Mindfulness-based cognitive therapy (MBCT) als preventie van herval bij depressie

Haio: BUYSSE Stefaan , U.G.
Promotor: CLAYS Els , U.G.
Praktijkopleider: KLEIN Karen , Magniette Delphine , Van Den Berghe Chantal

Context: Depressie is een wereldwijd vaak voorkomende stoornis met een belangrijke negatieve impact op het sociaal, persoonlijk en professioneel functioneren. Hierdoor ontstaat een belangrijke ziektelast. De behandeling van depressie bestaat vandaag voornamelijk uit farmacotherapie en psychotherapie. Sommige patiënten verkiezen echter alternatieve therapieën. Eén van deze therapieën is Mindfulness-Based Cognitieve Therapy (MBCT).

Onderzoeksvraag: De effectiviteit nagaan van MBCT als preventie van herval bij patiënten in remissie bij majeure depressie. Ook is het de bedoeling om via deze literatuurstudie een beter idee te krijgen welke plaats MBCT zou kunnen hebben in de eerstelijnsbehandeling van majeure depressie en in het bijzonder in de huisartsenpraktijk.

Methode: Randomised Controlled trials (RCT's) rond MBCT als preventie van herval bij patiënten met een majeure depressie werden via Pubmed en Embase opgezocht met en zonder MESH-termen. De RCT's die dit onderzochten, voldeden aan de in-en exclusiecriteria, gepubliceerd na 2010 werden geselecteerd.

Resultaten: Van de 245 geselecteerde artikels werden slechts acht geïncludeerd in deze literatuurstudie. Waarbij zeven studies het effect van MBCT onderzocht ten opzichte van een actieve controlegroep (Cognitieve therapie (CT), medicatie, Health Enhancement Program (HEP) en Depression Relapse Active Monitoring (DRAM)) en in 1 studie ten opzichte van TAU (Treatment As Usual). In twee studies kon er een statistisch significant resultaat worden weerhouden. Ten eerste kon de studie van Godfrin et al. 2010 - waar vergeleken werd met TAU - een statistisch significant effect aantonen op de relapse rate van de deelnemers alsook op de gemiddelde tijd tot een eerste herval na remissie. Ten tweede kon de studie van Meadows et al. 2014 - waar vergeleken werd met DRAM - een statistisch significant effect aantonen op de gemiddelde tijd tot een eerste herval na remissie.

Conclusie: MBCT kan een mogelijke alternatieve therapie zijn ter preventie van een depressieve episode bij patiënten in remissie van een majeure depressie, maar niet als eerste keus en er is meer onderzoek nodig om concrete richtlijnen hiervoor te kunnen opstellen.