

Brief NRC feb.'21

De Hersenstichting schaaft Depressie onder de hersenziekten; volgens emeritus hoogleraar psychologie Jan Derksen (NRC 5 feb.) niet logisch, maar kan het ook kwaad?

Veel patiënten denken van wel. Een hersenziekte klinkt als iets waartegen met alle beschikbare middelen gestreden moet worden. Met medicijnen bijvoorbeeld, ook al hebben die nare bijwerkingen en is ermee stoppen na de depressie voor velen een hel. Dat terwijl het dan nog maar de vraag is of het voorschrijven van antidepressiva er werkelijk aan heeft bijgedragen dat de depressie is geweken. Veel depressies gaan over zonder medicijnen. Eventueel met behulp van gesprekken en/of therapie.

Laten we ophouden met het verspreiden van het schadelijke fabeltje dat antidepressiva je hersenen 'resetten'. Deze medicatie stuurt de boel juist in de war en bij het afbouwen merken velen hoe moeilijk het is deze verstoring te verhelpen.

Dit laat onverlet dat een onbekend aantal mensen baat lijkt te hebben bij deze 'ontregeling'.

Maar een depressie 'kanker van de geest' noemen zou zo maar kunnen leiden tot meer acceptatie van het voorschrijven van antidepressiva. Want je zou toch gek opkijken als een oncoloog gesprekstherapie tegen longkanker zou voorschrijven.