

Inhoud

Inleiding 9

1 Hoe het allemaal begon... 13

1.1 Inleiding 13

1.2 Gebruik van medicatie in de psychiatrie vóór 1950 13

1.3 De eerste antipsychotica 16

1.4 De tweede generatie antipsychotica 17

1.5 De eerste antidepressiva 18

1.6 De tweede generatie antidepressiva 19

1.7 Andere psychofarmaca 21

Stemmingsstabilisatoren 21

Benzodiazepinen/slaapmiddelen 23

Psychostimulantia 23

1.8 Voor- en tegenbewegingen in de 'biologische' psychiatrie van 1950 tot nu 24

2 Soorten psychofarmaca, werking, bijwerkingen en indicatiegebieden 28

2.1 Inleiding 28

2.2 Antidepressiva 29

2.3 Antipsychotica 37

2.4 Stemmingsstabilisatoren 43

2.5 Kalmeringsmiddelen en slaapmedicatie: anxiolytica en hypnotica 45

2.6 Psychostimulantia 51

2.7 Overige psychofarmaca 54

- 3 Het gebruik van het medicijn 57**
 - 3.1 Inleiding 57
 - 3.2 Indicaties en contra-indicaties 58
 - 3.3 De weg van het medicijn door het lichaam 60
 - 3.4 Doseerschema? Effect? Hoelang doorgaan met het medicijn?
Welk medicijn? 62
 - Antidepressiva 62
 - Antipsychotica 66
 - Stemmingsstabilisatoren 70
 - Kalmeringsmiddelen en slaapmedicatie: anxiolytica en hypnotica 73
 - Psychostimulantia 75
 - 3.5 Redenen om met het medicijn te stoppen 79
 - 3.6 Omgaan met bijwerkingen 81
 - 3.7 Combinatie met andere medicijnen, alcohol en drugs 82
 - 3.8 Medicatie en autorijden/machines bedienen 82
 - 3.9 Slotopmerking 85

- 4 Pillen of praten? 87**
 - 4.1 Inleiding 87
 - 4.2 De richtlijnen voor behandeling 88
 - ADHD/ADD bij volwassenen 89
 - Angststoornissen 91
 - Bipolaire stoornis 96
 - Depressie 97
 - Dysthymie 99
 - Premenstrueel syndroom (PMS) 99
 - Schizofrenie en andere psychotische stoornissen 100
 - Slaapproblemen 100

- 5 Vooroordelen over medicatie bij psychische klachten 102**
 - 5.1 Inleiding 102
 - 5.2 Enkele vooroordelen op een rij 102

6	Hoe wordt een geneesmiddel ontwikkeld?	111
6.1	Inleiding	111
6.2	De weg van onderzoek tot registratie van een geneesmiddel	111
6.3	Meedoen aan geneesmiddelenonderzoek	114
6.4	De positie van de farmaceutische industrie	115
7	Hoe werken psychofarmaca in het brein?	117
7.1	Inleiding	117
7.2	Farmacokinetiek (de weg van het medicijn door het lichaam)	118
7.3	Prikkeloverdracht tussen zenuwcellen	120
7.4	Farmacodynamiek: welke effecten hebben de verschillende psychofarmaca in de prikkeloverdracht?	124
	Verklarende woordenlijst	129
	Websites	133
	Over de auteurs	136

Inleiding

Er is de laatste tijd nogal wat te doen over medicatie bij psychische klachten en psychiatrische ziekten. Antidepressiva zijn negatief in het nieuws omdat je er suïcidaal van zou worden, kinderen krijgen te snel Ritalin® als ze een beetje druk zijn, en als je niet oppast word je een zombie van die pillen en kom je er nooit meer van af. Voor- en tegenstanders verschijnen in de media en buitelen over elkaar heen.

Een kritische kijk op medicatie voor psychische klachten is goed, maar wie moet je geloven? De huisarts of psychiater die de medicatie voorschrijft, de buurvrouw die al jaren een antidepressivum gebruikt en er niet van af komt, de tv-programma's die waarschuwen voor al te gemakkelijk gebruik van medicijnen?

Dit boekje wil duidelijkheid geven over medicatie bij psychische klachten, ook wel psychofarmaca genoemd; aan jou, de (mogelijke) gebruiker van psychofarmaca, aan je naasten die er vragen over hebben, en aan ieder ander die er meer over wil weten. We richten ons op psychofarmaca bij volwassenen en ouderen.

De volgende onderwerpen en vragen over psychofarmaca passeren de revue:

1. De opkomst van medicijnen in de psychiatrie in de jaren vijftig en zestig van de twintigste eeuw.
2. Verschillende soorten psychofarmaca en de namen van het medicijn, voor welke psychiatrische klachten ze gebruikt kunnen worden, gangbare doseringen en mogelijke bijwerkingen.

3. Het gebruik van psychofarmaca: hoe wordt een medicijn toegediend, hoelang moet het inwerken voordat er effect kan optreden, hoelang moet/kan je doorgaan met het medicijn, en redenen om te stoppen. Ook gaan we in op wat je kunt doen bij terugkomen van de psychische klachten na stoppen, of als je het gevoel hebt dat het medicijn niet (meer) werkt. Verder vind je informatie over psychofarmaca en autoriteiten en het bedienen van machines.
4. Pillen of praten? Wat is er bekend over de effecten van medicatie en die van gesprekstherapie (bijvoorbeeld psychotherapie, cognitieve gedragstherapie)? Is een combinatie van pillen en praten beter? Wanneer is medicatie beter, wanneer andere therapie? We bespreken voor de meest voorkomende psychische klachten welke behandelingsvormen er zijn. Waar het relevant is, beschrijven we ook alternatieve behandelingsstrategieën, zoals lichttherapie bij winterdepressie, ECT-behandeling bij ernstige depressie en haptotherapie of psychomotore therapie bij spanningsklachten.
5. Enkele vooroordelen op een rij: medicijnen zijn verslavend, je komt nooit meer van die pillen af, je wordt een zombie, als je medicatie neemt ben je gek, enzovoort.
6. Psychofarmaca op de markt: de ontwikkeling van een nieuw medicijn door de farmaceutische industrie, meedoen aan geneesmiddelenonderzoek, en de wetgeving over de registratie van een nieuw medicijn.
7. Tot slot beschrijven we hoe psychofarmaca werken in het brein. Hier verwijzen we ook naar computeranimaties op internet over de werking van bijvoorbeeld een antidepressivum.

Wij hopen je een boekje met informatie te geven, waardoor je je een genuanceerd beeld kunt vormen over het gebruik van psychofarmaca.

De informatie in dit boekje is gebaseerd op de kennis van begin 2011, voor de Nederlandse situatie. Het is onafhankelijk van enige farmaceutische industrie geschreven. Ontwikkelingen met betrekking tot nieuwe geneesmiddelen, medicamenteuze behan-

delingen en andere vormen van behandelingen voor psychische klachten en psychiatrische ziekten gaan snel. Het is dus mogelijk dat informatie die je nu leest over een aantal jaren niet meer geldig is of aanvulling behoeft. En natuurlijk is dit boekje niet honderd procent compleet. Voor de meest actuele informatie over medicijnen verwijzen we je naar je arts, apotheker of de website www.apotheek.nl. Voor de recente ontwikkelingen op behandelgebied van psychische aandoeningen kun je terecht op www.ggzrichtlijnen.nl of de website van de NVvP (Nederlandse Vereniging voor Psychiatrie), www.nvvp.net. Daarnaast kunnen websites van specifieke kenniscentra en patiëntenverenigingen handig zijn. Voor depressie en angststoornissen: www.nedkad.nl, www.adfstichting.nl; voor bipolaire stoornis: www.kenbis.nl, www.vmdb.nl; voor psychotische stoornissen: www.gedachtenuitpluizen.nl, www.anoiksis.nl, www.ypsilon.org; voor ADHD: www.balansdigitaal.nl, www.impulsdigitaal.nl, www.zitstil.be.

Je kunt aan dit boekje geen rechten ontleen. De verantwoordelijke voor jouw specifieke behandeling is uiteindelijk je behandelend arts, en hij of zij kan andere beslissingen nemen dan je op grond van de tekst in dit boekje zou verwachten. Wel draagt dit boekje bij aan meer kennis bij jou als 'consument' en we hopen je zo te helpen een gelijkwaardige gesprekspartner van je handelaar te zijn.