Kwaliteitsverbeterend project over het gebruik van benzodiazepines in de huisartsenpraktijk

Haio: Boen Lauren-Emma , U.A.
Promotor: TSAKITZIDIS Giannoula , U.A.
Praktijkopleider: Ampe Klara , JANSSENS (Z) Annelies , STORMS Reinhilde

Context: Volgens de huidige literatuur kampt zo'n 10-30% van de volwassenen met slaapproblemen. Volgens de richtlijnen wordt aangeraden benzodiazepines en aanverwante producten kortdurend voor te schrijven en enkel bij een hoge lijdensdruk en/of ernstig disfunctioneren overdag. Na een acute periode moeten ze afgebouwd en gestopt worden. Toch zien we in de praktijk dat het afbouwen en stoppen maar zelden gebeurt. De bijwerkingen op lange termijn zijn nochtans gekend: gewenning, afhankelijkheid en sufheid overdag, met valaccidenten en verkeersongevallen mogelijks tot gevolg. Bovendien is er al uitvoerig onderzoek gedaan naar de beste methode voor afbouw/stop. Huisartsen zijn hier echter weinig mee vertrouwd en de methoden of interventies worden weinig toegepast in de praktijk.

Onderzoeksvraag: Met dit kwaliteitsverbetering project willen we op basis van de huidige literatuur een goed onderbouwd protocol integreren in onze huisartsenpraktijken om zo het chronisch gebruik van benzodiazepine- en Z-producten bij patiënten ouder dan 18 jaar te verminderen. Concreet willen we na 3- 6 maanden na het uitvoeren van het protocol nagaan welk percentage patiënten hun chronisch gebruik heeft kunnen verminderen of stoppen.

Methode: Een kwaliteitsverbetering project werd opgezet in onze respectievelijke huisartsenpraktijken waar we als HAIO onze opleiding voltooien. Eerst werd er aan de hand van een literatuurstudie gekeken wat de beste methode is om benzodiazepines en Z-producten af te bouwen bij patiënten die chronisch deze medicatie gebruiken. Op basis hiervan werd vervolgens een protocol opgesteld. In de periode van februari 2023 tot juli 2023 werd dit protocol uitgevoerd.

Resultaten: Uit de literatuurstudie bleek dat een stopbrief, gevolgd door een stoptraject, de meest effectieve methode is voor de afbouw van benzodiazepines in de huisartsenpraktijk. Van de 157 aangeschreven patiënten uit de twee huisartsenpraktijken, deden uiteindelijk 44 patiënten mee aan het onderzoek (30%). Een totaal van 43% (n=19) van de definitief geïncludeerde patiënten stopten met het gebruik van benzodiazepines of z-producten door dit praktijkverbetering project. Veel van de gestopte patiënten hoorden bij de groep 70- of 80-plussers.

Conclusie: Uit ons kwaliteitsverbetering project lijkt een stopbrief een eenvoudige en bruikbare interventie te zijn voor afbouw van chronische gebruik van benzodiazepines en Z-producten.