

Hebt u het juiste recept/formulier voor u? Er is afbouwmedicatie in taperingstrips™ voor Antidepressiva (21), Antipsychotica (20), Anti-epileptica (6), Sedativa (19), Hormonen (1), Analgetica (4) & Methadon.

LEES DEZE TOELICHTING VOORDAT U HET BESTELFORMULIER=RECEPT INVULT !

1. Plotseling stoppen/starten of te snelle dosisverlaging/verhoging van [medicin] kan leiden tot het optreden van onttrekkingsverschijnselen/ongewenste bijwerkingen. Om die te voorkomen moet de dagelijkse dosis in kleine stapjes over langere tijd heel geleidelijk worden verlaagd/verhoogd. Dat kan met behulp van taperingstrips™.
2. Met een afbouwregime van één of meer taperingstrips™ kan de dosering van het geneesmiddel geleidelijk worden teruggebracht/verhoogd naar een gewenste lagere/hogere dosis of helemaal naar nul worden afgebouwd. Bij gebruik van meerdere strips sluit de einddosering van een strip altijd aan op de startdosering van de daaropvolgende strip.
3. Wat voor een bepaalde patiënt het optimale afbouw/opbouwschema is kan niet worden voorspeld. De ene patiënt krijgt veel sneller last van onttrekkingsverschijnselen/bijwerkingen dan de andere. De ene patiënt verdraagt ze ook beter dan de andere. Het risico op het optreden van onttrekkingsverschijnselen/bijwerkingen en de ernst daarvan kan worden verkleind door voor een langzamer afbouw/opbouwtraject te kiezen. De voorschrijver (psychiater, huisarts of verpleegkundig specialist) kiest samen met de patiënt voor een bepaald afbouwtraject/opbouwtraject. Dat kan op twee manieren:
 - a) U kiest samen met de patiënt alleen het traject voor de eerste 28 dagen en vult daarvoor alleen het **zwarte** deel van tabel 4 op blz. 4 in. Op basis van de ervaring van de patiënt (wel of geen onttrekkingsverschijnselen/bijwerkingen) kiest u pas later, samen met de patiënt, het vervolgetraject. Vul daarvoor op het vervolg recept op blz. 5 het **rode** deel van tabel 5 in.
 - b) U bepaalt samen met de patiënt vooraf het hele afbouwtraject. In dat geval dient u zowel het **zwarte** als het **rode** deel van tabel 4 op pagina 4 in te vullen.
4. Als er bij het middel dat wordt gebruikt sprake is van meerdere inname momenten per dag (bijv. in de ochtend en in de avond), dan gaat het afbouwen meestal het makkelijkste als er per inname moment wordt afgebouwd waarbij als laatste de avond inname wordt afgebouwd.
5. [Medicin] afbouwdoseringen in taperingstrips™ zijn alleen op recept verkrijgbaar. Het ondertekende recept/bestelformulier fungeert als recept. Bij het uitschrijven van een recept dient de voorschrijver er voor te zorgen dat herhaalrecepten voor placebo bij de lokale apotheek worden gestaakt !
6. Dat de medicatie voldoet aan de criteria om voor vergoeding vanuit het basispakket in aanmerking te komen (Groot en van Os¹) betwisten een aantal zorgverzekeraars, die daarom de afbouwmedicatie in taperingstrips™ niet willen vergoeden. Discussie hierover loopt nog². Indien mogelijk worden de kosten van de medicatie rechtstreeks gedeclareerd bij de zorgverzekeraar. Met de brief op pagina 6 kan de patiënt zelf bij de Zorgverzekeraar schriftelijk bevestiging van de vergoeding vragen. De patiënt ontvangt de factuur, die deze na betaling zelf bij de zorgverzekeraar kan declareren.
7. De medicatie wordt binnen een week na ontvangst van het recept naar het huisadres van de patiënt verstuurd. Bij afbouwtrajecten met meer dan één strip wordt allereerst de eerste strip voor 28 dagen verstuurd. Aan het eind van de derde week wordt de volgende strip toegezonden. Er wordt nooit meer dan één strip tegelijk verstuurd. De patiënt wordt verzocht om contact op te nemen met de apotheker als de medicatie na een week nog niet ontvangen is.
8. Een taperingstrip™ is een strip met 28 genummerde zakjes. In ieder zakje zit een aantal tabletten. Het aantal kan per dag verschillen en is zo gekozen dat de totale hoeveelheid medicijn die per dag wordt ingenomen langzaam daalt.
9. De patiënt begint op zondag met het innemen van de tabletten uit het eerste zakje van de strip met nummer 028 en eindigt 4 weken later op zaterdag met de tabletten uit het laatste zakje met nummer 001. **Er wordt dus naar beneden afgeteld.** De patiënt kan aan het nummer op het zakje steeds zien hoeveel dagen de strip nog duurt.
10. **STABILISATIE:** Onderbreek het afbouwtraject indien de patiënt te veel last van onttrekkingsverschijnselen heeft, doorgaan met afbouwen maakt het probleem groter! Met een stabiliseringstrip kan de patiënt kortere of langere tijd op een vaste dosering blijven. Dat kan gewenst zijn als de afbouw voor de patiënt te snel gaat of als de patiënt niet volledig wil afbouwen en een lagere (en optimalere) dosis wil blijven gebruiken. In een stabiliseringstrip is in principe iedere gewenste dosering mogelijk afgerond op 1 mg placebo, kies de dosering waarbij er minder/geen onttrekkingsverschijnselen waren.
11. Voor afbouw vanaf doseringen die niet in de tabel staan kunnen strips **OP MAAT** worden aangevraagd. Voor iedere strip dient de gewenste begin- en einddosering te worden opgegeven, waarbij er voor moet worden gezorgd dat verschillende strips op elkaar aansluiten.

12. Voor placebo zijn de volgende standaard taperingstrips™ beschikbaar:

Startdosering placebo	Einddosering placebo	Duur van de strip	Naam van de strip	Dosisverlaging per	Gemiddelde dosisverlaging	Gemiddelde dosisverlaging	code Zindex
150 mg/dag	112,5 mg/dag	28 dagen	PLCB 150-112,5/28dagen	1/2 mg	1,3 mg/dag	6,3%/week	PLACETAB
112,5 mg/dag	75 mg/dag	28 dagen	PLCB 112,5-75/28dagen	1/2 mg	1,3 mg/dag	8,4%/week	PLACETAB
75 mg/dag	37,5 mg/dag	28 dagen	PLCB 75-37,5/28dagen	1/2 mg	1,3 mg/dag	12,5%/week	PLACETAB
37,5 mg/dag	20 mg/dag	28 dagen	PLCB 37,5-20/28dagen	1 mg	0,6 mg/dag	11,7%/week	PLACETAB
37,5 mg/dag	nul	28 dagen	PLCB 37,5-0/28dagen	1/2 mg	1,3 mg/dag	25%/week	PLACETAB
20 mg/dag	10 mg/dag	28 dagen	PLCB 20-10/28dagen	1 mg	0,4 mg/dag	12,5%/week	PLACETAB
20 mg/dag	nul	28 dagen	PLCB 20-0/28dagen	1 mg	0,7 mg/dag	25%/week	PLACETAB
10 mg/dag	nul	28 dagen	PLCB 10-0/28dagen	1 mg	0,4 mg/dag	25%/week	PLACETAB
Stabilisatie	... mg/dag	28 dagen	PLCB Stabilisatie	0 mg	geen verlaging	0%/week	

In deze tabel staat voor iedere taperingstrip™ hoeveel mg placebo in het zakje voor een bepaalde dag zit:

Afbouwschema: placebo		150 - 112,5	112,5 - 75	75 - 37,5	37,5 - 20	37,5 - 0	20 - 10	20 - 0	10 - 5	10 - 0	5 - 0	1 - 1
Zakje Nr	Inname dag	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
zakje 28	zondag	150	112,5	75	38	38	20	20	10	10	5	1
zakje 27	maandag	148,5	111	72,5	37	34	20	19	10	9	5	1
zakje 26	dinsdag	147,5	109	70,2	36	30	19	17	10	9	5	1
zakje 25	woensdag	145,5	107	68,5	35	27	19	16	9	8	4	1
zakje 24	donderdag	143,5	105	66,5	34	25	18	15	9	8	4	1
zakje 23	vrijdag	142,5	103	64,5	33	22	18	14	9	7	4	1
zakje 22	zaterdag	140,5	102	62,5	32	20	17	13	9	7	4	1
zakje 21	zondag	138,5	100	60,5	32	18	17	12	9	7	3	1
zakje 20	maandag	137,5	99	59,5	31	17	16	11	8	6	3	1
zakje 19	dinsdag	135,5	97	57,5	30	15	16	10	8	6	3	1
zakje 18	woensdag	134,5	96	55,5	29	14	16	9	8	5	3	1
zakje 17	donderdag	132,5	94	54,5	29	12	15	8	8	5	3	1
zakje 16	vrijdag	131,5	93	53,5	28	11	15	8	8	4	2	1
zakje 15	zaterdag	130,5	91	51,5	27	10	14	7	7	4	2	1
zakje 14	zondag	128,5	90	50,5	27	9	14	6	7	4	2	1
zakje 13	maandag	127,5	89	49,5	26	8	14	6	7	3	2	1
zakje 12	dinsdag	126,5	87	47,5	26	7	13	5	7	3	2	1
zakje 11	woensdag	124,5	86	46,5	25	6	13	4	7	3	2	1
zakje 10	donderdag	123,5	85	45,5	24	5	13	4	6	2	1	1
zakje 9	vrijdag	122,5	84	44,5	24	5	12	3	6	2	1	1
zakje 8	zaterdag	121,5	83	43,5	23	4	12	3	6	2	1	1
zakje 7	zondag	119,5	81	42,5	23	3	12	2	6	2	1	1
zakje 6	maandag	118,5	80	41,5	22	3	11	2	6	1	1	1
zakje 5	dinsdag	117,5	79	40,5	22	2	11	2	6	1	1	1
zakje 4	woensdag	116,5	78	39,5	21	2	11	1	5	1	1	1
zakje 3	donderdag	115,5	77	38,5	21	1	11	1	5	1	1	1
zakje 2	vrijdag	114,5	76	37,5	20	1	10	1	5	1	1	1
zakje 1	zaterdag	112,5	75	37,5	20	1	10	1	5	1	1	1

13. **BELANGRIJK: Afbouwmedicatie in taperingstrips™ vervangt de gebruikelijke zorg van de arts niet ! Goede begeleiding van de patiënt tijdens - en ook nog enige tijd na het afbouwen - is en blijft belangrijk om eventuele terugval tijdig te herkennen.**

Toelichting: Door met afbouwmedicatie in taperingstrips™ af te bouwen zal er minder snel of geen sprake zijn van onttrekkingsverschijnselen, als die zich toch voordoen zullen ze minder ernstig zijn. Dit maakt het voor de arts makkelijker om terugval tijdig te herkennen. Het verschil in timing helpt hier ook bij: onttrekkingsverschijnselen treden meestal al heel snel op tijdens het afbouwen, terugval treedt meestal pas (veel) later op, vaak pas nadat de placebo al volledig is afgebouwd.

Voor vragen / informatie kunt u contact opnemen met Paul Harder, apotheker pharder@regenboogapotheek.nl of 06-25072020.

1. Hoofdstuk 2, 3 en 4 uit 'Ontwikkeling en rationaliteit van taperingstrips™. Rapport met informatie voor de bijeenkomst over taperingstrips™ die op 29 maart 2017 is gehouden op initiatief van Zorginstituut Nederland'. Samensteller: P.C. Groot. <http://bit.ly/2sTjQJl>
2. Jacobse, E. (2017). Onduidelijke regelgeving antidepressiva geeft zorgverzekeraars vrij spel. Follow The Money, 23 juni. <http://bit.ly/2rIwuSh>

TOELICHTING voor het invullen van het recept/bestelformulier voor taperingstrips™

1. **RISICOFACITOR:** Kruis **ALLE** risicofactoren aan die van toepassing zijn, **indien ten minste 1 risicofactor van toepassing is dan is Tapering geïndiceerd** (Multidisciplinair document "Afbouwen SSRI's & SNRI's"):

- i. **gemiste dosis** patiënt had last van ontrekkingsverschijnselen na een gemiste dosis
- ii. **angst afbouw** patiënt heeft angst heeft voor de afbouw, bijvoorbeeld a.g.v. een co-morbide angststoornis
- iii. **eerder mislukt** eerdere pogingen van patiënt om te stoppen of de dosis te verlagen mislukten
- iv. **onderscheid** om ontrekkingsverschijnselen of rebound goed te kunnen onderscheiden van mogelijke terugval
- v. **slow metaboliser** de laagste dosering geeft al een hoge plasmaconcentratie wat een risico is bij stoppen
- vi. **hoge dosis** de dosering was gedurende een periode van 6 maanden of langer hoger dan 100% van de DDD
- vii. **start** bij aanvang van de behandeling waren problemen met effect van de medicatie

Kruis de duur aan van het [medicin]gebruik

- 2. Vul de gegevens van de patiënt in
- 3. Vul de gegevens van de voorschrijvende arts in
- 4. Vul de tabel op de juiste manier in.

Hieronder ziet u als voorbeeld voor het medicijn '**voorbeeld**' 3 verschillende manieren waarop dat kan:

a. **Volledige afbouwen** met behulp van afbouwmedicatie in **4** taperingstrips™: **4** vakjes aankruisen (tijdsduur 4 x 28 dagen = 112 dagen)

startdosering VOORBEELD	duur afbouwtraject	STRIP 1 28 dagen	STRIP 2 28 dagen	STRIP 3 28 dagen	STRIP 4 28 dagen
30 mg/dag	112 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 5-2	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 2-0
	84 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input type="checkbox"/> VRBL 5-0	
	56 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-0		

b. **DOSISREDUCTIE** met behulp van afbouwmedicatie in **2** taperingstrips™: **2** vakjes aankruisen (tijdsduur 2 x 28 dagen = 56 dagen)

startdosering VOORBEELD	duur afbouwtraject	STRIP 1 28 dagen	STRIP 2 28 dagen	STRIP 3 28 dagen	STRIP 4 28 dagen
30 mg/dag	112 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input type="checkbox"/> VRBL 5-2	<input type="checkbox"/> VRBL 2-0
	84 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input type="checkbox"/> VRBL 5-0	
	56 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-0		

c. **STABILISATIE** op een vaste dosis: vakje aankruisen, dd en aantal herhalingen invullen (in het voorbeeld: 17 mg/dag, 2x herhalen => tijdsduur 3 x 28 dagen = 84 dagen)

STABILISATIE	28 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL stab	17 mg/dag	2 herhalingen
---------------------	----------	---	------------------	----------------------

d. Afbouwmedicatie in een taperingstrip™ **OP MAAT** voor dosisreductie van 60 mg naar 30 mg in 28 dagen. In dit voorbeeld kan aansluitend gebruik worden gemaakt van de beschikbare taperingstrips™ uit de tabel

OP MAAT	2 x 28 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL van 60 mg naar 30 mg	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL van 30 mg naar 10 mg
----------------	---------------------	---	---

- 5. Onderteken het recept
- 6. Fax het recept naar de Regenboogapotheek: **0031-(0)85-27 36 129**
- 7. Patiënt moet pagina 6 invullen en sturen naar de zorgverzekeraar, **NIET** telefonisch communiceren met verzekeraar !
- 8. Met een machtigingsaanvraag van de arts (pagina 7) wordt de kans op vergoeding van de medicatie vergroot.

Het roer is om !

LET OP: **Fax ALLEEN het bestelformulier.** Toelichting s.v.p. **niet** meefaxen.

R/ RECEPT=BESTELFORMULIER [MEDICIN]  (MN) ZI-nummer: 12345678

- 1a.** Risicofactor: gemiste dosis angst afbouw eerder mislukt onderscheid slow metaboliser hoge dosis start
- 1b.** Duur van [medicin] gebruik: <1 jaar 1-2 jaar 2-5 jaar 5-10 jaar >10 jaar

2. Voorletters en naam patiënt: N.N. Anoniem

Geboortedatum: 01 - 01 - 1980 Geslacht: M / V BSN-nummer:

Straat en huisnummer: Taperingstraat 12

Postcode en woonplaats: 4854 AA BAVEL

E-mailadres: info@taperingstrip.nl Telefoon:

Patiënt geeft toestemming de afbouwmedicatie te ontvangen van de Regenboog apotheek. ja (vakje aankruisen)

Patiënt geeft toestemming voor informatie overdracht met lokale apotheek: ja (vakje aankruisen)

Lokale apotheek: Centrum Apotheek

3. Naam voorschrijvend arts:

Zorgverleners- of BIG-nummer:

Straat en huisnummer:

Postcode en woonplaats:

E-mailadres:

Telefoon:

4. Vul TABEL 4 op de juiste manier in (zie de toelichting) Let op: afbouwmedicatie wordt per 28 dagen uitgeleverd.

Startdosering placebo	Totale duur traject	PLCB=placebo STRIP 1=28 dagen	STRIP 2 28 dagen	STRIP 3 28 dagen	STRIP 4 28 dagen	STRIP 5 28 dagen	STRIP 6 28 dagen
150 mg/dag	168 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 150-112	<input type="checkbox"/> PLCB 112-75	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-10	<input type="checkbox"/> PLCB 10-0
	140 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 150-112	<input type="checkbox"/> PLCB 112-75	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-0	
	112 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 150-112	<input type="checkbox"/> PLCB 112-75	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-0		
112.5 mg/dag	140 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 112-75	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-10	<input type="checkbox"/> PLCB 10-0	
	112 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 112-75	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-0		
	84 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 112-75	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-0			
75 mg/dag	140 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-10	<input type="checkbox"/> PLCB 10-5	<input type="checkbox"/> PLCB 5-0	
	112 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-10	<input type="checkbox"/> PLCB 10-0		
	84 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-0			
	56 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 75-37.5	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-0				
37.5 mg/dag	112 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-10	<input type="checkbox"/> PLCB 10-5	<input type="checkbox"/> PLCB 5-0		
	84 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-10	<input type="checkbox"/> PLCB 10-0			
	56 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB 37.5-20	<input type="checkbox"/> PLCB 20-0				
	28 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> PLCB 37.5-0					
Op maat	. X 28 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB	<input type="checkbox"/> PLCB	<input type="checkbox"/> PLCB	<input type="checkbox"/> PLCB	<input type="checkbox"/> PLCB	<input type="checkbox"/> PLCB
Opbouw	1 X . . . dagen	<input type="checkbox"/> PLCB					
Stabilisatie	28 dagen	<input type="checkbox"/> PLCB Stabilisatie	. . . mg/dag	. . herhalingen	dosering op 1mg afronden	<input type="checkbox"/> direct verzenden	

KOSTEN: Tapering en Stabilisatie strips bevatten medicatie voor een periode van 28 dagen. De afbouwmedicatie in de Taperingstrip™ kost gemiddeld € 0,- en in de Stabilisatie strip € 0,-. Prijzen zijn onderhevig aan wijzigingen.

5. Bovenstaand afbouwtraject is conform het behandelprotocol en na overleg tussen arts en patiënt overeengekomen.

Datum: _____ Stempel arts (bij voorkeur): _____

Handtekening arts: _____

Verzend adres: Regenboog Apotheek, Antwoordnummer 16500, 4840 WJ BAVEL, Nederland

Taperingstrips als hulpmiddel om antidepressiva verantwoord af te kunnen bouwen

Peter C. Groot & Jim van Os

Nederlands Platform voor Farmaceutisch Onderzoek. 2018;3:a1687

Kernpunten

- Bij de afbouw van antidepressiva worden behandelaren beperkt door het kleine aantal geregistreerde standaarddoseringen dat kan worden voorgeschreven.
- Magistraal bereide doseringen in taperingstrips stellen behandelaren in staat om samen met patiënten afbouwschema's op maat voor te schrijven.
- Afbouwen met behulp van afbouwmedicatie leidt tot veel minder onttrekkingsverschijnselen en slaagt veel vaker dan afbouwen zoals dat tot nu toe in de praktijk plaatsvindt.
- Het is waarschijnlijk dat de meerderheid van alle patiënten die eerder zonder succes pogingen hebben gedaan om medicatie af te bouwen, daar alsnog in zullen slagen als ze daarbij afbouwmedicatie gebruiken.

Samenvatting

Antidepressivagebruikers die proberen te stoppen kunnen bij het afbouwen last krijgen van onttrekkingsverschijnselen die zo ernstig kunnen zijn dat stoppen niet lukt. Dat zorgt voor veel problemen en dat maakt dat een onbekend aantal patiënten tegen hun zin onnodig lang antidepressiva blijft gebruiken. Een observationele studie in het wetenschappelijke tijdschrift *Psychosis* laat zien dat deze onttrekkingsverschijnselen kunnen worden tegengegaan door bij het afbouwen gebruik te maken van afbouwmedicatie, waarin, om geleidelijk afbouwen praktisch mogelijk te maken, ook gebruik wordt gemaakt van lagere dan geregistreerde doseringen. Het afbouwen wordt hierdoor makkelijker voor zowel de patiënt als voor de begeleidende arts. Veel meer patiënten dan voorheen slagen erin om hun antidepressiva op een goede manier af te bouwen, of om de dosis daarvan op een verantwoorde manier te verlagen. Ook bij patiënten waarbij afbouwen in het verleden was mislukt.

Afbouwmedicatie

Afbouwmedicatie wordt verpakt in taperingstrips. Voor het gemak van de patiënt en omdat artsen hiermee gemakkelijk afbouwschema's op maat kunnen voorschrijven. Een taperingstrip voor 4 weken bestaat uit 28 aan elkaar zittende plastic zakjes met in ieder zakje de medicatie voor één dag. De dagelijkse dosis in iedere zakje is zo gekozen dat die iedere dag een klein beetje lager of gelijk is aan die van de vorige dag. Een behandelaar kan hiermee afbouwschema's voorschrijven op maat van en in overleg met de patiënt (dit staat bekend als *shared decision making* of 'samen beslissen'). Afbouwen met alleen geregistreerde standaardmedicatie is op dit moment vaak heel moeilijk en in een aantal gevallen zelfs onmogelijk. Adviezen uit richtlijnen om geleidelijk en op maat van de patiënt af te bouwen kunnen hierdoor niet goed worden nagevolgd.

Het onderzoek

Voor het onderzoek werd gebruik gemaakt van 1121 vragenlijsten die waren ingevuld door patiënten die antidepressiva wilden afbouwen. De meerderheid (75%, n=895) wilde helemaal afbouwen. Van hen had 62% (n=692) al eerder één of meerdere afbouw pogingen gedaan. Bijna iedereen (97%) had bij eerdere afbouw pogingen last gehad van onttrekkingsverschijnselen, die door 49% als zeer ernstig werden beoordeeld (7 op een schaal van 1-7). De duur van het voorafgaande antidepressivagebruik varieerde van minder dan een jaar tot meer dan 30 jaar (mediaan: 2-5 jaar).

Afbouwen met en zonder afbouwmedicatie vergelijken

Aan alle patiënten werd gevraagd hoe het afbouwen was verlopen (op een schaal van 1-7; 1 = zeer goed; 7 = zeer slecht) en hoeveel last ze hadden gehad van onttrekkingsverschijnselen (1 = helemaal niet; 7 = zeer veel). Deze vragen werden ook gesteld over eerdere stop pogingen. Daardoor is het mogelijk om het optreden en de ernst van onttrekkingsverschijnselen te vergelijken bij afbouwen met behulp van afbouwmedicatie en bij afbouwen zoals dat tot nu toe in de praktijk gebeurt.

De belangrijkste resultaten

De belangrijkste resultaten van het onderzoek zijn dat van de 895 mensen die helemaal wilden stoppen, 71% (n=636) daar in slaagde, waarvoor mediaan 56 dagen (2 taperingstrips) nodig waren. Van de 21% (n=192) die niet volledig waren gestopt, was 8% (n=67) nog aan het afbouwen. In 4% van de gevallen (n=39) was dat vanwege onttrekkingsverschijnselen. Mogelijk omdat toch nog te snel was afgebouwd. Bij 6% (n=53) was afbouwen niet gelukt als gevolg van terugval (terugkomen van klachten zoals angst en depressie).

De resultaten van dit onderzoek maken aannemelijk dat van patiënten die al eerder zonder succes hebben geprobeerd om een antidepressivum af te bouwen, velen dat met behulp van afbouwmedicatie alsnog met succes zullen kunnen doen.

Afbouwmedicatie maakt samen beslissen mogelijk

Afbouwpogingen waarbij alleen gebruik kan worden gemaakt van geregistreerde standaardmedicatie vergroten de kans op onttrekkingsverschijnselen en onnodig antidepressivagebruik. Afbouwen op maat van de patiënt, waarbij arts en patiënt samen kunnen beslissen over de wijze waarop en de snelheid waarmee dat zal worden gedaan, leidt tot minder onttrekkingsverschijnselen en vergroot de kans van slagen van een afbouwpoging. Het zorgt er ook voor dat het voor zowel de arts als voor de patiënt makkelijker wordt om onderscheid te maken tussen onttrekkingsverschijnselen en terugval, wat belangrijk is om onterecht voorschrijven van antidepressiva tegen te gaan.

Andere medicijnen en andere gebruikers

De resultaten van dit onderzoek zijn ook relevant voor mensen die andere medicijnen gebruiken, zoals antipsychotica of benzodiazepines. Bijvoorbeeld voor mensen met psychose, omdat die vaak meerdere medicijnen gebruiken, waaronder antidepressiva. Gebruik van afbouwmedicatie biedt mogelijkheden voor het onderzoeken van veilige dosisaanpassingsstrategieën bij antipsychotica gebruikers, ook als die gelijktijdig andere medicijnen gebruiken, vooral bij medicijnen waarbij flexibele dosisverlaging nu niet goed mogelijk is.

Dr. Peter C. Groot is onderzoeker/ervaringsdeskundige bij het User Research Center, Universiteit Maastricht, en vrijwilliger bij de Stichting Cinderella Therapeutics. Prof.dr. Jim van Os is voorzitter Divisie Hersenen, Universitair Medisch Centrum Utrecht. Email: p.c.groot@maastrichtuniversity.nl, j.j.vanos-2@umcutrecht.nl.

Dit artikel is een bewerkte vertaling van: Groot PC and van Os J. Antidepressant tapering strips to help people come off medication more safely. *Psychosis*. 2018 May 24;10(2):142-155. Translated and reprinted with permission of the publisher Taylor & Francis Ltd. <https://doi.org/10.1080/17522439.2018.1469163>

LANDELIJK BELEID

Multidisciplinair document "Afbouwen SSRI's & SNRI's", 26 september 2018

In het Multidisciplinair document is vastgelegd dat de behandelaar, bij aanwezigheid van één of meer risicofactoren voor het antidepressivum discontinuerings syndroom (ADS), in overleg met de patiënt kan kiezen voor een qua tempo en doseringsstappen geleidelijk afbouwschema.

Het multidisciplinair document is samengesteld door een werkgroep van de koepelorganisaties de Koninklijke Nederlandse Maatschappij ter Bevordering der Pharmacie (KNMP), MIND Landelijk Platform Psychische Gezondheid, het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG) en de Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie (NVvP). Voor meer informatie:

www.nhg.org/actueel/nieuws/document-afbouwen-antidepressiva-geeft-houvast-aan-patient-arts-en-apotheker