

Utrecht, december 2020

Betreft: Tapering antidepressiva en onderzoek

Geachte collega,

We vragen graag uw aandacht voor het volgende:

De ontwikkeling van afbouwmedicatie vanaf 2012¹ heeft in 2018 geleid tot het Multidisciplinair Document². Hierin staat de werkwijze beschreven voor antidepressiva afbouw: geleidelijk en hyperbolisch (naar het einde toe steeds langzamer). Het gaat om een persoonlijk afbouwschema 'op maat' dat op basis van samen beslissen wordt gekozen. Tevens geldt dat flexibele aanpassing van het schema altijd mogelijk moet blijven als tijdens het afbouwen blijkt dat dat nodig is - op basis van monitoring door arts en patiënt.

Met behulp van afbouwmedicatie is dit allemaal mogelijk. Niet alleen voor antidepressiva, maar ook voor andere medicijnen die onttrekkingsverschijnselen kunnen veroorzaken, zoals antipsychotica, slaap- en kalmeringsmiddelen, opioïde pijnstillers zoals tramadol en oxycodon, anti-epileptica en andere medicijnen, waaronder lithium. Geleidelijk en persoonlijk, zoals alle richtlijnen dat al voorschrijven.

Artsen hebben hiermee de mogelijkheid om te doen wat van ze wordt gevraagd: om patiënten flexibel, op maat, op basis van samen beslissen en goede (zelf)monitoring, tijdens en na het afbouwen, verantwoord te laten stoppen. Het bewijs dat dit veel beter werkt dan afbouwen zonder taperingstrips is in twee wetenschappelijke studies geleverd³. Er zijn al twee zorgverzekeraars (ENO en DSW) die afbouwmedicatie vergoeden omdat, zoals DSW in de Tweede Kamer liet weten, de zorg hierdoor naar verwachting zowel beter als goedkoper wordt⁴.

(Zelf)monitoring en onderzoek

Goede (zelf)monitoring tijdens en na afbouwen/stoppen is belangrijk. Bij taperingstrips, stabilisatiestrips en switchstrips zit hiervoor een zelfmonitoringformulier dat een patiënt één keer per dag kan invullen. Door dat te doen helpt de patiënt zichzelf en de behandelaar om het afbouwtraject zo goed mogelijk te laten verlopen. Patiënten die hier toestemming voor geven kunnen het ingevulde formulier opsturen voor onderzoek door het UMC Utrecht, om de praktijk van het afbouwen verder te verbeteren. Meer informatie over afbouwmedicatie is te vinden op de website www.taperingstrip.nl.

Met vriendelijke groet,

Peter Groot
Jim van Os

Dr. Peter C. Groot
User Research Centre NL, UMC Utrecht
Email: P.C.Groot@umcutrecht.nl

Prof.dr. Jim van Os
Voorzitter Divisie Hersenen, UMC Utrecht
Email: j.j.vanos-2@umcutrecht.nl

¹ Afbouw antidepressiva kan veel beter. Medisch Contact, 67(50), 2844-2845. 2012. www.bit.ly/2enmbMU.
How user knowledge of psychotropic drug withdrawal resulted in the development of person-specific tapering medication. Ther Adv Psychopharmacol, 2020. <https://doi.org/10.1177/2045125320932452>

² Multidisciplinair document 'Afbouwen SSRI's & SNRI's' www.bit.ly/2OLOBWY

³ Antidepressant tapering strips to help people come off medication more safely. www.bit.ly/3qoBqtY
Outcome of Antidepressant Drug Discontinuation with Taperingstrips after 1-5 Years. www.bit.ly/38brugM

⁴ Rondetafelgesprek afbouwmedicatie (uitspraak DSW na 1hr21'18") www.bit.ly/2BbcyO8