



Groepstraining medicatieafbouw

Ter voorkoming van terugval na herstel van een angststoornis
Een onderzoek van GGZ inGeest, Meerkanten, de Gelderse Roos en GGZ Nijmegen

Waarom dit onderzoek?

Bij mensen die hersteld zijn van een angststoornis komt het vaak voor dat de klachten na verloop van tijd terugkomen (terugval), zeker als de medicatie (antidepressiva) wordt afgebouwd. Er is tot nu toe weinig onderzoek gedaan naar het voorkomen van terugval bij angststoornissen. GGZ inGeest gaat hier samen met Meerkanten, de Gelderse Roos en GGZ Nijmegen onderzoek naar doen. Het onderzoek is medegefinancierd door ZonMw.

Het doel van dit onderzoek is om de kans op terugval te verminderen bij mensen die hersteld zijn van een angststoornis en die hun medicatie gaan afbouwen. Dit wordt onderzocht door middel van een groepstraining. In dit onderzoek kijken we of het afbouwen van medicatie in een speciale afbouwgroep, een minder hoog risico geeft op de terugkeer van angstklachten, dan het afbouwen van medicatie zonder deze speciale groepstraining. Ook onderzoeken we welke mensen een verhoogd risico op terugkeer van angstklachten hebben.

Wie kan er meedoen?

Bent u op dit moment hersteld van een angststoornis en slikt u hiervoor nog steeds medicatie (antidepressiva)? En wilt u nu, in overleg met uw behandelaar, de medicatie gaan afbouwen? Dan is meedoen aan dit onderzoek misschien een mogelijkheid voor u.

U kunt meedoen als:

- u ouder bent dan achttien jaar;
- u behandeld bent geweest voor een angststoornis: sociale fobie, paniekstoornis, gegeneraliseerde angststoornis;
- u bent hersteld van de angststoornis waarvoor u behandeld bent. U mag nog wel andere (angst)stoornissen of milde angstklachten hebben;
- u bent behandeld met medicatie (antidepressiva);
- u de medicatie wilt gaan afbouwen en u dit hebt overlegd met uw behandelend arts/psychiater:
- u bereid bent om huiswerk te doen (dit zal ongeveer twee uur per week in beslag nemen);
- u geen alcoholverslaving heeft en niet dagelijks kalmeringsmiddelen slikt.

Wat voor groepstraining is het?

In de groepstraining wordt de medicatie afgebouwd. Tevens proberen we door het geven van cognitieve gedragstherapie in groepsverband, speciaal gericht op het voorkomen van terugval, de kans te verkleinen dat uw klachten terugkeren.

De groepstraining bestaat uit de volgende onderdelen:

- het geleidelijk afbouwen van de medicatie waarbij we eventuele terugval, maar ook ontwenningverschijnselen, goed in de gaten kunnen houden en u hierbij uitleg en begeleiding kunnen geven;
- het maken van een terugvalpreventieplan;
- exposure: het opzoeken van de angstige situaties die u mogelijk toch nog vermijdt;
- cognitieve therapie: het leren omgaan en bijsturen van angstig makende opvattingen/gedachten die u kwetsbaar maken voor terugval.

De groep wordt begeleid door een psychiater en een cognitief gedragstherapeut en bestaat uit acht sessies van tweeënhalf uur (inclusief pauze), die tweewekelijks plaatsvinden. Huiswerk is een belangrijk onderdeel van deze groepstraining (ongeveer twee uur per week). Tijdens de training wordt gebruikgemaakt van een werkboek.

Wat houdt deelname aan het onderzoek in?

Twee groepen

We onderzoeken twee groepen mensen:

- 1) mensen die de groepstraining volgen;
- 2) mensen die de medicatie afbouwen bij een (eigen) psychiater/arts.

Om antwoord te geven op de vraag hoe effectief de groepstraining is, is het namelijk nodig dat we deze twee groepen met elkaar vergelijken.

Als blijkt dat de groepstraining de kans op terugval verkleint, weten we zeker dat het aan de groepstraining ligt en niet aan iets anders.

Als u meedoet aan het onderzoek wordt u bij een van deze twee groepen ingedeeld. We bepalen met een loting in welke groep u terecht komt.

Vragenlijsten

Om het effect te kunnen meten, is het nodig om op verschillende momenten vragenlijsten af te nemen. Voorafgaand aan de training wordt een interview over psychische klachten afgenomen en moeten vragenlijsten worden ingevuld. Ook na vier en na zestien maanden krijgt u dit interview. Na zeven, tien en dertien maanden stellen we u telefonisch een aantal vragen en vragen we u om thuis vragenlijsten in te vullen.

Aanmelden en informatie

Als u wilt meedoen, kunt u zich aanmelden. U kunt zichzelf rechtstreeks aanmelden, maar het kan ook via uw behandelaar. U krijgt dan een kort telefonisch interview. Mocht u vervolgens in aanmerking lijken te komen voor het onderzoek, dan wordt er nog een aantal vragenlijsten afgenomen op de locatie die het dichtst bij u in de buurt is.

Als u vragen hebt of als u zich wilt aanmelden, dan kunt u contact opnemen met:

Mw. drs. Daniëlle Bos, psycholoog/onderzoeksassistent bij GGZ inGeest
T (020) 788 5680
E da.bos@ggzingeest.nl

Mw. drs. Willemijn Scholten, psychotherapeut/onderzoeker bij GGZ inGeest
T (020) 788 4666
E w.scholten@ggzingeest.nl

Uitgave van GGZ inGeest, Meerkanten, GGZ Nijmegen, De Gelderse Roos en ZonMw.

Productie: dienst communicatie GGZ inGeest

Fotografie: Dreamstime

Januari 2010

www.ggzingeest.nl

www.meerkanten.nl

www.de.gelderseroos.nl

www.ggznijmegen.nl

www.zonmw.nl

GGZ inGeest partner van VUmc 



de Gelderse Roos  *Geestelijke gezondheidszorg*
Geestelijke gezondheidszorg

