Visie van huisartsen en huisartsen-in-opleiding over het gebruik van fytotherapie bij slaapproblemen

Haio: FLEURBAEY Olivia , U.G.
Promotor: VAN NULAND Marc , KUL
Praktijkopleider: DE BOTH Dirk , DESIMPELAERE Patrick , VALCKE Alexander , VLIEGHE Barbara

Context: Slaapstoornissen zijn een veelvoorkomende problematiek in de eerste lijn, waarvoor de richtlijnen een niet-medicamenteuze behandeling aanraden. Enkel in uitzonderlijke situaties is kortdurend gebruik van medicatie gepast. Echter, naast medicatie op voorschrift bestaan er vrij verkrijgbare middelen, zoals fytotherapie, die beweren te helpen bij slaapproblemen. Hoewel er weinig wetenschappelijk bewijs is voor de effectiviteit van deze producten, krijgen ze steeds meer aandacht in de geneeskunde. Eerder onderzoek toont dat huisartsen fytotherapie soms aanwenden voor de behandeling van gewrichtsklachten. Onderzoek naar hun visie omtrent het gebruik van fytotherapie bij slaapproblemen ontbreekt.

Onderzoeksvraag: Wat is de visie van huisartsen en huisartsen-in-opleiding (HAIO's) op het gebruik van fytotherapie bij slaapproblemen?

Methode: In deze kwalitatieve studie werden semigestructureerde individuele interviews afgenomen bij huisartsen en HAIO's. Deze deelnemers werden via convenience sampling gevonden. De interviews werden met toestemming van de deelnemers opgenomen en geanonimiseerd tijdens de verbatim transcriptie. Data-analyse gebeurde volgens "The Qualitative Analysis Guide of Leuven" (QUAGOL) methode. Het proces van dataverzameling en- analyse verliep stapsgewijs, parallel en met regelmatig overleg tussen beide onderzoekers. Datasaturatie werd bereikt na twaalf interviews. Hierna werd uit de bekomen lijst van concepten een antwoord geformuleerd op bovenstaande onderzoeksvraag.

Resultaten: In totaal werden er twaalf interviews afgenomen bij een diverse deelnemersgroep. Alle deelnemers gaven aan dat slaapstoornissen een frequent voorkomende en complexe problematiek zijn. Elke arts vertelde dat een niet-medicamenteuze aanpak de voorkeur geniet, maar er in uitzonderlijke gevallen gewerkt kan worden met medicatie. Over fytotherapie bij slaapproblemen zijn de meningen verdeeld en kwamen zowel positieve als negatieve aspecten van het gebruik van deze producten aan bod. Niemand was volledig overtuigd van de effectiviteit van deze middelen maar ook niemand was compleet tegen het gebruik ervan. Algemeen werd fytotherapie als een alternatief gezien voor de behandeling van slaapproblemen. De beperkte kennis en wetenschappelijke evidentie over fytotherapie werd aangehaald als een beperkende factor om het voor te schrijven. Er is dan ook een algemene vraag naar meer duidelijk en kwaliteitsvol onderzoek naar de werking en effectiviteit van fytotherapie bij slaapproblemen.

Conclusie: Uit dit onderzoek blijkt dat huisartsen en HAIO's terughoudend zijn in het gebruik van fytotherapie bij slaapstoornissen gezien de gelimiteerde kennis en het beperkte wetenschappelijk onderzoek hierover. Toch zien veel geïnterviewden deze producten als een mogelijk alternatief voor de medicamenteuze behandeling van slaapproblemen. Er is echter meer kwaliteitsvol onderzoek nodig naar de effectiviteit van deze producten. Dit onderzoek geeft een eerste inzicht in de visie van eerstelijns artsen over fytotherapie bij slaapproblemen en hiermee een aanzet en oproep tot meer onderzoek naar deze middelen bij slaapstoornissen.