

Meer dan 2000 e-mails in nog geen 2 jaar kreeg de Vereniging Afbouwmedicatie met vragen van patiënten en zorgverleners over het afbouwen van psychofarmaca.

Is dat nu bedroevend of juist verheugend veel?

Wij zien dat steeds meer huisartsen en psychiaters zich bezig houden met het verminderen en stoppen van middelen zoals antidepressiva, antipsychotica, benzodiazepinen, opioïden.

Omdat hun patiënten dat ter sprake brengen of vinden zij zelf dat 'eens aan de pillen' niet automatisch 'altijd aan de pillen' zou moeten zijn?

Hoe dan ook; in steeds meer spreekkamers praten arts en patiënt over afbouwen. Kan het? Is 'het vaarwater rustig'? En vervolgens: hoe?

De [manier](#) waarop afgebouwd kan worden is op z'n zachts gezegd een heikel onderwerp.

Mensen die op zoek zijn naar zekerheden en vastomlijnde schema's hebben het extra moeilijk, want veel is (nog) onzeker en 'afwachten' is het sleutelwoord.

De ervaringen van patiënten lopen nogal uiteen; volgens de laatste [schattingen](#) ondervindt 50% problemen met afbouwen van antidepressiva, waarvan 50% ernstige klachten ervaart.

Dat zou betekenen dat 50% zonder al te grote moeite van de medicatie af komt en dat is een bemoedigend gegeven.

Welke klachten ([onttrekkingsverschijnselen](#)) kunnen optreden door afbouwen? Dat kunnen griepachtige klachten zijn, maar ook agressie en suïcide.

Gelukkig kunnen we dergelijke klachten voorkomen door bij patiënten die daar mee te maken krijgen het tempo te vertragen en de grootte van de afbouwstappen te verkleinen.

Tot nu toe kan dit alleen met op maat gemaakte [taperingstrips](#).

Bij alle methoden van afbouwen is het belangrijk de patiënten goed te informeren, te adviseren zichzelf te monitoren en bij klachten aan de bel te trekken. Zodat het schema aangepast kan worden.

Wij kunnen ons voorstellen dat hierbij een rol weggelegd is/ kan zijn voor de POH-GGZ.

Dat de Vereniging Afbouwmedicatie hier iets in zou kunnen en willen betekenen als daar behoefte aan is, spreekt voor ons vanzelf.

Kijk voor info op [www.verenigingafbouwmedicatie.nl](http://www.verenigingafbouwmedicatie.nl)

Vragen zijn welkom via [info@verenigingafbouwmedicatie.nl](mailto:info@verenigingafbouwmedicatie.nl)

Pauline Dinkelberg, voorzitter Vereniging Afbouwmedicatie

Kijktip: [ZEMBLA](#) over 'Stop met de pillen', 15 april 2021, NPO 2 om 20.25 uur

