# Het stoppen van langdurig gebruik van antidepressiva: visie van de psychologen

**Haio:** Devalez Matisse , U.G.
**Promotor:** VAN LEEUWEN Ellen , U.G.
**Praktijkopleider:** Christiaens Mattijs , DE BO Thomas , HARTH Stefaan , PARMENTIER Filip , RIMBAUT Elke , UYTTERSPROT Anne-Aurélie

**Context:** Internationale studies tonen een stijging in het gebruik van antidepressiva (AD), voornamelijk door langdurig gebruik (>1 jaar). In België gebruikt bijna driekwart van de patiënten AD langer dan aanbevolen, ondanks richtlijnen die afbouw adviseren na 6 maanden stabiliteit (bij een eerste depressie). Zowel patiënten als huisartsen ervaren drempels bij de afbouw, waarbij huisartsen aangeven nood te hebben aan extra ondersteuning. Psychologen worden hierbij als waardevolle partners beschouwd. Onderzoek toont aan dat cognitieve gedragstherapie en mindfulness-gebaseerde therapie effectief zijn bij de afbouw zonder verhoogd hervalrisico. Tot op heden is de visie van psychologen en psychotherapeuten (PsT) omtrent het gebruik en de afbouw van AD in België en elders in de wereld weinig onderzocht.

**Onderzoeksvraag:** Wat is de visie van PsT op het langdurig gebruik en stoppen van AD?

**Methode:** Er werd eerst een oriënterend literatuuronderzoek gevoerd naar de bestaande evidentie over dit thema. Het onderzoeksproject bestond uit een kwalitatief onderzoek bij PsT gerekruteerd uit landelijke en stedelijke gebieden in Vlaanderen. De inclusiecriteria zijn: actief praktiserende psychologen of psychotherapeuten, met ervaring in de behandeling van volwassenen met depressie in een ambulante context in eerste, tweede of derde lijn. Semigestructureerde interviews werden afgenomen tussen november 2023 en januari 2025, tot saturatie van de data optrad (n=20). De data werd getranscribeerd, geanalyseerd via thematische analyse en vervolgens gecodeerd met behulp van de software-tool Nvivo.

**Resultaten:** Uit het oriënterend literatuuronderzoek bleek dat er geen van de eerdere studies focusten op de visie van PsT op het stoppen van langdurige AD inname. Daarom werd een kwalitatief onderzoek opgezet om dit verder te onderzoeken. Dit kwalitatieve onderzoek identificeerde vier hoofdthema's: (1) kennis en visie van PsT over langdurig gebruik en stoppen van AD, (2) patiëntgerelateerde factoren die de afbouw belemmeren of vergemakkelijken, (3) rolverdeling in de begeleiding, en (4) samenwerking tussen PsT en artsen. (1) PsT erkennen het belang van AD bij ernstige depressies, maar wijzen op overmatig voorschrijfgedrag en symptoomgerichte behandeling. Over langdurig gebruik bestaan uiteenlopende meningen, en de invloed van AD op psychotherapie wordt zowel positief als negatief ervaren. (2) Angst voor herval, onttrekkingsverschijnselen en beperkte copingstrategieën belemmeren de afbouw, terwijl motivatie en sociale steun deze kunnen faciliteren. (3) PsT spelen een sleutelrol in het bespreekbaar maken en begeleiden van afbouw, maar nemen geen medicamenteuze beslissingen. (4) De samenwerking met artsen verloopt vaak indirect via de patiënt, met als voornaamste belemmeringen tijdstekort, gebrekkige communicatiekanalen en een gebrek aan structureel overleg. Verbeterde samenwerking via overlegmomenten, beveiligde communicatie en een gedeeld patiëntendossier kan bijdragen aan effectievere zorg. De resultaten onderstrepen het belang van een multidisciplinaire aanpak en shared decision- making bij de afbouw van AD.

**Conclusie:** Onze studie toont aan dat PsT uiteenlopende visies hebben op het langdurig gebruik en afbouwen van AD. Daarnaast blijkt dat onduidelijkheid over de rolverdeling en beperkte samenwerking met huisartsen het proces kunnen bemoeilijken. Aanbevelingen voor de praktijk

omvatten het bevorderen van structureel overleg tussen huisartsen en PsT, gedeelde besluitvorming en de educatie van PsT over de afbouw van AD.