

Tabel 6. GRADE therapeutische aanraking vs standaardzorg bij slaapproblemen

Uitkomsten	Absolute effecten* (95% BI)		Relatief effect (95% BI)	Aantal deelnemers (studies)	Certainty of the evidence (GRADE)	Opmerkingen
	Risico met controle	Risico met Ontspanningsoefeningen				
Kwaliteit van slapen, vastgelegd met PSQI na behandeling (1 maand)			M 12.47 hoger (13.59 hoger tot 11.35 hoger)	73 (1 RCT)	⊕⊕○○ Laag ^a	De wetenschappelijke evidentie suggereert dat therapeutische aanraking resulteert in een grote toename van slaapkwaliteit.