



10-05-2023 | [Gezonde samenleving](#) | [Hersenen](#)

Antidepressiva afbouwen met taperingstrips

Stoppen met antidepressiva kan tot ontwenningsklachten leiden. Taperingstrips zijn een hulpmiddel om die klachten te voorkomen. Onderzoekers prof. Jim van Os & dr. Peter Groot onderzochten hoe een hulpvrager met behulp van deze taperingstrips antidepressiva geleidelijk en veilig kan afbouwen.

Read in English > (<https://www.umcutrecht.nl/en/over-ons/nieuws/algemeen/tapering-antidepressants-with-tapering-strips>).

Meer dan een miljoen mensen in Nederland gebruiken antidepressiva, medicijnen die soms voorgeschreven worden bij depressies en angststoornissen. Het stoppen met antidepressiva kan lastig zijn, omdat te snel afbouwen kan leiden tot ontwenningsklachten. Om dit te voorkomen is het belangrijk om geleidelijk af te bouwen. Taperingstrips bieden uitkomst. In hoeveel stappen en hoe geleidelijk een hulpvrager moet afbouwen met behulp van taperingstrips hebben de onderzoekers nu voor het eerst [onderzocht](https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/20451253231171518) (<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/20451253231171518>).

Taperingstrips

Taperingstrips (<https://www.taperingstrip.nl/>) zijn een reeks aan elkaar zittende zakjes, met in ieder zakje de medicatie voor één dag. Daardoor maken de taperingstrips het mogelijk om de dosis in dagelijkse stappen te verlagen (<https://www.umcutrecht.nl/nieuws/innovatie-medicatie-afbouwen-in-ministapjes>). Jim van Os, hoogleraar psychiatrie, legt uit: “Het afbouwen gebeurt hyperbolisch. Dat betekent dat de stappen waarmee de dosis verlaagd wordt steeds kleiner wordt naarmate de dosis lager wordt. Dat kun je vergelijken met een glijbaan: die wordt naar het einde toe steeds minder steil, waardoor mensen veilig en zonder schokken beneden kunnen komen.”



Met taperingstrips is het mogelijk om de dosis in dagelijkse stappen te verlagen.

Jim: “In het kader van ‘samen beslissen’, wordt in overleg met de patiënt besloten in welk tempo zij hun medicatie met behulp van de taperingstrips afbouwen. Taperingstrips maken daarmee een op-maat-gemaakt afbouwschema mogelijk.”

Minder ontwenningsklachten

Voor deze studie volgden de onderzoekers meer dan 600 patiënten gedurende 1 tot 6 maanden. Ze zagen dat de ‘hyperbolische’ en op-maat-gemaakte afbouw tot minder ontwenningsklachten leidde over het gehele afbouw traject (zie kader Resultaten). Jim licht toe: “Hoe geleidelijker het afbouwen ging, hoe minder klachten we zagen.” Sommige andere factoren bleken ook invloed te hebben op de hoeveelheid ontwenningsverschijnselen. Vrouwen en jonge mensen kregen sneller last van ontwenningsklachten. Jim: “Behandelaars kunnen hierop inspelen door een nog beter op-maat-gemaakt afbouwschema aan te bieden.”

Succesvol afbouwen

De resultaten uit het onderzoek sluiten aan bij die van eerdere studies. Daaruit bleek dat taperingstrips effectief zijn, ook bij patiënten die eerder een poging tot afbouwen deden. Mensen die stopten met antidepressiva waren na het afbouwen met taperingstrips in de meeste gevallen ook niet opnieuw antidepressiva gaan gebruiken. Jim ziet de toekomst positief tegemoet: "Ons onderzoek suggereert dat afbouwen met behulp van taperingstrips een meerderheid van de hulpvragers kan helpen om met succes met een antidepressivum te kunnen stoppen. Ook na jarenlang gebruik en na één of meerdere eerdere mislukte stoppogingen."