Waar bevinden de chronische gebruikers van benzodiazepines en Z-producten uit een praktijk in Lede zich in de cirkel van Prochaska en Di Clemente? Wat verhindert hen om deel te nemen aan een geplande afbouwstudie van benzodiazepines?

Haio: VAN DER EECKEN Charlotte , U.G.
Promotor: AVONTS Dirk
Praktijkopleider: JANSSENS Nathalie

Context: Wereldwijd worden heel veel benzodiazepines en Z-producten voorgeschreven en ingenomen, ondanks de gekende bijwerkingen op korte en lange termijn. Patiënten beschouwen deze geneesmiddelen als zeer doeltreffend en bovendien onschuldig. Dit maakt het voor artsen moeilijk om het onderwerp afbouwen/stoppen te bespreken.

Onderzoeksvraag: Wat verhindert patiënten om mee te doen aan een geplande afbouwstudie en waar bevinden deze patiënten zich in de cirkel van gedragsverandering van Prochaska en Di Clemente?

Methode: Door middel van een literatuurstudie werd gezocht naar de redenen tot chronisch gebruik van benzodiazepines/Z-producten en mogelijke barri?res om chronisch gebruik af te bouwen/te stoppen, naar de rol van de arts in dit afbouwproject en naar algemene achtergrondinformatie. Aan de hand van deze resultaten werd een gestructureerde enqu?te opgesteld, die tijdens de consultatie aan de patiënten werd overhandigd of opgestuurd met de post. In de enqu?te werd gepeild naar hun bereidheid te stoppen om zo de patiënten in de cirkel van Prochaska en Di Clemente te situeren. Indien de patiënten niet gemotiveerd waren om te stoppen, werd hen gevraagd zes stellingen te evalueren en aan te kruisen of deze voor hen waar of niet waar zijn. Een plaats werd vrijgehouden om eventueel aanvullende redenen aan te duiden.

Resultaten: 137 mannen en vrouwen werden ge?ncludeerd, waarvan dubbel zoveel vrouwen. Daarvan vulde ruim 50% de enqu?te in. Ongeveer 45% van de ge?ncludeerde patiënten neemt Z-producten en 54% neemt een middellang werkende benzodiazepine. Ongeveer 66% van de patiënten die de enqu?te invulde, bevindt zich in de precontemplatie of contemplatiefase. Patiënten hechten veel waarde aan hun slaapmedicatie, die volgens hen helpt om te slapen, een normaal leven te leiden en om te gaan met angst en stress. Ze gebruiken minimaliserende termen en de rol van afhankelijkheid is groot. De meeste patiënten die gestopt zijn met het nemen van slaapmedicatie, voelen zich beter dan tijdens het gebruik ervan.

Conclusie: Uit deze masterproef blijkt dat wanneer men het probleem van chronisch benzodiazepinegebruik wilt aanpakken, het uitermate belangrijk is gedragsverandering en bewustwording teweeg te brengen, zowel bij arts als bij patiënt. De meeste gebruikers in deze studie bevinden zich in de precontemplatie- of de contemplatiefase. Deze patiënten ontkennen bijwerkingen en schrijven voordelen toe aan hun slaapmiddel. Net deze groep patiënten vormt ? mede omwille van een grote tevredenheidsfactor en afhankelijkheid ? een uitdaging voor de huisarts, die een informatiegerichte aanpak moet hanteren. Bij de patiënten in deze fases is het van belang te polsen naar hun ideë?n en ervaringen om zo zelfmotiverende uitspraken uit te lokken.