



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).

## **Breaking Barriers, Personalizing Pathways**

### **Psychological health and self-management of people with chronic kidney disease**

Cinderella Katinka Cardol

1. “Wat je aandacht geeft, groeit.” In het ondersteunen van mensen met een nierziekte is het belangrijk om niet alleen belemmeringen te verminderen, maar ook om wat al goed gaat te versterken. *(dit proefschrift)*
2. Online zorg is functioneel in onze digitale samenleving en noodzakelijk ten tijde van pandemieën, mits aanpasbaar aan de vaardigheden en voorkeuren van gebruikers. *(dit proefschrift)*
3. Als je mensen met een nierziekte wilt bewegen tot gezonder gedrag, dan mag je hun mentale welbevinden niet over het hoofd zien. *(dit proefschrift)*
4. *One size fits none.* Gepersonaliseerde behandelingen lijken in onderzoek vaak beperkt effectief doordat we generieke uitkomsten meten. Als elke patiënt een uniek behandeltraject heeft, waarom dan bij iedereen dezelfde verbetering verwachten? *(dit proefschrift)*
5. “Kwaliteit gaat boven kwantiteit”, zegt de volksmond. “Kwantiteit verhoogt kwaliteit”, zegt de wetenschap. “Kwaliteit versterkt kwantiteit”, zegt de kwalitatief onderzoeker.
6. De belangrijkste uitdaging voor een wetenschapper is niet zozeer het onderzoeken of publiceren binnen de academie, maar het teweegbrengen van maatschappelijke verandering in de echte wereld.
7. Veel mensen hebben meer dan één ziekte en verschillende ziekten gaan gepaard met dezelfde uitdagingen. Dus zorgverleners en onderzoekers, laten we uit onze hokjes komen en samenwerken.
8. Een advies aan behandelaars: “Realiseer je dat een chronische ziekte een levenslang proces is. Je kunt het niet genezen of oplossen, maar je kunt het voor iemand wel makkelijker maken om dat proces te managen en door te gaan met leven.” *(J. Luijten, patiënt, 2022)*
9. De weg en de bestemming zijn allebei belangrijk. Stap voor stap wordt de bestemming bereikt over een weg die eenvoudig doch avontuurlijk is.
10. Een wekelijkse schrijfretraite-dag met lotgenoten zou een vast onderdeel moeten zijn van ieder promotietraject.