

VERANTWOORD MEDICATIE VERMINDEREN



VERENIGING  
AFBOUWMEDICATIE

BELEIDSPLAN 2019  
[www.verenigingafbouwmedicatie.nl](http://www.verenigingafbouwmedicatie.nl)

*Vereniging Afbouwmedicatie  
Driehoek 24  
7312 CP Apeldoorn  
KVK 70323402 | RSIN 858261 790  
Email: [info@verenigingafbouwmedicatie.nl](mailto:info@verenigingafbouwmedicatie.nl)*

## Voorwoord

De vereniging is sinds de oprichting, nog maar anderhalf jaar geleden, veelvuldig in de publiciteit geweest. Dat is ook de bedoeling: aandacht vragen voor een situatie die als misstand gezien wordt.

Over aandacht vooralsnog niet te klagen, dat wordt meer gegeven dan de bemensing aan kan. Er moeten derhalve keuzes gemaakt worden. Deze aandacht leidt tot gaande meer leden en ook tot vragen over sponsoring. Dat is zeer welkom, want de begroting is voor het vele werk te schraal, er zijn dringend meer middelen nodig. Daarvoor is een plan opgezet, dat in de tweede helft van 2019 tot uitvoer gebracht dient te worden.

De groeiende hoeveelheid werk leidt tot de noodzaak om de organisatiestructuur van de vereniging te professionaliseren en dat lukt stapje voor stapje. Om bij alle activiteiten die door onbezoldigde vrijwilligers en bestuursleden worden uitgevoerd is het belangrijk dat er een heldere, regelmatige en inhoudelijke goede communicatiestructuur is. Deze communicatie loopt voor 99% via de digitale snelweg. De bestuursleden en vrijwilligers wonen niet bij elkaar in de straat en daarom is deze manier de meest efficiënte. Echter ook een gevaarlijke, elkaar 'spreken' via een toetsenbord gaat niet, dus vergt dit extra zorgvuldigheid. Basis voor kwalitatieve communicatie is een helder uitgangspunt.

Zo'n uitgangspunt is dit beleidsplan. Opgezet voor 2019 en daarna. Echter, het is een dynamisch document. Dat betekent dat we voortdurend bijschaven en aanpassen naar de omstandigheden die we tegenkomen. Anderhalf jaar na de oprichting is het duidelijk dat de vereniging net zo flexibel moet zijn als de wederpartijen.

Het bestuur heeft dit vastgesteld en, als nieuw fenomeen, ter kennisgeving lezing aan de leden aangeboden. Voor een opvolgend beleidsplan zullen op- en aanmerkingen van leden worden geïnventariseerd en verwerkt.

Apeldoorn, 9 juli 2019

Pauline Dinkelberg  
voorzitter

## Inhoudsopgave

Voorwoord .....	2
1. inleiding .....	4
2. middelen .....	4
3. termijn.....	4
4. Missie, visie en strategie .....	5
5. Anno nu .....	5
6. Anno straks .....	5
7. Bestuur, adviesraad en partners.....	6
8. financiën .....	6
9. opheffing.....	7

## 1. inleiding

Zoals de oprichtingsakte verwoordt heeft de vereniging ten doel:

- a. het behartigen van de belangen en het in en buiten rechte vertegenwoordigen van patiënten die tegen belemmeringen aanlopen bij de af- en/of opbouw van hun medicatie als gevolg van het onvoldoende aanwezig, beschikbaar en/of toegankelijk zijn van afbouwdoseringen van voornoemde medicatie, alsmede kennis daaromtrent en vergoeding daarvan;
- b. het stimuleren van gebruik op maat van medicatie;
- c. het bevorderen van bekendheid over de bestaande belemmeringen bij de af- en/of opbouw van medicatie, bij de voorschrijvers van medicatie, patiënten en andere belanghebbenden;
- d. zorg te dragen voor zowel toegang tot vergoeding als declaratie en inning van kosten die af- en/of opbouwmedicatie met zich brengen, en het verrichten van al hetgeen met het vorenstaande verband houdt of daartoe bevorderlijk kan zijn.

Korter samenvatten betekent beperken van de bedoelingen, dus we kunnen nu vaststellen dat het doel ongewijzigd wordt nagestreefd.

## 2. middelen

De vereniging bereikt haar doelen door informatie te verstrekken aan:

- a. gebruikers (patiënten)
- b. voorschrijvers (artsen)
- c. verstrekkers (apothekers)
- d. vergoeders (verzekeraars)

van medicijnen, alsmede aan

- e. beleidmakers (politici en ambtenaren)

Informatie verstrekken doet zij

- a. via de website [www.verenigingafbouwmedicatie.nl](http://www.verenigingafbouwmedicatie.nl)
- b. door beantwoording van vragen die haar via deze website bereiken.
- c. deelname aan symposia, conferenties etc
- d. het voeren van campagne (desnoods juridische procedures)
- e. het zoeken van publiciteit

## 3. termijn

Het bereiken van het gestelde binnen een bepaalde termijn is een voorwaarde om doelgericht te werk te kunnen. De vereniging is nog slechts anderhalf jaar geleden opgericht en heeft helaas te kampen gehad met diverse bestuurswisselingen. De steeds weer nieuwe aspecten die de bestuursleden tegen komen maakt het op dit moment onmogelijk een horizon te tekenen. Hoe die er uit ziet is duidelijk, hoe ver die weg is, is gissen. De hoop bestaat dat de vereniging zichzelf voor een deel overbodig maakt. Het informeren van gebruikers en voorschrijvers zal een zaak van lange adem zijn. Totdat afbouwmedicatie zo bekend is geworden, dat .....

## 4. Missie, visie en strategie

De vereniging is ontstaan, zoals zo vaak, uit onbegrip en onvrede. Gebruikers van psychofarmaca en opioïden( bijv. Oxycodon) wilden afbouwen, maar niet iedereen lukt dat met gebruik van de geregistreerde doseringen. Een apotheker had hier oog voor en startte met het produceren van 'afbouwmedicatie'; medicatie in lagere doseringen. Hiermee is vermindering in kleine stapjes mogelijk. Om patiënten en zorgverleners te informeren en om afbouwmedicatie vergoed te laten worden, werd de Vereniging Afbouwmedicatie opgericht.

De missie is nagenoeg gelijk aan het doel. Populairder gesteld: Artsen, die medicijnen voorschrijven zijn op de hoogte van het feit dat veel gebruikers van psychofarmaca en opioïden niet zomaar daarmee kunnen stoppen. Er ontstaan nare klachten, onttrekkingsverschijnselen. Bij te snel stoppen van bijvoorbeeld antidepressiva kan dit binnen een spectrum vallen van lichte lichamelijke klachten tot suïcidaal gedrag.

Deze artsen, de voorschrijvers, zijn vaak niet op de hoogte van het bestaan van afbouwmedicatie. Deze vorm van afbouwen beperkt het risico, zo is de ervaring van gebruikers en begeleidende behandelaars. Naar schatting zou op termijn het aantal gebruikers van antidepressiva van meer dan 1 miljoen (!) gereduceerd kunnen worden tot 400.000 waar heb je deze info gevonden?. Voorwaar een enorme financiële besparing, want gebruikers gebruiken deze medicijnen veelal decennialang. Vooral echter een enorme opluchting voor de gebruikers, want die slagen erin uiteindelijk het gebruiken van deze medicatie stoppen en hebben geen last meer van bijwerkingen.

Een belangrijke zaak is het om deze vorm van medicatie in het basispakket ziektekostenverzekering opgenomen te krijgen. Helaas ondervinden we veel tegenwerking van bijvoorbeeld zorgverzekeraars, Zorginstituut Nederland, beroepsvereniging psychiaters. De politiek neemt tot nu toe niet haar verantwoordelijkheid.

Daarom wordt er voortdurend campagne gevoerd om aandacht te krijgen voor deze misstand. Allerlei stakeholders, als politici, beleidmakers, ambtenaren en verzekeraars worden aangeschreven en middellijk en onmiddellijk doorlopend geprikkeld om tot gesprek te komen. Dat lukt met regelmaat, zeker als de landelijke pers zich inzet om het geluid van de vereniging te laten horen.

## 5. Anno nu

Dagelijks weten medicijngebruikers de weg naar de website te vinden en wordt persoonlijk voorlichting gegeven.

Nog maar kortgeleden is een rondetafelgesprek gevoerd met een brede kring stakeholders. Helaas echter, heeft vervolgens de motie tot opname in het basispakket het niet gehaald. De minister acht nader onderzoek nodig, terwijl aangetoond is dat dit niets gaat opleveren. Medicijngebruik en afbouw ervan is tenslotte maatwerk en volgens wetenschappers is het opbouwen van statistiek op deze basis nagenoeg onmogelijk.

## 6. Anno straks

Met spanning wordt gewacht op een volgende kans om dit gesprek opnieuw aan te gaan.

Ook de gesprekken met verzekeraars blijven gevoerd worden. Twee verzekeraars, DSW en ENO, vergoeden wel.

Met behulp van wetenschappers en ervaringsdeskundigen zal steeds opnieuw publiciteit gezocht worden en steeds opnieuw het gesprek aan worden gegaan.

De verwachting is dat onze deelname aan congressen e.d. ertoe zal leiden dat afbouwmedicatie onder zorgverleners steeds meer bekendheid gaat krijgen.

Daarnaast zorgt publiciteit en online- contact ervoor, dat patiënten goed geïnformeerd met hun arts in gesprek gaan.

Deze twee informatiestromen richting artsen/voorschrijvers zal op den duur resulteren in verhoging van de kwaliteit van zorg t.b.v. de patiënt die op een verantwoorde wijze medicatie wil afbouwen.

## 7. Bestuur, adviesraad en partners

Pauline Dinkelberg	voorzitter
Tess Janssen	algemeen bestuurslid
Bert van den Assem	bestuurslid, portefeuille Communicatie
Frans de Leede	penningmeester
vacant	algemeen bestuurslid
	secretaris
	social media manager

Er zijn geen werknemers in dienst, wel worden actieve leden ingezet voor diverse hand- en spandiensten. Er worden geen vergoedingen verstrekt. Gemaakte kosten worden op basis van declaratie vergoed.

Het bestuur werd inhoudelijk bijgestaan door de tweekoppige Medische Adviesraad, Dr. Dick Bijl en psychiater Egbert Meeter hebben zitting in de medische adviesraad.

Daarnaast wordt dankbaar gebruik gemaakt van de expertise van deze deskundigen:

- Jim van Os (psychiater UMCU)
- Peter Groot (research Maastricht University)
- Paul Harder (leverancier van afbouwmedicatie)
- Jan-Pieter Dupon (medewerker apotheek)
- Karin Groen (HAMLETT)
- Henk Mathijssen (Plusminus)

## 8. financiën

Het voeren van een juridische procedure is zeer effectief, zeker om in gesprek te geraken. Helaas zijn de kosten ervan enorm en door de vereniging nauwelijks te dragen.

Een vereniging kent leden, deze vereniging zo'n 420. De contributie bedraagt € 10,00 per jaar. Het behoeft geen uitleg dat de financiële armlslag zeer beperkt is. Naast de inkomsten uit deze contributie ontvangt de vereniging een enkele keer een bijdrage van een toegewijde particulier of betrokken ondernemer.

Om tot een bredere financiële basis te komen is een plan opgesteld, dat behelst drie terreinen:

1. het verzoek om de ANBI-status toegekend te krijgen, zodat de drempel tot giften lager wordt
2. het (matig) verhogen van de contributie
3. het werven van nieuwe leden

Het budget voor lopend boekjaar is € 5.000. Het is het doel om de begroting voor 2020 minimaal te verdubbelen en die vervolgens jaarlijks met 50% te laten groeien. Met een jaarbudget van € 25.000 is het voeren van campagne en procedures haalbaar.

De vereniging is geen vermogensbeheerder, verzamelen van vermogen is dan ook geen doel. Een gezonde buffer tot maximaal € 10.000 is wenselijk en verstandig. Mocht de situatie ontstaan dat ruime middelen voorhanden zijn, dan zal de contributie worden verlaagd cq. opgeschort.

## **9. opheffing**

Mochten de gestelde doelen duurzaam bereikt zijn, dan kan de vereniging zichzelf opheffen. Overeenkomstig de statuten zal dan worden gehandeld en het eventueel voorhanden zijnde vermogen (volgens statuten art.21, lid 2) worden bestemd in overeenstemming met het doel van de vereniging.

*VERANTWOORD MEDICATIE VERMINDEREN*



VERENIGING  
AFBOUWMEDICATIE