De niet-farmacologische aanpak van angststoornissen in de huisartsenpraktijk

Haio: VAN THIENEN Ruud , KUL
Promotor: VAN NULAND Marc , KUL
Praktijkopleider: VAN LANGENDONCK Jan

Context: Angststoornissen (AS) kunnen zowel het sociale als professionele leven van patiënten alsook ons hele gezondheidszorgsysteem zwaar belasten. Doordat de life-time prevalentie van AS oploopt tot 12.5-16% wordt bijna iedere huisarts regelmatig geconfronteerd met deze problematiek. De niet-farmacologische behandeling van AS verdient meer aandacht omwille van de talrijke mogelijke nevenwerkingen van conventionele farmacologische behandelingen alsook in de aanpak van AS in specifieke situaties zoals tijdens de zwangerschap en in de postpartum periode.

Onderzoeksvraag: Welke niet-farmacologische behandelingen voor angststoornissen bestaan er die zowel effectief zijn (vermindering in symptomen en/of verbetering van quality of life) als gebruiksvriendelijk toepasbaar zijn in de eerstelijnszorg?

Methode: Wij voerden een beschrijvende systematische review uit betreffende iedere mogelijke niet-farmacologische behandeling van AS waarvoor wetenschappelijke evidentie bestaat ?n die gebruiksvriendelijk toepasbaar is in de eerstelijnszorg. De MEDLINE, Embase, PsycINFO and Cochrane Library databases werden doorzocht om relevante artikels gepubliceerd in de periode 2010-2015 op te sporen.

Resultaten: Vijftien artikels waarvan 10 systematische reviews (met in totaal 265 onafhankelijke studies) voldeden aan de inclusiecriteria. Wij vonden evidentie voor het gebruik van face-to-face ?cognitive behavioral therapy? (CBT), online CBT, lichaamsbeweging en mind-body interventies in de behandeling van AS in de huisartsenpraktijk. De patiëntenpopulatie waarvoor deze therapie?n bruikbaar bleken, bestond uit zowel kinderen, adolescenten, volwassenen, zwangere vrouwen alsook patiënten met invaliderende co-morbiditeit zoals chronic obstructive pulmonary disease (COPD), type II diabetes mellitus (DM) en de ziekte van Parkinson.

Conclusie: Deze systematische review levert duidelijk wetenschappelijk bewijs dat er effectieve niet-farmacologische behandelingsstrategie?n voor AS bestaan en dat ze ook als 1e keuze behandeling kunnen ingezet worden voor de aanpak van AS in een huisartsenpraktijk. Het toekomstige gebruik van online CBT alsook van lichaamsbeweging voor patiënten met belangrijke co-morbiditeit zoals COPD en type II DM oogt veelbelovend hoewel meer praktijkgericht onderzoek nodig is.