



Universiteit
Leiden
The Netherlands

Breaking barriers, personalizing pathways: psychological health and self-management of people with chronic kidney disease

Cardol, C.K.

Citation

Cardol, C. K. (2023, March 16). *Breaking barriers, personalizing pathways: psychological health and self-management of people with chronic kidney disease*. Retrieved from <https://hdl.handle.net/1887/3571858>

Version: Publisher's Version

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

Downloaded from: <https://hdl.handle.net/1887/3571858>

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

Publications

This Dissertation

Cardol CK, Boslooper-Meulenbelt K, van Middendorp H, Meuleman Y, Evers AWM, van Dijk S. Psychosocial barriers and facilitators for adherence to a healthy lifestyle among patients with chronic kidney disease: a focus group study. *BMC Nephrology*. 2022;23:205.

Cardol CK, Tommel J, van Middendorp H, Ciere Y, Sont JK, Evers AWM, van Dijk S. Detecting and treating psychosocial and lifestyle-related difficulties in chronic disease: Development and treatment protocol of the E-GOAL eHealth care pathway. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021;18(6):3292.

Cardol CK, Meuleman Y, van Middendorp H, van der Boog PJM, Hilbrands LB, Navis GJ, Sijpkens YWJ, Sont JK, Evers AWM, van Dijk S, on behalf of the E-GOAL Study Group. Psychological distress and self-management among people with chronic kidney disease. Manuscript submitted for publication.

Tommel J, Cardol CK, Evers AWM, Stuivenberg R, van Dijk S, van Middendorp H. The Personalized Priority and Progress Questionnaire (PPPQ): A personalized instrument for quality of life and self-management for use in clinical trials and practice. Manuscript submitted for publication.

Cardol CK, van Middendorp H, Dusseldorp E, van der Boog PJM, Hilbrands LB, Navis GJ, Sijpkens YWJ, Evers AWM, van Dijk S, on behalf of the E-GOAL Study Group. eHealth to improve psychological functioning and self-management of people with chronic kidney disease: a randomized controlled trial. *Psychosomatic Medicine*. In press.

Other Publications

Cardol CK. Gezond eten en afvallen. Dit werkt! [Healthy eating and losing weight. This works!]. *Wisselwerking*. June 2021;3:12-13.

Cardol, CK, van Dijk S. E-Health bij nierziekten. E-GOAL studie [E-Health for kidney diseases. E-GOAL study]. *Diavariatie*. October 2019;41:11.

Cardol CK, Escamilla CI, Gebhardt WA, Perales JC. Exploring the direct or inverse association of physical activity with behavioral addictions and other self-regulation problems. *Adicciones*. 2019;31(1):18-32.

Cardol CK. Beneficios psicológicos del ejercicio en la embarazada [Psychological benefits of exercise during pregnancy]. In: Gallo Vallejo M, Gallo Vallejo MA, Gallo Vallejo JL, eds. *Ejercicio físico y deporte en el embarazo [physical exercise during pregnancy]*. Grupo Distribuna; 2018:59-77.

Curriculum vitae

Katja Cardol was born on 10 September 1991 in Haarlem, the Netherlands. After obtaining her Gymnasium diploma (cum laude) in 2009 at Fioretti College in Lisse, she learned Spanish abroad and worked before starting her Bachelor in Psychology at Leiden University in 2010. In 2014, she finished her Bachelor (cum laude) with an exchange year at the University of Granada in Spain, where she also started the research for her Master thesis on the relationships between physical activity and self-regulation problems under supervision of Dr. José C. Perales and Dr. Winifred A. Gebhardt. In January 2016, Katja graduated in the Master specialization Health Psychology (cum laude) at Leiden University, which she concluded with a clinical practice internship in Santiago de Compostela, Spain. There she obtained the Family Therapy accreditation (Basisopleiding Systeemtherapie, 2016) and Sports Psychologist accreditation (Basisaantekening Sportpsycholoog, 2016), and continued working as a (sports) psychologist after graduation.

In 2016, Katja returned to Leiden University to start working on her doctoral thesis at the Health, Medical and Neuropsychology Unit. For her PhD project, she co-designed an eHealth care pathway with psychological and lifestyle behavior change modules, coordinated a large study in four hospitals, and provided psychological and lifestyle treatment (e-coaching) for patients with chronic kidney disease. For their paper on the development of the eHealth care pathway (Chapter 3), Katja and her co-author Judith Tommel received a Team Science Award (2021, Faculty of Social and Behavioural Sciences, Institute of Psychology).

During her PhD, Katja was involved in various research initiatives, including a literature survey of regular screening and adequate symptom response of people with or at risk of cardiovascular disease, and a qualitative study to explore treatment experiences of individuals with persistent Lyme disease. She also worked as a psychologist and eHealth developer in a social enterprise to support people with kidney diseases in maintaining a healthy lifestyle.

Katja started teaching at Leiden University in 2017. She taught various courses (e.g., Basic Therapeutic Skills, Cognitive Behaviour Interventions) within the Bachelor in Psychology and within Master specializations, and supervised Master students during their theses and clinical internships. Additionally, she educated healthcare professionals at Leiden University

Medical Center in health behavior change and motivational interviewing techniques. She obtained the Cognitive Behavioral Therapy accreditation (Basisopleiding Cognitieve Gedragstherapie, 2018) and partial University Teaching Qualification (Basiskwalificatie Onderwijs, 2020).

Currently, Katja holds a teaching position at the Health, Medical and Neuropsychology Unit, and started as a project leader in a project to promote a healthy lifestyle among healthcare professionals at Leiden University Medical Center. She continues her work as a self-employed sports psychologist, which she has been doing since 2017.

Dankwoord (Acknowledgments)

Heel graag wil ik iedereen bedanken die de afgelopen jaren betrokken was.

Allereerst wil ik de mensen met chronische nierschade bedanken die geheel belangeloos deelnamen aan het E-GOAL onderzoek. Dankzij jullie openheid leerde ik hoe het is om te leven met een chronische aandoening, en vol bewondering heb ik de grote stappen gevolgd die jullie zetten om dat leven gezond en volop te leiden.

Grote dank gaat natuurlijk uit naar mijn promotieteam. Sandra, mijn co-promotor, dankjewel dat je mij koos voor het jou zo dierbare project, voor je begeleiding en betrokkenheid in onze samenwerking. Ik vond het fijn hoe je me aanmoedigde om mezelf te ontwikkelen, als onderzoeker en daarbuiten. Dit heeft me geholpen om te leren wat ik leuk vind, te groeien in waar ik goed in ben, en te ontdekken waar ik naartoe wil. Andrea, mijn promotor, bedankt dat je me vrijheid en tegelijkertijd sturing gaf. Jij weet als geen ander hoe het is om (te) veel interessant te vinden, en stimuleerde me om activiteiten te combineren zonder mijn proefschrift uit het oog te verliezen. Henriët, jij was er altijd als het nodig was, bedankt voor de leuke inhoudelijke (taalpuristische) discussies en voor gezellige praatjes in de deuropening. Ook dank ik de commissieleden voor hun bereidheid om dit proefschrift te lezen en beoordelen.

Tevens wil ik de andere co-auteurs en leden van de E-GOAL projectgroep bedanken. Lokale hoofdonderzoekers in de ziekenhuizen, Paul, Luuk, Gerjan en Yvo, voor interessante ontmoetingen en specialistische kennis. Yvette M., Friedo, Niels, Eduard, Joris, Sasja en Jaap, voor het meedenken en het stellen van scherpe vragen. Karin, voor jouw kritische behulpzaamheid bij de opzet, uitvoer, kwalitatieve analyse én het schrijven. Judith T. en Yvette C., voor de samenwerking in onze projecten, samen is zoveel gezelliger dan alleen. Elise, voor de statistische ondersteuning en het vertrouwen dat je me gaf in mijn statistiekkunsten. Tot slot, Jan en Carla, patiënt-projectgroepleden, jullie verdienen een speciaal plekje als onmisbare schakel in het maken van E-GOAL.

Er zijn mensen die niet in één hokje passen – en dus meer dan eens in dit dankwoord staan. Yvette M., duizendmaal dank voor alle inhoudelijke en mentale steun, die al begon bij mijn sollicitatie. Judith, *roomie* en co-dino, geen Niertje zonder Noortje. Samen rocken we *Team Science*.

Een groot project als E-GOAL zou onmogelijk zijn zonder velen die het onderzoek ondersteunden. Enorme dank aan onderzoeksassistenten en E-coaches Milon, Leandra, Jessy en Lieke, onderzoeksverpleegkundigen en uitvoerend onderzoekers in de ziekenhuizen Annemiek, Monique, Simone, Preeti, Sonja, Inger, Karin en António, IT-held Bas, en masterstudenten Kimberly, Moniek, Rianne, Julia en Dorieke.

Uit “coronood” geboren en uitgegroeid tot belangrijkste hulpbron in de lange slotfase van mijn promotietraject: het schrijfgroepje. Carlijn, Chiara, Isra, Judith, Kristell, Milon, Renée, Sara en Tessa, met elkaar en voor elkaar hebben we schrijven omgetoverd tot een wekelijks feestje.

Op de afdeling Gezondheids-, Medische en Neuropsychologie ben ik op mijn plek. Melanie, Roos, Winnie, Margot, Chris, Veronica, dankzij jullie voelde ik me meteen thuis. Lemmy, Rosanne, Meriem en Judith, de 4-cappuccino-en-1-thee-momenten waren goud. Nathal, Jessica, David en alle andere aio’s in het gangetje, dank voor verfrissende lunchwandelingen en deuren die altijd open stonden. Willeke, ik deed het, dus het gebeurde. Nu ijsvrij? Atie, Sigrid, Francette, Sonja, Kim (oplettend tweede paar ogen bij het controleren van de drukproef!) en Jaap-Willem, dankjulliewel voor het oplossen van al mijn ingewikkelde regelvragen en voor het luisterend oor.

Zes jaar hard werken was mogelijk dankzij regelmatige afwisseling met sociale ontspanning. Dank aan mijn vrienden voor alle emotionele steun. De Hillegomse (ja, dat zullen jullie altijd blijven) vriendinnetjes Angela, Gienie, Maaïke, Michelle, Ymke en Yvette bij wie ik helemaal mezelf kan zijn, Leidse vrienden Batsheva (brein achter het E-GOAL acroniem!), Mieke, Djoeke en Loes dankzij wie ik me altijd student blijf voelen, onderwaterhockeyvrienden van LOV Calypso voor het afkoelen na lange schrijfdagen. Minke, André, Femke, onmisbare lunchwandel- en winterzwem-“collega’s” in thuiswerktijd, bedankt voor jullie waardevolle vriendschappen. Esther, mi apoyo a distancia pero tan presente, gracias por las aventuras que compartimos. Karolin, thank you for appearing on my path (literally), for listening and sharing, let’s keep on walking together.

Steeds meer besef ik hoe belangrijk je eigen bloed is. Mijn familie Kleiverda-Bosselaar-DeBacker, gelukkig is België niet zó ver weg. De Cardollen, ondanks dat we elkaar niet vaak zien, voel ik jullie steun. Schoonfamilie Hartkoorn, dank voor jullie betrokkenheid, eindelijk ben ik klaar met mijn studie.

Mamma en Pappa, hoe kan ik jullie bedanken. Jullie gaven mij het voorbeeld, waardoor ik mijn eigen pad durf te bewandelen. Dankzij de veilige basis en jullie onvoorwaardelijke liefde en steun heb ik geleerd om mijn dromen en ambities te volgen en kon ik doorzetten als het lastig was. Dit proefschrift is voor jullie.

Lieve Merel, we ontmoetten elkaar toen ik pas een jaar onderweg was in mijn promotietraject. Dankjewel keer duizend voor hoe jij het in stressperiodes met mij uithield. Je hielp me bij elk obstakel en liet me inzien dat iedere mijlpaal gevierd moet worden. Na vijf jaar oefenen met het woord paranimf is het zover.

Katja