



BEELD GETTY

Van de miljoen Nederlanders die antidepressiva slikken, stoppen er volgens psychiater en mede-initiatiefnemer van **de afbouwpoli** Christiaan Vinkers elk jaar ‘een heleboel’ met het afbouwen van die medicijnen. “Bij de grote meerderheid van die stoppers gaat dat goed, maar ongeveer een kwart van hen ondervindt daar problemen bij. Daarom zijn we deze poli gestart vanuit GGZ inGeest en Amsterdam UMC, om advies op maat te geven bij het afbouwen van antidepressiva.”

In januari is de nieuwe afbouwpoli van start gegaan. Vinkers: “We hebben alles goed in de steigers gezet, en inmiddels hebben we onze eerste patiënten gezien. De eerste voorzichtige stappen zijn dus gezet.”

Angst om te stoppen

De problemen die patiënten ondervinden bij het afbouwen van antidepressiva variëren van angst om te stoppen of niet weten of het een goed idee is om te stoppen tot eerdere pogingen te hebben gedaan om te stoppen, zonder succes.

Patiënten kunnen zelf of via hun huisarts contact opnemen met de afbouwpoli, die zich bevindt op de locatie De Nieuwe Valerius van GGZ inGeest, bij VUmc. Op die poli werkt een multidisciplinair team van psychiaters, verpleegkundig specialisten, apothekers en klinisch psychologen. Na een intake wordt besloten of een patiënt mag gaan afbouwen en zo ja, hoe. Het daaropvolgende traject kan op de poli plaatsvinden, maar kan ook onder begeleiding van een eigen psychiater of huisarts.

Gebrek aan kennis

Hoewel er redelijk wat kennis is over het opbouwen van antidepressiva, ontbreekt die kennis in grote mate bij het afbouwen ervan. Vinkers: “Het afbouwen van antidepressiva doet iedereen op een andere manier, omdat daar nog maar weinig onderzoek naar is gedaan. Maar het weinige dat we wél weten komt allemaal samen in de kennis en expertise van de afbouwpoli.”

Met de afbouwpoli wil Vinkers twee dingen bereiken: “Ons doel is om mensen zo goed mogelijk te helpen bij het afbouwen en tegelijkertijd te leren van de ervaring die we zo opdoen. Die kennis willen we weer naar de huisartsen en psychiaters brengen, zodat wij uiteindelijk niet meer nodig zijn. Het mooiste zou dus zijn als we onszelf uiteindelijk kunnen opheffen.”

Naast de het opdoen van kennis uit de praktijk, doet de afbouwpoli ook mee aan verschillende landelijke wetenschappelijke onderzoeken naar stoppen met medicijnen. Vinkers: “Ook van die resultaten kunnen we leren.”