Wat kan huisartsen ondersteunen bij de afbouw van benzodiazepines en z-drugs bij chronische slaapproblemen: Een kwalitatieve exploratie.

Haio: HOEDT Josefien , U.G.
Promotor: VAN NULAND Marc , KUL
Praktijkopleider: CLAEYS Jeroen , CLAEYS Sofie , MICHELS Jasmin , POLFLIET Jeroen , VERHELST Luk

Context: Benzodiazepines worden in de Belgische bevolking nog vaak voorgeschreven bij slaapproblemen. Eén op de vier mannen en één op de drie vrouwen ouder dan 75 jaar gebruikt een slaap- of kalmeermiddel. In de literatuur zijn voornamelijk studies te vinden die onderzoeken wat de huisarts aanzet tot opstart van deze slaapmedicatie. Er zijn slechts enkele studies die ook nagaan wat de belemmerende factoren zijn bij de afbouw van benzodiazepines en Z-drugs. Zo zijn het weigeren van afbouw door de patiënt, het idee dat het motiveren van de patiënt te moeilijk is, het gebrek aan psychotherapie in de buurt en aan alternatieve behandelingen, tijdgebrek, voorschrijven van benzodiazepines in de tweede lijn of door collega-huisartsen, slechte ervaringen met afbouwpogingen in het verleden en geen financiële steun voor een langdurig consult reeds in de literatuur beschreven. Met behulp van deze studie worden de belemmerende factoren volgens huisartsen bij de afbouw van benzodiazepines verder geëxploreerd. Daarnaast wordt nagegaan wat huisartsen kan helpen om meer patiënten aan te zetten tot stop van deze slaapmedicatie, wat nauwelijks eerder werd onderzocht.

Onderzoeksvraag: Wat zijn volgens huisartsen de belemmerende en faciliterende factoren voor de afbouw van benzodiazepines bij chronisch gebruik voor slaapproblemen?

Methode: Er werd een kwalitatieve prospectieve studie door middel van diepte-interviews uitgevoerd bij actieve huisartsen en huisartsen in opleiding in Vlaanderen tussen 25 en 65 jaar. Er werd bewust gezocht naar huisartsen uit een meer stedelijke context en uit de regio Oost-Vlaanderen, als aanvulling op de de eerdere masterproef van dr. Van den Keybus. De transcripten werden thematisch geanalyseerd met een inductieve benadering en dit gebeurde door twee onafhankelijke onderzoekers. Op die manier werden codes ontwikkeld met gebruik van analysesoftware (NVivo 12).

Resultaten: Er werden tien Vlaamse huisartsen geïnterviewd waarbij datasaturatie werd bereikt. Op het niveau van de patiënt is de meest vernoemde belemmering een gebrek aan motivatie bij de patiënt. Ook bij psychiatrisch belaste patiënten en langdurige gebruikers zonder bijwerkingen wordt een afbouwpoging vaak niet geïnitieerd. Wanneer er echter wel bijwerkingen zijn of er door de arts wordt ingeschat dat er een risico op verslaving bestaat, wordt er extra aandacht aan afbouw besteed. Extra hulpmiddelen op niveau van de patiënt zoals informatiefolders of een app zou volgens de artsen nuttig kunnen zijn. Op het niveau van de arts wordt voornamelijk gesproken over tijdgebrek, moeilijk kunnen omgaan met weerstand bij de patiënt en een gebrek aan motivatie bij de arts. Een goede vertrouwensband met de patiënt is een noodzakelijke voorwaarde om tot een succesvolle afbouw te komen. De meeste artsen geven nood aan extra bijscholing aan. In de bredere context is er vooral een gebrek aan toegang tot psychologische hulpverlening. De vrije artsenkeuze in België leent zich ertoe dat patiënten kunnen shoppen. Ook door het werken in een groepspraktijk kunnen er vaker meerdere voorschriften afgeleverd worden omdat het overzicht over een patiënt soms verdwijnt. Een goede samenwerking met andere hulpverleners in de eerste en tweede lijn wordt als zeer helpend ervaren. Daarnaast leeft ook het gevoel dat er nog nood is aan bredere sensibiliseringscampagnes voor de patiënt. Ook betere toegankelijke psychologische

hulpverlening is noodzakelijk. Over de eerstelijnspsycholoog en extra vergoeding voor de huisartsen zijn de meningen verdeeld.

Conclusie: Uit het onderzoek komt naar voor dat de tijdsgeest bij huisartsen over het overgebruik van benzodiazepines doorheen de jaren veranderd is in de positieve zin, maar dat door de bovenstaande belemmerende factoren de afbouw van benzodiazepines en Z-drugs moeilijk blijft. In deze studie kwamen verschillende nieuwe faciliterende factoren aan het licht om sneller tot afbouw bij de patiënt te komen.