

10 december 2020 – De Vereniging Afbouwmedicatie staat dag-in-dag-uit in contact met mensen die hun [psychofarmaca](#) (willen) afbouwen. Wat ons opvalt is de grote behoefte aan maatwerk. Wat voor de een werkt, pakt heel anders uit voor de ander. Mensen die even terug moeten naar een iets hogere dosis, omdat ze klachten krijgen. Of waarbij getwijfeld wordt of er sprake is van onttrekkingsverschijnselen of toch een terugval. Sommigen blijven een maand of langer op dezelfde dosis 'hangen' om klachten te laten verdwijnen, waarna de volgende stap gezet kan worden. Want doorgaan bij klachten werkt niet!

De Vereniging Afbouwmedicatie is verheugd met de [brief](#) over afbouwen op maat die op 10 december jl. is verstuurd naar alle voorschrijvers. Dat zijn de artsen die nog liever gisteren dan vandaag hun patiënten willen helpen bij het verantwoord afbouwen van hun psychofarmaca, waaronder antidepressiva.

Gelukkig kunnen zij meteen aan de slag met afbouwmedicatie in taperingstrips waarmee op maat van de patient afgebouwd kan worden. Wat goed is om te weten; patiënten die deze strips gebruiken kunnen meedoen aan waardevol onderzoek. Het betreft een observationeel onderzoek wat, belangrijk! , niet ingrijpt in de behandeling.

Een belangrijk instrument voor de behandelaars om flexibel het afbouwschema aan te kunnen passen, is het (zelf) monitoren door de patient. Dit gebeurt door het dagelijks invullen van een monitoringsformulier met slechts enkele vragen.

Het kost de patient weinig moeite, maar het geeft waardevolle informatie; direct voor de behandelaar, maar ook voor de verbetering van de praktijk van afbouwen in de toekomst. Daartoe wordt de patient gevraagd het formulier op te sturen naar de onderzoekers van het UMC Utrecht.

Afbouwen is een 'wetenschap in ontwikkeling'; elke dag leren we van de ervaringen van patiënten!

Patiënten en zorgverleners zijn met hun vragen en opmerkingen van harte welkom via [info@verenigingafbouwmedicatie.nl](mailto:info@verenigingafbouwmedicatie.nl)