

Antipsychotica

Soms nodig, meestal niet



En waarom afbouwen zo belangrijk is...

Inhoud

	Vooraf	3
	Antipsychotica, wat doen ze?	4
Colofon	Afbouwen antipsychotica, waarom?	5
Tekst Hedda van het Groenewoud	Uw inbreng is belangrijk	6
Met medewerking van Bas Castelein, arts verstandelijke gehandicapten en BOPZ-arts, 's Heerenloo - Advisium Noordwijk Sabine van der Meij-Sneijders, orthopedagoog/gedrags- wetenschapper, 's HeerenLoo - Advisium Noordwijk Gea de Mooij, lid regioclëntenraad Noordwijk Marjorie Nelissen-Vrancken, apotheker, Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik Hans de Vos Burchart, manager operations, Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik	Waarom gedraagt hij zich zo?	7
	Ervaringen, zorgen, twijfels en vragen	8

Deze brochure is ontwikkeld door het Instituut voor Verantwoord Medicijngebruik in samenwerking met 's Heerenloo Noordwijk, en is onderdeel van het project *Optimaliseren antipsychoticagebruik bij mensen met een verstandelijke beperking*. Dit project is mogelijk gemaakt met subsidie van ZonMw.

Aan de inhoud van deze brochure kunnen geen rechten ontleend worden.

februari 2016

© Instituut voor Verantwoord medicijngebruik
Postbus 3089, 3502 GB Utrecht
www.medicijngebruik.nl



Vooraf

Mensen met een verstandelijke beperking gebruiken medicijnen. Net zo vaak als iedereen. Wat opvalt is dat ze veel vaker antipsychotica krijgen. Vooral om rustig te worden als ze erg onrustig zijn, agressie laten zien of uitdagend gedrag vertonen. Vaak gebruiken ze die antipsychotica vervolgens jarenlang.

Waarom deze brochure?

Zo komen we bij het waarom van deze brochure: te veel mensen met een verstandelijke beperking krijgen veel te lang antipsychotica. Dat is onnodig - zeker als ze deze voor gedragsproblemen gebruiken - én niet gezond. Zorgverleners willen daarom proberen het gebruik van antipsychotica te minderen. Dit gaat vaak heel goed, zo blijkt uit onderzoek. Cliënten voelen zich beter én gedragsproblemen keren meestal niet terug.

Gebruikt uw naaste antipsychotica?

Gebruikt uw naaste een antipsychoticum? En doet hij dat al jaren? Dan is het waarschijnlijk ook voor hem beter om te minderen. Natuurlijk alleen als u er achter staat. Wel handig als u dan weet wat antipsychotica zijn en waarom afbouwen verstandig is. Dit leest u allemaal in deze brochure. Heeft u na het lezen nog vragen? Aarzel dan niet en stel ze aan de arts.

Zomaar wat cijfers²

- 32% van de mensen met een verstandelijke beperking gebruikt een antipsychoticum, meestal vanwege gedragsproblemen.
- 80% gebruikt deze langer dan tien jaar.
- 53% heeft daardoor last van onrustige bewegingen en plotselinge spiertrekkingen.
- 46% kampt daardoor met overgewicht, heeft een hoge bloeddruk, verhoogd bloedsuiker en cholesterol.

¹ Als er 'hij' of 'hem' staat bedoelen we ook 'zij' of 'haar'.

² Uit promotieonderzoek (2013) van Gerda de Kuijper, Arts voor Verstandelijk Gehandicapten.



Antipsychotica, wat doen ze?

Antipsychotica helpen tegen psychoses

Antipsychotica zijn medicijnen die, het woord zegt het al, helpen tegen een psychose³. Ze helpen te herstellen van een psychose en een nieuwe te voorkomen. Een psychotische aandoening is heel vervelend. Gelukkig hebben niet veel mensen er last van, ongeveer 3% van de bevolking.

Antipsychotica maken iemand rustig

Ook bij mensen met een verstandelijke beperking komen psychoses weinig voor. Toch krijgen zij vaak antipsychotica voorgeschreven. Dat komt omdat deze medicijnen niet alleen helpen tegen een psychose, maar ook om iemand rustig te krijgen. En bijvoorbeeld te voorkomen dat een crisissituatie escaleert.

Antipsychotica hebben vaak nare bijwerkingen

Antipsychotica maken je dus rustig. Maar ze kunnen ook nare bijwerkingen hebben. Zeker als je ze lange tijd gebruikt. En wat blijkt? Juist mensen met een verstandelijke beperking hebben vaker last van bijwerkingen. Misschien herkent u dit bij uw naaste?

Veel voorkomende bijwerkingen

- Sufheid en slaperigheid
- Onrustige benen, afwijkende spierbewegingen
- Moeizaam lopen, kauwen, slikken, praten
- Gewichtstoename
- Afvlakking gevoel

Veel voorgeschreven antipsychotica

- Haloperidol (Haldol)
- Olanzapine (Zyprexa)
- Pipamperon (Dipiperon)
- Risperidon (Risperdal)

³ Tijdens een psychose gaat er iets mis in je hersenen. Je ervaart de wereld om je heen anders dan anderen: je hebt wanen, hallucinaties en bent in de war.



Antipsychotica afbouwen, waarom?

Antipsychotica zijn tijdelijke oplossing

Antipsychotica kunnen nuttig zijn als uw naaste erg onrustig is of agressie laat zien. Alleen dan wel als tijdelijke oplossing, om rustig te worden. Na een korte tijd moeten de arts, gedragswetenschapper en begeleiders kijken hoe het gaat en het antipsychoticum weer langzaam afbouwen.

Cliënt knapt op

Alleen gebeurt dat afbouwen vaak niet. Meestal uit angst voor nieuwe crisissituaties. Die angst is begrijpelijk, maar vaak niet terecht. Uit onderzoek blijkt namelijk dat veel cliënten die minder antipsychotica gebruiken - of er zelfs helemaal mee stoppen - juist opknappen. En onrustig of agressief? Dat zijn ze niet meer.

Toch weer onrustig?

Het kan zijn dat uw naaste tijdens het afbouwen weer wat onrustig wordt. Meestal is dat een reactie op het afbouwen. Het helpt dan om het antipsychoticum in nóg kleinere stapjes te minderen. Of tijdelijk te stoppen met afbouwen. Arts en begeleiders houden uw naaste natuurlijk goed in de gaten. En u waarschijnlijk ook. Zo zorgt u er samen voor dat het afbouwen zonder problemen verloopt.

Afbouwen, hoe gaat dat?

- De arts stelt een schema op. Hierin staat in hoeveel stapjes het antipsychoticum wordt afgebouwd.
- Uw naaste krijgt steeds een lagere dosis van het antipsychoticum.
- De gedragswetenschapper onderzoekt of uw naaste eventueel extra ondersteuning nodig heeft. Bijvoorbeeld beweeg- of muziektherapie.
- Het afbouwen duurt een paar maanden.
- De arts, gedragswetenschapper, begeleiders - én u - kijken goed hoe uw naaste reageert. En wisselen hun ervaringen geregeld met elkaar uit.



Uw inbreng is belangrijk

Wat zijn uw ervaringen?

De arts en gedragswetenschapper bepalen of uw naaste het antipsychoticum kan afbouwen. Dit bespreken zij met u. Om u te informeren, maar ook om uw ervaringen te horen. Hoe was uw naaste vóór hij antipsychotica kreeg? Waarom kreeg hij ze? Wat veranderde er aan zijn gedrag? Zeker als hij het antipsychoticum al lang gebruikt, bent u misschien de enige die dit weet.

Wat ziet u veranderen?

Tijdens het afbouwen houden de zorgverleners uw naaste natuurlijk goed in de gaten. Ook uw inbreng is belangrijk. Wat ziet u veranderen? Vindt u het goed gaan, of maakt u zich juist zorgen? Twijfelt u of uw naaste wel moet doorgaan? Of denkt u juist, 'ik zie hem opknappen'? Welke ervaringen u ook heeft, u kunt ze altijd bespreken met de arts of een van de andere zorgverleners.

Tips voor het gesprek met de arts

- Bereid u voor op het gesprek. Zo voorkomt u dat u dingen vergeet te vragen of te vertellen.
- Schrijf eventuele vragen op. Bijvoorbeeld achterop deze brochure.
- Vraag om uitleg als u iets niet begrijpt. Domme vragen bestaan niet.
- Vraag hoe u de arts kunt bereiken als u na het gesprek nog vragen hebt.



Waarom gedraagt hij zich zo?

Onrustig gedrag, maar waarom?

Het is begrijpelijk dat zorgverleners naar antipsychotica grijpen als uw naaste erg onrustig is of agressie laat zien. Alleen zijn deze zware medicijnen niet altijd de juiste oplossing voor dit probleem. Misschien heeft uw naaste wel pijn, is zijn omgeving te onrustig, krijgt hij te veel of juist te weinig prikkels. Dan is het beter om dáár wat aan te doen.

Zoveel oorzaken, zoveel oplossingen

Uitvinden wat er aan de hand is, is een zoektocht. Vooral van de arts en gedragswetenschapper, maar ook van de begeleiders. Is eenmaal duidelijk waarom uw naaste zich zo gedraagt, dan zijn er allerlei oplossingen. Zonder of mét medicijnen. Soms kan een pijnstiller helpen of meer beweging, een andere dagbesteding of gedragstherapie.

Beter in zijn vel

Zonder - of met minder - antipsychotica wordt uw naaste weer levendiger. En misschien ook wat drukker. Dat is mogelijk even wennen. Maar wat u vooral zult merken, is dat u weer meer contact met hem heeft. Dat hij beter in z'n vel zit. En daar gaat het natuurlijk om.

Ervaringen, zorgen, twijfels en vragen

Ruimte voor aantekeningen