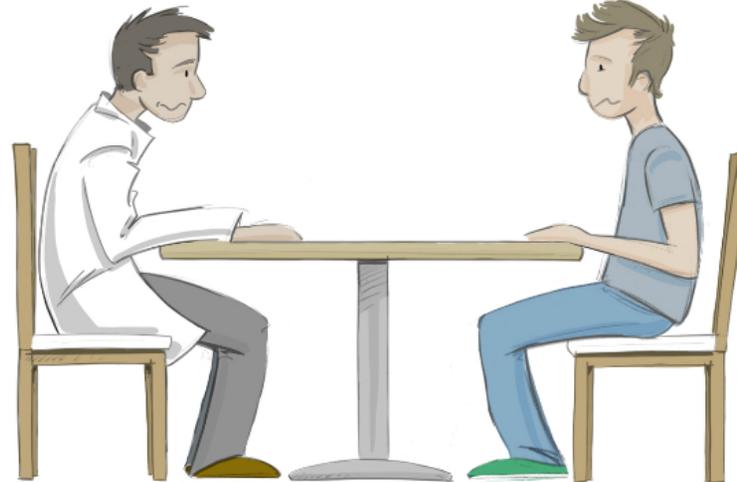
When asked about four common types of pain, respondents of a National Institute of Health Statistics survey indicated that low back pain was the most common (27%), followed by severe headache or migraine pain (15%), neck pain (15%) and facial ache or pain (4%)



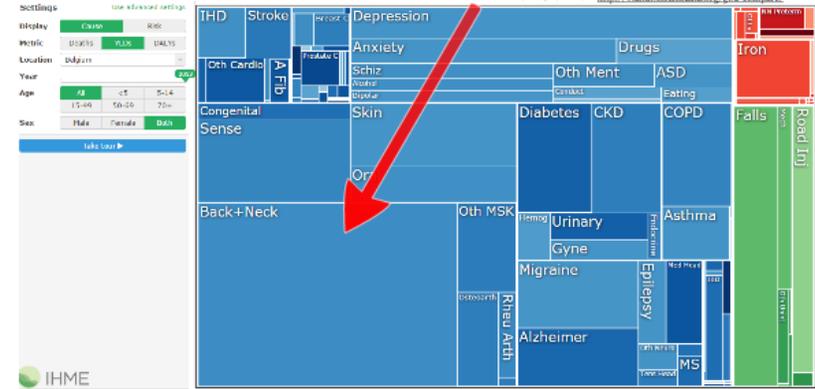
5 à 10 % of appointments for General practitioners



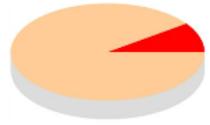
80 % of the population will suffer from back pain in their life.



Years Lived with Disability (YLDs)



11,9 % des absences-maladie de plus de 28 jours . (source : KCE).



€€€

# Acute lage rugpijn

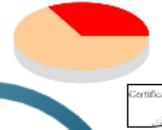
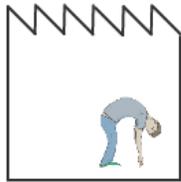
## Herval

Les rechutes en termes d'interruption de travail varient entre 20 et 44 % en fonction des études. (KCE)

Cependant, 2 à 8 % développent des douleurs chroniques et se retrouvent pour une longue période sous certificat. (KCE)

## Recidief (herhaling van een ziektegeval)

Le taux de récidence pour des problèmes lombaires est très important : deux tiers des personnes récidiveront dans l'année. (KCE)



Het kwaad van de eeuw, fataliteit



Pijn eveneens thuis

## Herstel

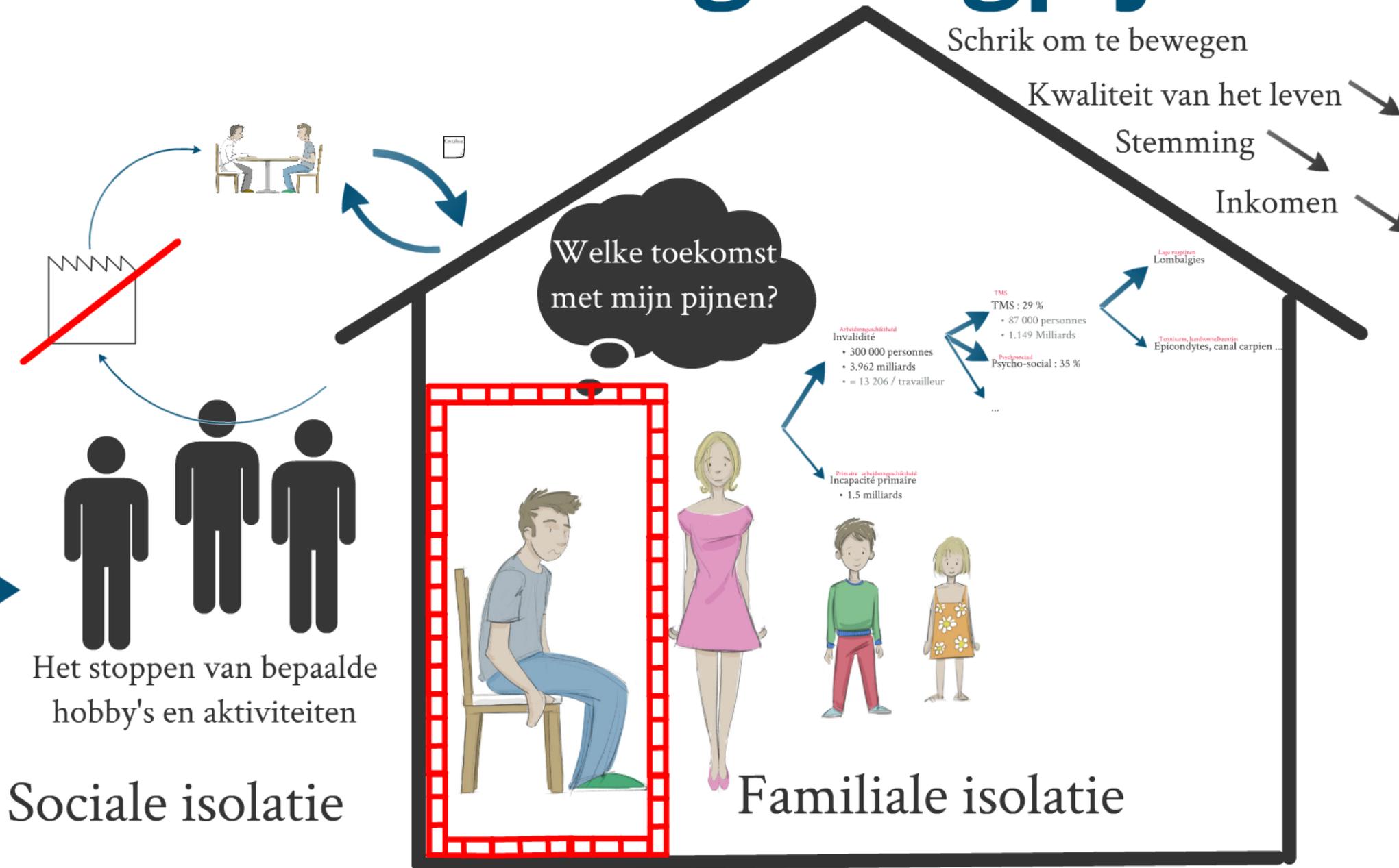
Dans la plupart des cas, les patients récupèrent d'un épisode de lombalgie.

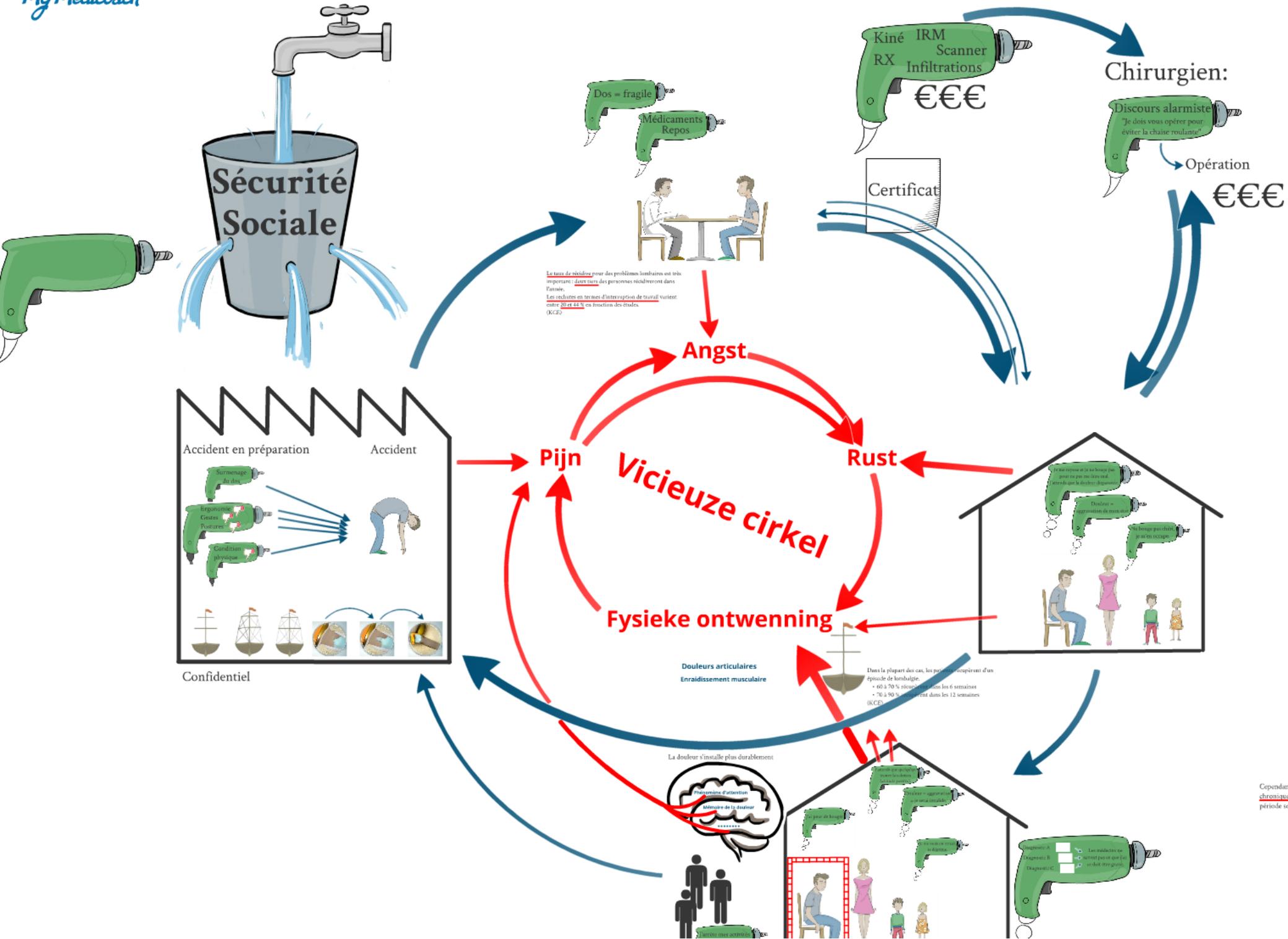
• 60 à 70 % récupèrent dans les 6 semaines

• 70 à 90 % récupèrent dans les 12 semaines



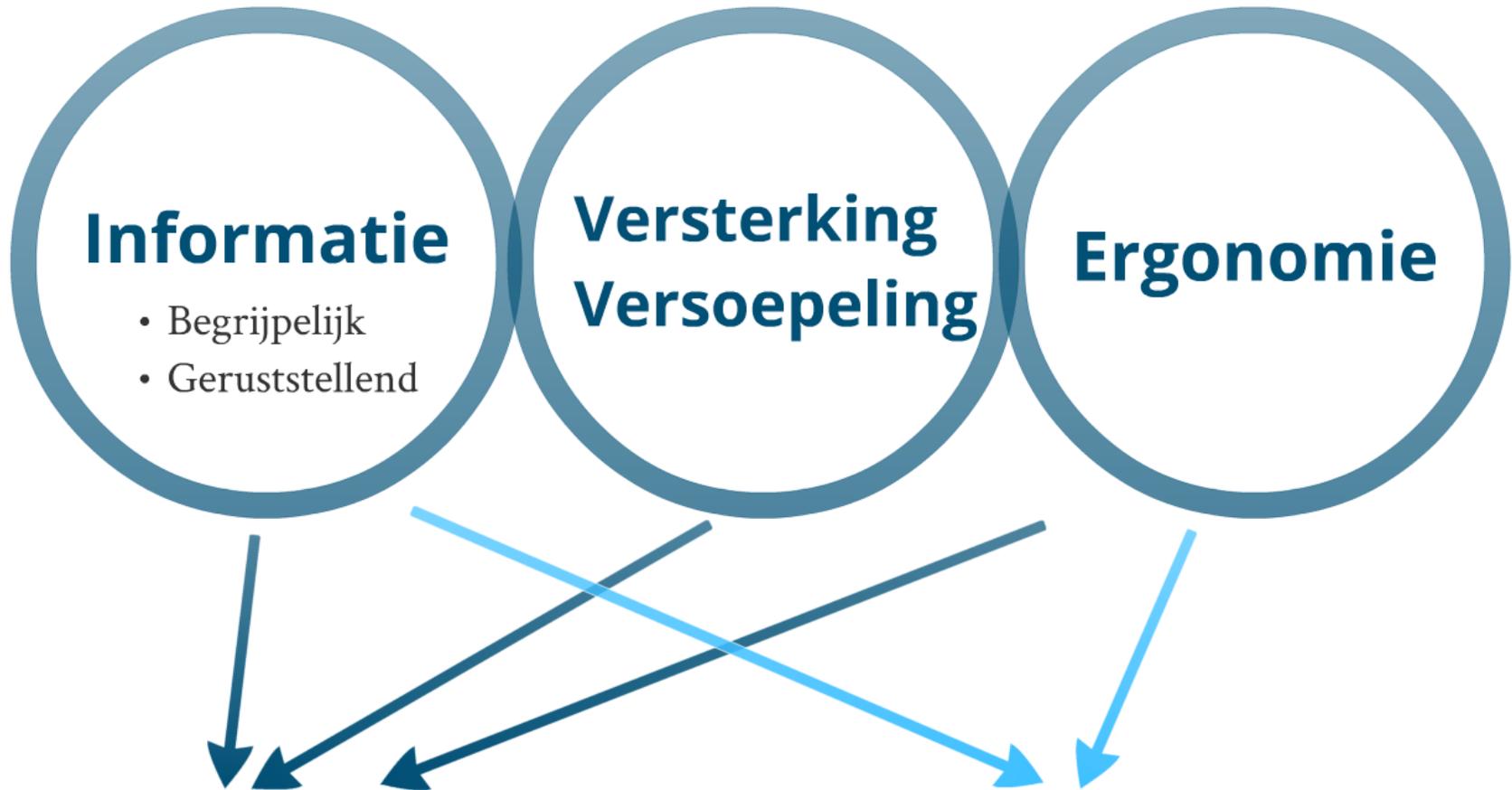
# Chronische lage rugpijn *My Medicoach*





# KCE 2007

Volgens KCE, slechts drie behandelingen hebben hun doeltreffendheid bewezen



## Rugschool

Problèmes:

- absence de suivi après les 36 séances
- manque de temps
- coût

## Behandeling opleiding

Problèmes:

- logistique (remplacements, etc.).
- coût formation
- coût salarial des travailleurs



**Pictos**

Cost Benefit

**Lieflets**

Cost Benefit

**Group training**

Cost Benefit

**Medical examination**

Medical examination  
Custom  
Cost Benefit

**Ergonomics**

Cost Benefit

*My Medicoach*

**Prevention Cost**      **"Benefit"**

- Salarial cost
- Organizational cost
- Commercial cost
- Insurance cost ?
- Workplace Wellness
- Corporate Social Responsibility

**Back school**

Fedris  
> 1 month  
< 3 month

Cost Benefit

**E-Learning**

Cost Benefit

**Warm up**

Cost Benefit

**Tool Box Meeting**

Cost Benefit

• • • • •

Cost Benefit

# Ergonomics



# Group training



*My Medicoach*

M  
exa

Medi  
examin

Data  
Testin

# Back school

**Fedris**

**> 1 month**

**< 3 month**



# Lieflets



# Pictos



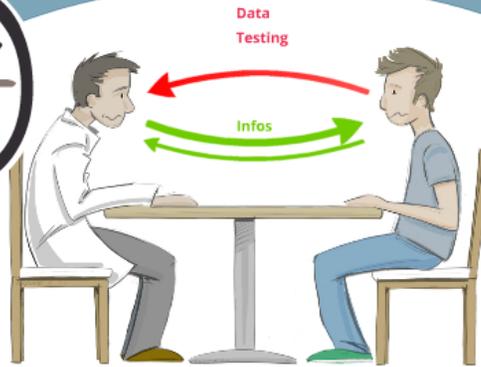
# Tool Box Meeting



# Warm up



# Medical examination



## Custom



- Stretching - strenghtening
- Ergonomics
- ...



- Back school
- General practitioner
- Physiotherapist
- Stretching - strenghtening
- ...



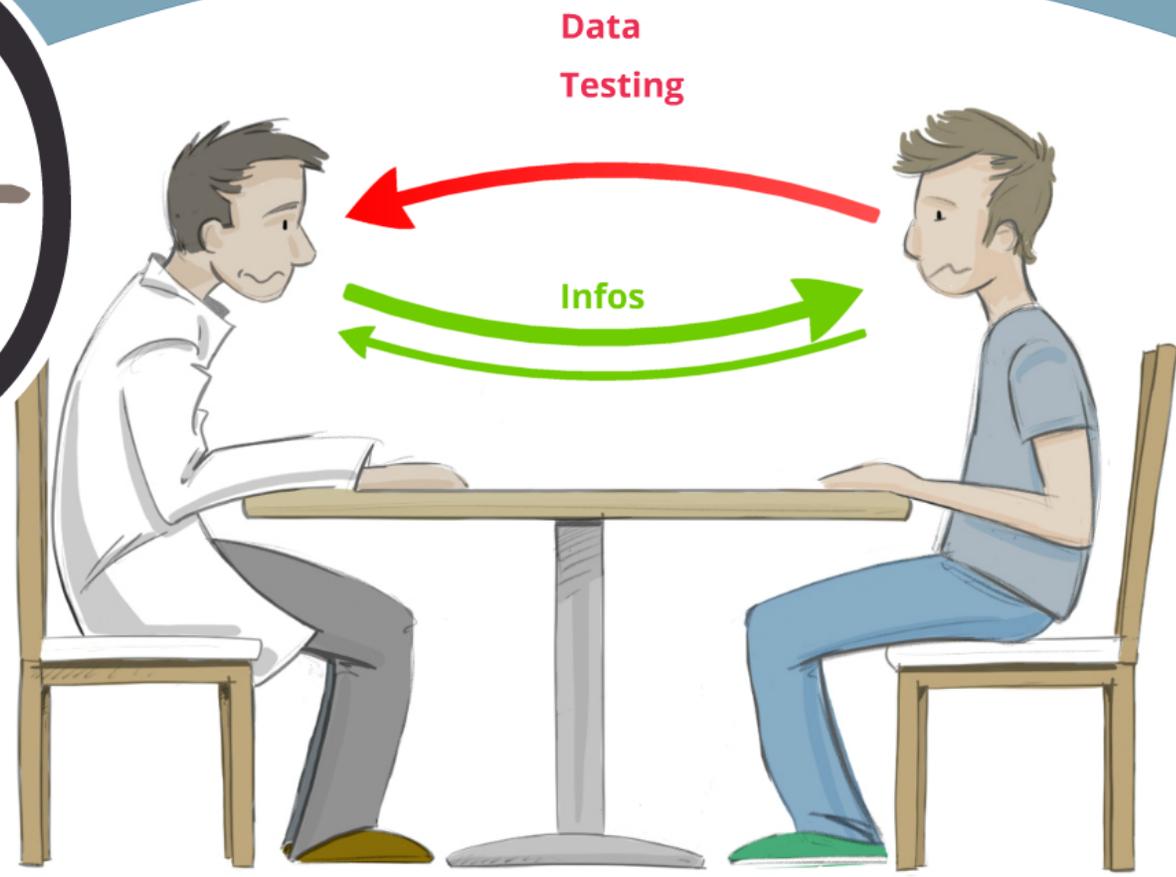
- General practitioner
- Physio
- Shoe sole
- Stretching - strenghtening
- ...

Cost



Benefit

# Medical examination



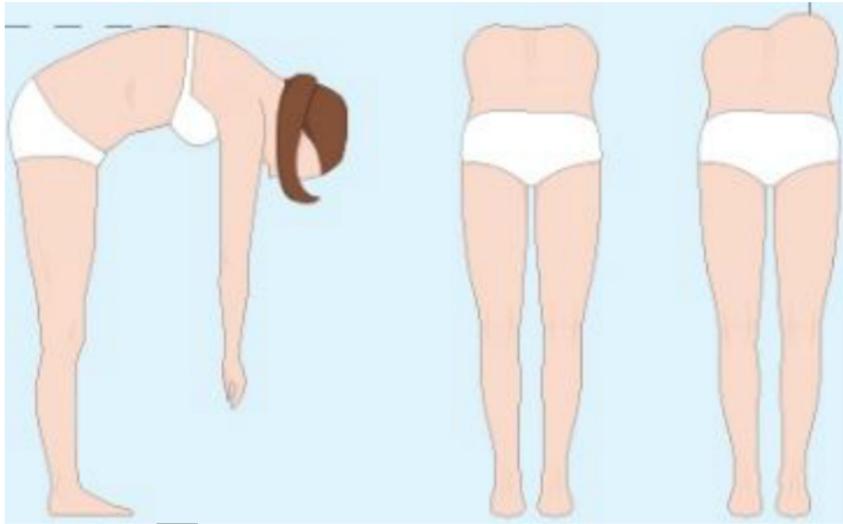
# Custom



- **Stretching - strenghtening**
- **Ergonomics**
- ...



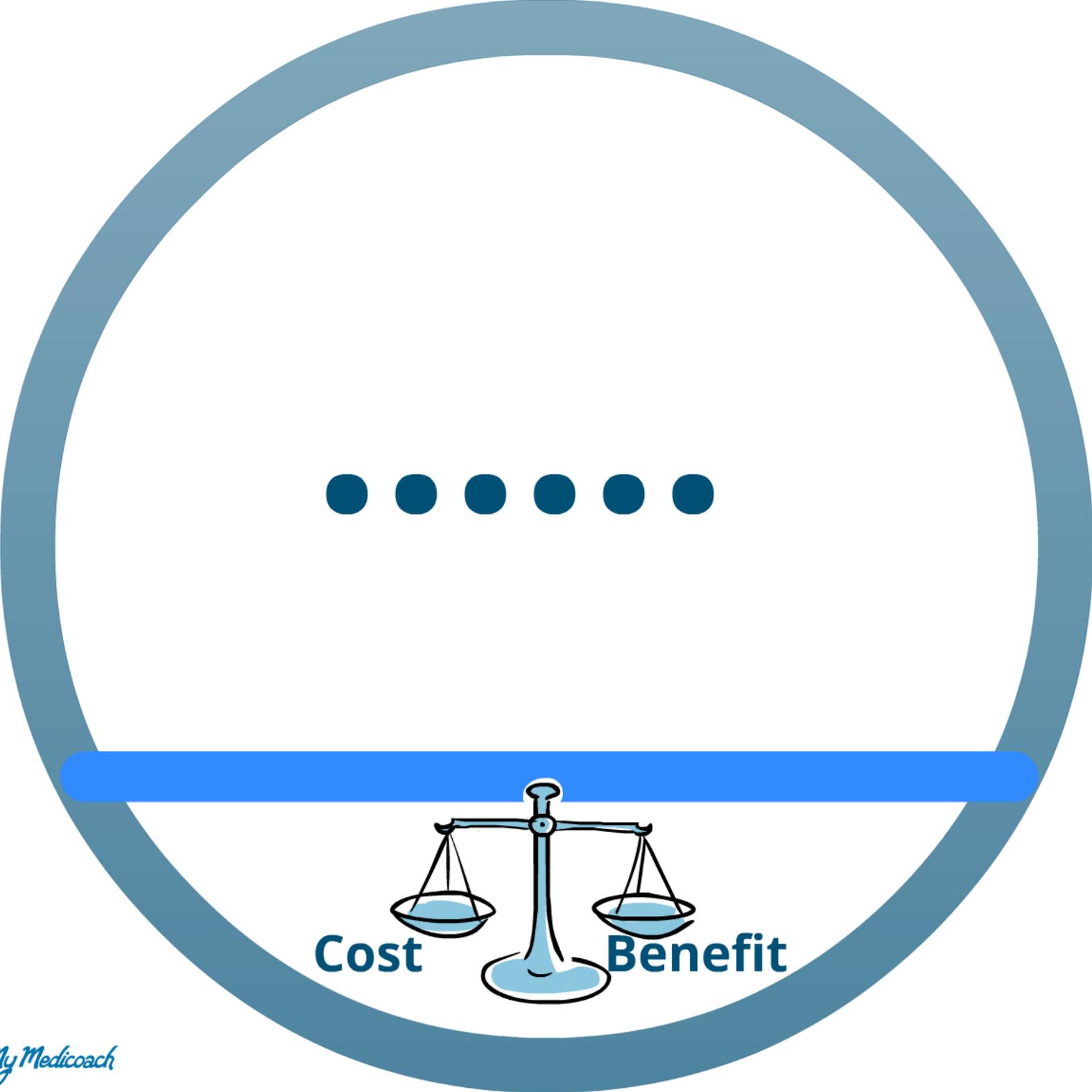
- **Back school**
- **General practitioner**
- **Physiotherapist**
- **Stretching - strenghtening**
- ...



- **General practitioner**
- **Physio**
- **Shoe sole**
- **Stretching - strenghtening**
- ...

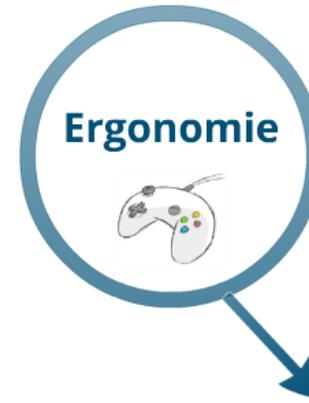
# E-Learning





# We hebben een krachtige pedagogische ondersteuning nodig

Visueel  
Toegankelijk  
Interactief



Animations en image de synthèse

Confidentiel

Informatie



App

"Ik zal slechts een gedrag veranderen wanneer ik begrijp wat dit me zal opbrengen"

Ik heb een coach nodig die mij stimuleert

Confidentiel

Versterking - Versoepeling

Serious game

interactief  
ludiek  
immersief  
scripted  
vrij traject

Meilleur retour sur investissement de son investissement comparativement à l'apprentissage classique. Si ce dernier reste moins cher, il est moins performant en termes de rétention d'information, de transmission de connaissances, de développement comportemental, etc. (Pascal Balossier A.W.T., ancien chercheur à l'ULG sur ces sujets)

Interactif  
Ludique  
Immersif  
Scénarisé  
Parcours libre  
Placement de l'apprenant dans son contexte d'action

Confidentiel

Ergonomie

sozial model  
cho-Social

Samenwerking met de rug  
scholen van Sint-Lucas te Brussel  
Collaboration  
école du dos  
St Luc Bxl

My Medicoach