

Waarom afbouwmedicatie?



Als iemand bijv. antidepressiva wil minderen of stoppen, dat probeert met behulp van de bestaande doseringen en daar klachten door krijgt, is het verstandig om lagere doseringen te gaan gebruiken om de afbouwstappen te verkleinen.

Hoe kom je aan afbouwmedicatie?

Er zijn minstens 9 mogelijkheden:

1. Indien beschikbaar; overstappen op vloeibare medicatie
2. Tabletten delen
3. Korrels uit capsules tellen
4. Tabletten fijn maken en porties afwegen
5. Tabletten vijlen
6. Tabletten oplossen in water en dosis in spuitje optrekken
7. Gebruik maken van magistrale bereidingen van eigen apotheker
8. Of die eigen apotheker bij grootbereider bestelt
9. Afbouwmedicatie in taperingstrips

Wat is de meest precieze methode?

Taperingstrips worden in het laboratorium van de KNMP getest op kwaliteit en hoeveelheid actief ingrediënt; dus het gehalte aan medicatie per tablet.

Dat kan ook gedaan worden bij bereidingen van grootbereiders. (CEBAN, Pharmaline enz.). Een kwestie van navragen of dit werkelijk is gebeurd.

Korrels tellen kan een nauwkeurige dosis opleveren, mits van elke capsule wordt berekend hoeveel medicatie een korrel bevat.

Waarom is dit belangrijk?

Bij afbouwen blijken dosisverschillen onttrekkingsklachten te triggeren, met name aan het eind van het traject

Wat is het beste voor mij?

Wat voor jou werkt.

Er zijn mensen die succesvol cold turkey stoppen of met grote stappen.

Krijg je klachten bij opties 1 t/m 7 of wil je vanaf het begin zo min mogelijk risico lopen? Dan kun je overwegen om geteste afbouwmedicatie te gaan gebruiken.

Wat is het verschil tussen magistrale bereidingen van eigen apotheker of grootbereider en de afbouwmedicatie in taperingstrips?*

- Afbouwmedicatie in taperingstrips is gegarandeerd getest
- **En in veel kleinere doseringen beschikbaar dan andere afbouwmedicatie;**
Bijv.: 0,1 mg paroxetine i.p.v. van 0,5 mg
Zo kunnen de afbouwstappen heel klein en precies gemaakt worden.

Moet ik vanaf het begin magistrale bereidingen gebruiken?

Dat hoeft niet per definitie. Afbouwen is een kwestie van 'proberen', trial and error. Dat kan ook zodanig uitpakken dat je hardnekkige klachten oploopt van te grote stappen en wellicht angstig wordt om het nog eens te proberen.

Als die angst er al is vóór het afbouwen gestart is, kiezen velen ervoor om 'op safe' te spelen en te kiezen voor heel kleine stappen.

Veel mensen zetten de eerste stappen met de 'gewone' (geregistreerde) medicatie en kijken 'waar het schip strandt' om dan over te gaan op magistrale bereidingen.

Niet zo gek, want het is bekend dat de eerste stappen vaak goed gaan/zonder of met weinig klachten.

Hoe dichter bij de 0 mg, hoe moeilijker accuraat gedoseerd kan worden en hoe belangrijker precies werken tegelijkertijd wordt.

Hebben mensen die met magistrale bereidingen/taperingstrips afbouwen gegarandeerd geen last van onttrekkingsklachten?

Nee; het blijft een kwestie van 'opletten en erbij blijven' (ook door de voorschrijver!). Geen enkele manier is zaligmakend op zichzelf (ook taperingstrips niet); alles staat of valt met tijdig aanpassen van het afbouwen bij het optreden van klachten. VASTSTAANDE SCHEMA'S ZIJN TABOE!

Vragen? Wij zijn elke dag bereikbaar via info@verenigingafbouwmedicatie.nl

*Bereidingen komen via eigen apotheker of via [Transvaalapotheek te Den Haag](#).

Taperingstrips komen rechtstreeks per post via [Regenboog Apotheek te Bavel](#).

Doe-het-zelf-medicatie: zie www.theinnercompass.org