



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Just a click away... E-mental health for eating disorders

Aardoom, J.J.

Citation

Aardoom, J. J. (2016, December 7). *Just a click away.. E-mental health for eating disorders*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/45091>

Version: Not Applicable (or Unknown)

License: [Licence agreement concerning inclusion of doctoral thesis in the Institutional Repository of the University of Leiden](#)

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/45091>

Note: To cite this publication please use the final published version (if applicable).

Cover Page



Universiteit Leiden



The handle <http://hdl.handle.net/1887/45091> holds various files of this Leiden University dissertation.

Author: Aardoom, J.J.

Title: Just a click away... E-mental health for eating disorders

Issue Date: 2016-12-07

Stellingen bij het proefschrift
'Just a click away... E-mental health for eating disorders'

1. De E-community 'Proud2Bme' kan empowerend werken voor mensen met eetproblemen (dit proefschrift).
2. De volledig geautomatiseerde online interventie 'Featback' is effectief in het reduceren van eetproblemen en comorbide klachten (dit proefschrift).
3. Het toevoegen van digitale ondersteuning van een psycholoog aan Featback heeft toegevoegde waarde (dit proefschrift).
4. Featback lijkt met name effectief in het verminderen van milde tot matige symptomen van bulimia nervosa, niet in ernstige symptomen van anorexia nervosa (dit proefschrift).
5. Binnen Featback is het belangrijk om aandacht te besteden aan het aanpakken van symptomen van angst en depressie, omdat dit kan leiden tot een afname in eetstoornispsychopathologie (dit proefschrift).
6. De inzet van E-health voor mensen met eetproblemen kan bijdragen aan een verlaging van de maatschappelijke kosten (dit proefschrift).
7. De stimuleringspolitiek van zorgverzekeraars voor E-health is prematuur zolang deze niet gepaard gaat met een voldoende groot onderzoeks- en implementatiebudget.
8. "Science doesn't necessarily have to travel from the lab to daily practice. It can - and should be - an integral characteristic of evidence-based routine care". Ruwaard & Kok (2015), *The European Health Psychologist*, 17, 47.
9. Meer onderzoek naar E-health is hard nodig om het digitale kaf van het koren te scheiden in de wildgroei aan E-health initiatieven.
10. Met E-health toepassingen kan een grote groep mensen met eetproblemen worden bereikt, die met het huidige zorgsysteem niet worden bereikt.
11. "Daring ideas are like chessmen moved forward; they may be beaten, but they may start a winning game." (Johann Wolfgang von Goethe).