

TWEESPRAAK

In de rubriek *Tweespraak* leggen we een discussievraag voor aan twee mensen die er een verschillende visie op nahouden.

Doen antidepressiva meer kwaad dan goed?

Antidepressiva om een zware depressie of angst- en dwangstoornissen te behandelen, doen meer goed dan kwaad, op voorwaarde dat ze correct worden ingezet, zegt Stephan CLAES.



Stephan Claes

Hoogleraar psychiatrie aan de KU Leuven

Antidepressiva zijn geneesmiddelen die geschikt zijn voor de behandeling van ernstige vormen van psychiatrische ziektebeelden zoals majeure depressie, angst- en dwangstoornissen. Dat lijkt een vrij neutrale en weinig verrassende stelling, maar toch zitten er al een aantal belangrijke elementen in. Het zijn geneesmiddelen, dus geen lifestyle-producten. Ze dienen om psychiatrische ziektebeelden te behandelen en dus niet om mensen te ondersteunen die bijvoorbeeld emotioneel zijn omdat ze een zware tegenslag doormaakten.

Als ze juist gebruikt worden, hebben antidepressiva wel degelijk nut. Tientallen goed gecontroleerde studies tonen aan dat die geneesmiddelen het beter doen dan placebo (suikerpilletjes) als het gaat over het bestrijden van symptomen van depressie zoals pathologische neerslachtigheid, slaapstoornissen, suïcidaliteit, eetlustverlies en dergelijke. Bovendien zijn antidepressiva betrekkelijk veilig. Je wordt er niet verslaafd aan, ze zijn niet gevaarlijk op langere termijn en de bijwerkingen vallen bij de meeste mensen best mee.

Er zijn wel enkele belangrijke kanttekeningen te maken. Ten eerste werken antidepressiva vooral goed bij ernstige vormen

van depressie, angst of dwang. Bij mildere vormen werken ze ook, maar niet beter dan andere behandelingen, zoals bewegingstherapie of psychologische begeleiding. In die situatie kan je dus beter opteren voor een alternatief.

Ten tweede vervangen antidepressiva de psychologische begeleiding nooit. Ook bij zwaardere depressies is psychotherapie nuttig en nodig, naast de medicatie. In veel gevallen zal de medicatie ertoe leiden dat de meest uitgesproken symptomen van de ziekte wat milderder, waardoor psychotherapie met meer succes zal kunnen verlopen. Het is niet 'pillen of praten' zoals je vroeger wel eens hoorde, maar veeleer 'pillen en praten'.

Ten derde en ten slotte is het ongetwijfeld zo dat antidepressiva te massaal worden gebruikt. Volgens recente gegevens krijgt meer dan tien procent van de Belgen in één jaar minstens één voorschrift voor een antidepressivum, bij 65-plussers is dat zelfs twintig procent. Dat is erg veel en ongetwijfeld zijn daar een deel mensen bij die niet echt antidepressiva nodig hebben, maar op een andere manier geholpen kunnen worden om beter om te gaan met emotionele en stressgerelateerde problemen.

Ik zou samenvattend stellen dat antidepressiva meer goed dan kwaad doen als ze correct worden ingezet, maar dat het overdreven gebruik ervan dient afgeremd te worden.



© Reinhart Croon

Huisartsen staan dicht bij hun patiënt, kennen ook diens voorgeschiedenis en zijn dus goed geplaatst om een diagnose te stellen en soms antidepressiva voor te schrijven, zegt Steven HAESAERT.



Steven Haesaert

Woordvoerder Syndicaat van Vlaamse Huisartsen

Het voorschrijven van antidepressiva roept – terecht – vele vragen op. Omdat de huisarts het dichtst bij de patiënt staat, is hij het vaak die antidepressiva voorschrijft. En de gebeten hond is. Toch zijn antidepressiva vaak de meest aangewezen manier om mensen met depressies en angststoornissen te helpen.

Neem nu Charles. Charles is veertig en heeft twee jonge kindjes en een drukke baan. Een man die doorgaans energie en dynamisme uitstraalt. Vandaag komt hij op consultatie bij huisarts Lien. Charles zit middenin een echtscheiding en slaapt al weken slecht. 's Morgens raakt hij amper uit bed, het leven valt hem zwaar. Zijn kinderen hebben hem nochtans hard nodig in deze zware periode. Lien is al vijftien jaar de huisarts van Charles en zijn familie. Ze kent zijn voorgeschiedenis, zijn draagkracht en zijn sociale context. In al die jaren bouwde ze een vertrouwensrelatie met hem op en ze kan zijn functioneren dus goed inschatten. Ze vermoedt dat Charles aan een depressie lijdt en is ervan overtuigd dat psychotherapie de best mogelijke behandeling is.

Charles en Lien stuiten daarbij echter op diverse drempels. Een psycholoog werkt volgens afspraak, om voldoende tijd te kunnen vrijmaken voor een rustig gesprek. Een snelle doorver-

wijzing is dus geen sinecure. Er gaan al snel enkele dagen verloren, tijd die Charles (en zijn kinderen) eigenlijk niet kunnen verliezen.

Nog een drempel is het financiële aspect. Tot vandaag is er geen terugbetaling voor psychotherapeutische begeleiding, ook niet als ze er komt op doorverwijzing van de huisarts. In een samenleving waarin depressie, burn-out en zelfmoord zo vaak voorkomen, zou de terugbetaling van een psychologisch consult nochtans de logica zelf zijn, maar helaas dus. Charles heeft vandaag, middenin zijn scheiding, onvoldoende financiële draagkracht om therapie te betalen.

Gegeven die omstandigheden besluit Lien toch antidepressiva voor te schrijven. Minder duur dan een psychologisch consult en een snelle werking is gegarandeerd. Zodat Charles het leven weer aankan en een goede papa voor zijn kinderen kan zijn.

Het bovenstaande voorbeeld is fictief, maar Lien en Charles zijn geen uitzonderingen. Lien is een huisarts die in eer en geweten handelt, die op zoek gaat naar de best mogelijke zorg voor haar patiënten in hun concrete situaties. En uiteraard doet een goed gesprek vaak al wonderen. Uiteraard is therapie vaak de meest aangewezen behandelvorm. We leven echter niet in een ideale wereld en in deze wereld zijn antidepressiva vaak de behandeling waarbij een patiënt het meest is gebaat.

LEZERSBRIEVEN

Reageren op artikelen in deze krant? U kan schrijven of mailen (met vermelding van uw naam en adres) naar: **KERK & leven**, Halewijnlaan 92, 2050 Antwerpen of lezersbrieven@kerknet.be

OCMW

KERK & leven, 4 JANUARI 2016

In het *Dossier* over het OCMW wordt gesteld dat iedereen recht heeft op een menswaardig leven. Jullie zouden beter eens gaan praten met de mensen zelf. Dan zullen jullie zien wat voor leven wij hebben. Goedkope vuilniszakken of overlevingspakketten bestaan niet meer. Het enige dat ons nog rest, is besparen en nog eens besparen, waardoor we aan niets nog kunnen deelnemen en uitgesloten worden door iedereen.

Gaston WEECKERS, Wambeek

Kritisch denken

KERK & leven, 11 JANUARI 2016

Het artikel *Paus promoot kritisch denken* heeft me blij verrast. Paus Franciscus stelt dat enkel wetten en regelgeving onderhouden niet meer volstaat. We evolueerden

van een tijd van geboden en verboden naar een tijd van meer zelfstandige geloofsbeleving. Wetten en regels zijn noodzakelijk, maar mogen niet leiden tot een slaafse navolging.

In het Nieuwe Testament lezen we dat Jezus van Nazareth de geestelijke leiders uit die tijd graag confronteerde met het onzinnige van het toepassen van de wet om de wet. Jezus zei hen: „U zult de Heer uw God liefhebben met heel uw hart en met heel uw ziel en met heel uw verstand. U zult uw naaste liefhebben als uzelf.” Hij voegde daaraan toe: „Aan die twee geboden hangen de hele Wet en de Profeten.”

Mogen wij dan niet stellen dat dat de kernopdracht is van iedere christen? Het geeft ons meer ademruimte om ons geloof in de praktijk te beleven en vooral meer verantwoordelijkheid.

Mark GILLES, Edegem

Kritisch denken

KERK & leven, 11 JANUARI 2016

Paus Franciscus is voorstander van een moraal gebaseerd op de 'onderscheiding' van de stappen die een mens moet doen in een uiterst complexe wereld.

Persoonlijk heb weinig vertrouwen in die benadering, omdat de geloofskennis in onze samenleving een mager beestje is. Er groeide bovendien een grote afstand tussen de zielzorgers en de mensen die zich nu bijna anoniem aanmelden in de kerk.

Op sommige punten gaan lokale bisschoppen en priesters zelfs in tegen wat meerdere pausen in het verleden neerschreven in encyclieken. De Kerk moet duidelijk leiding geven en geen blad voor de mond nemen. Ze moet erover waken dat de gewetens op een degelijke, christelijke manier worden gevormd.

Gilbert KNUYT, Bilzen

Advertentie




Mijn Stannah Siena, aangepast aan mijn behoeften

Documentatie en gratis prijsofferte op 0800 95 950

info@stannah.be www.stannah.be

Naam + Voornaam
 Adres
 Postcode Tel :
 Stad E-mail

Stannah sprl
 Poverstraat 208, 1731 Relegem

Stannah