De educatie rondom benzodiazepines en verwante middelen in de huisartsenpraktijk bij patiënten die langdurig deze medicatie gebruiken in het kader van slapeloosheid

Haio: DE RYCK Nick , V.U.B.
Promotor: VANSINTEJAN Johan , V.U.B.
Praktijkopleider: CHOVANOVA Helena , Heyvaert Goedele , Vanderoost Sofie , VERBEKE Gwen , Yap Julie

Context: Slaapproblemen zijn een zeer vaak voorkomende aanmeldingsklacht in de huisartspraktijk. Ondanks de aanbevelingen, worden benzodiazepines en verwante producten hiervoor veelvuldig en langdurig gebruikt. Patiënten blijken onvoldoende op de hoogte te zijn van de gevaren van chronisch gebruik. Abrupt stoppen met deze middelen zorgt voor ontwenningsverschijnselen. Het stapsgewijs afbouwen van slaapmedicatie is doeltreffend en wetenschappelijk onderbouwd.

Onderzoeksvraag: Allereerst beoogt dit project na te gaan of een informatief gesprek tussen arts en patiënt leerrijk is voor de patiënt en of hij nadien bereid is tot afbouw van de slaapmedicatie. Vervolgens tracht men de visie van actieve huisartsen te bevragen over de toepasbaarheid van dit gesprek.

Methode: Dit is een kwaliteitsverbeterend project in een huisartsenpraktijk over een periode van 4 maanden. Patiënten die langdurig slaapmiddelen gebruikten, werden gevraagd om op een gesprek te komen. De patiënt werd eerst geïnformeerd en nadien werd de bereidheid tot afbouw van slaapmedicatie bevraagd. Om de toepasbaarheid ervan te beoordelen, vonden er focusgroepen plaats met zowel jonge als geroutineerde huisartsen.

Resultaten: Er vond een gesprek plaats met 20 patiënten, waarvan 16 vrouwen (80%) en 4 mannen (20%). Quasi alle participanten gaven aan dat het gesprek leerrijk was geweest (95%) en de meerderheid was overtuigd tot afbouw (75%). Geroutineerde huisartsen gaven aan dat het gebrek aan tijd de voornaamste limiterende factor om deze methode toe te passen in de praktijk. Het spreiden van informatie en het gebruik van tools (zoals flyers en folders) worden als oplossingen voorgesteld.

Conclusie: Dit kwaliteitsverbeterend project heeft aangetoond dat een informatief gesprek met de patiënt doeltreffend is om hen te educeren alsook hen te overtuigen dat afbouw van slaapmedicatie zinvol en haalbaar is. Er is niet alleen nood aan een toegankelijke methode om de patiënt te informeren, maar ook aan een multidisciplinaire aanpak van de verslavingsproblematiek.