Wat verwachten patiënten met overspanning en burn-out van hun behandelaars in de eerste lijn?

Haio: SEYS Ellen , U.G.
Promotor: CHRISTIAENS Thierry , U.G.
Praktijkopleider:

Context: Mensen worden blootgesteld aan een hoge prestatiedruk op de werkvloer en ervaren stress in hun privéleven. Hierdoor neemt het aantal patiënten met overspanning en burn-out de laatste jaren sterk toe. Bij de behandeling van overspanning en burn-out is het belangrijk de verwachtingen van de patiënt te kennen om zo hieraan tegemoet te komen of eventueel bij te sturen. Het doel van dit onderzoek is nagaan wat de verwachtingen zijn van patiënten met overspanning of burn-out ten opzichte van hun huisarts en andere eerstelijns hulpverleners.

Onderzoeksvraag: Wat verwachten patiënten met overspanning en burn-out van hun behandelaars in de eerste lijn?

Methode: Het onderzoek startte met een literatuuronderzoek, aan de hand van de definitie van overspanning en burn-out werden de inclusiecriteria voor het onderzoek bekomen. Het kwalitatief onderzoek betreft een semi-gestructureerd interview met tien patiënten. De tien patiënten voldeden aan de inclusiecriteria en komen uit eenzelfde huisartsenpraktijk in West-Vlaanderen. De interviews werden met een audio-recorder opgenomen. Daarna werden deze woordelijk uitgetypt en verwerkt.

Resultaten: Patiënten met overspanning of burn-out verwachten dat hun huisarts naar hun verhaal luistert, het probleem erkent en begrip toont. De meerderheid wenst daarnaast dat er nagegaan wordt of er geen lichamelijke oorzaak is voor hun klachten. Opmerkelijk is dat de helft van patiënten weinig verwachtingen hebben, ze leggen hun lot als het ware in handen van hun huisarts. Ze vertrouwen erop dat de huisarts hen verder kan helpen en indien nodig verwijst voor verdere begeleiding/behandeling. De stap naar de psycholoog of psychotherapeut is voor vele patiënten een grote drempel, ze vinden hun situatie vaak niet ernstig genoeg. Maar als het aangeraden wordt door hun huisarts, zijn ze wel bereid er op in te gaan. Bij een eerste consult heeft de meerderheid van de patiënten geen vraag naar arbeidsongeschiktheid, integendeel, de huisarts moet de patiënt vaak overtuigen om thuis te blijven van het werk. Ten opzichte van medicatie staan de patiënten eerder weigerachtig, toch worden in enkele gevallen benzodiazepines/antidepressiva voorgeschreven.

Conclusie: Hoewel overspanning en burn-out veel besproken zijn in de media, is het opmerkelijk dat de helft van de geïnterviewde patiënten niet goed weten wat ze kunnen verwachten van de huisarts en de eerstelijns psycholoog. Vandaar het belang om bij het eerste consult na te gaan wat de verwachtingen zijn bij de patiënt en deze indien nodig bij te sturen. Voor toekomstig onderzoek is het formuleren van een definitie van overspanning en burn-out met diagnostische criteria een absolute noodzaak, zodat de diagnostiek correcter en eenvoudiger kan worden. Aangezien overspanning en burn-out toenemen in onze samenleving wordt het belangrijk om meer in te zetten op preventie en te onderzoeken hoe de rol van arbeidsgeneesheer als preventie-adviseur kan uitgebreid worden.