

Migratie, globalisering en psychiatrie

Megasteden in opmars: 'inspanning nodig om mentale gezondheid te bevorderen'

Wereldwijd ontstaan er steeds meer megasteden, steden waar meer dan tien miljoen inwoners wonen. Beleidsmakers, stedelijke ontwerpers én mensen die werkzaam zijn in de ggz moeten meer samenwerken om deze idealiter zo in te richten dat de geestelijke gezondheid zo optimaal mogelijk wordt beïnvloed.

Dat stellen Bughra en collega's in een commentaar in *Lancet Psychiatry*. Ze sommen op welke wetenschappelijke inzichten er zoal bekend zijn over de invloed van (mega)steden op de geestelijke gezondheid, en roepen mensen die werkzaam zijn in de ggz op om die inzichten over te brengen op lokale beleidsmakers die zich bezighouden met gebiedsontwikkeling.

Voor megasteden memoreren ze vervuiling (door licht, geluid en lucht), verkeer, sociaal isolement en sociaal-economische ongelijkheid als bronnen van negatieve impact op de mentale gezondheid in bredere zin, en psychische aandoeningen in engere zin. Beleid, om 'gezondere en gelukkigere gemeenschappen' te creëren, zou zich daarom moeten richten op het minimaliseren van de impact van negatieve factoren.

Stedelijke ontwerpers zouden bijvoorbeeld in hun concepten rekening moeten houden met het creëren van 'groene' gebieden. De auteurs refereren aan een eerder gepubliceerde review (Gascon e.a. 2015) waaruit bleek dat nabijheid van 'groene' gebieden, zoals meren en rivieren, leidde tot het positiever ervaren van de eigen lichamelijke en geestelijke gezondheid, onafhankelijk van de mate van verstedelijking.

Naast meer 'groen' zou er volgens de auteurs ook meer aandacht moeten zijn voor maatregelen die een gevoel van sociale samenhang vergroten en zou men er recreatieve plekken moeten creëren voor de gemeenschap, waaronder wandel- en fietsgebieden.

LITERATUUR

- Bughra D, Castaldelli-Maia JM, Torales J, Ventriglio A. Megacities, migration and mental health. *Lancet Psychiatry* 2019; doi: 10.1016/S2215-0366(19)30294-9.
- Gascon M, Triguero-Mas M, Martínez D, Davdand P, Fornis J, Plasència A, e.a. Mental health benefits of long-term exposure to residential green and blue spaces: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2015; 12: 4354-79.

Vluchtelingen hebben verhoogd risico op psychotische stoornissen

Vluchtelingen hebben duidelijk meer kans op het krijgen van non-affectieve psychotische stoornissen dan mensen die in het gastland geboren zijn, en dan niet-gevluchte migranten. Dat concluderen Brandt en collega's in *JAMA Psychiatry*.

Eerdere wetenschappelijke uitkomsten wezen al deze richting op, wat betreft eerste- en tweedegeratiemigranten. Migratie is een risicofactor voor het krijgen van schizofrenie en andere non-affectieve psychotische stoornissen. Vluchtelingen vormen een subgroep onder de migranten. Volgens de UNHCR, de Verenigde Naties-vluchtelingenorganisatie, waren er eind 2017 wereldwijd bijna 20 miljoen vluchtelingen. Het is onwaarschijnlijk dat dit aantal op korte termijn zal teruglopen en daarom is het van belang dat deze groep goed in beeld wordt gebracht. Vluchtelingen krijgen relatief vaak te maken met psychische stoornissen, mede als gevolg van blootstelling aan traumatiserende gebeurtenissen. Eerder onderzoek richtte zich onder andere op het voorkomen van posttraumatische stressstoornis en affectieve stoornissen.

Traumatiserende gebeurtenissen doormaken is ook voor psychotische stoornissen een risicofactor, zo bleek al uit verscheidene studies, maar nog niet eerder werd op basis van een systematische review met meta-analyse een relatief risico bepaald.

Brandt en collega's includeerden negen studies, gepubliceerd in de periode 1 januari 2004-31 december 2018, met in totaal gegevens van 540.000 vluchtelingen. De kans op het ontstaan van een non-affectieve psychose was bij vluchtelingen groter dan bij niet-gevluchte migranten (RR: 1,43; 95%-BI: 1,00-2,05) en nog weer groter wanneer vergeleken werd met de niet-geïmmigreerde bewoners (RR 2,52; 95%-BI 1,78-3,57).

Een belangrijke beperking is dat acht van de negen studies afkomstig waren uit Scandinavische landen. De auteurs schrijven daarom dat hun conclusies niet één op één over te nemen zijn voor andere landen die vluchtelingen opnemen.

Sundquist, hoogleraar Eerstelijnszorg aan de Zweedse universiteit in Lund, noemt in een begeleidend redactioneel nog verschillende andere beperkingen. Zo waren er onvoldoende gegevens over de etnische achtergrond. Vluchtelingen waren afkomstig uit veel verschillende landen, waardoor de individuele verscheidenheid aan culturele achtergrond, beoefende godsdiensten, talen en genetische kenmerken groot was. De studie kon niet ingaan op de eventuele betekenis van die onderlinge verschillen.

De auteurs schrijven dat hun bevindingen gezien moeten worden in het licht van de karakteristieken van het gastland. Onder andere politieke en economische factoren kunnen de relatie tussen vluchtelingenstatus en (toegang tot) ggz beïnvloeden. Hoewel Sundquist dat onderschrijft, denkt zij dat de resultaten wel degelijk te generaliseren zijn naar vrijwel alle landen.

Brandt en collega's schrijven dat de verhoogde psychotische kwetsbaarheid bij vluchtelingen het gevolg kan zijn van een combinatie van pre-, peri- en postmigratierisicofactoren. Voor en tijdens de vlucht hebben deze mensen niet zelden traumatiserende gebeurtenissen, zoals marteling, doorstaan. Na de migratie wachten er mogelijk andere tegenslagen, waaronder sociaal-economische achterstand, moeizame communicatie in een nieuw land met een nieuwe taal, waar een groot beroep wordt gedaan op iemands vermogen zich snel aan te passen aan nieuwe omstandigheden en waar sociale uitsluiting en discriminatie op de loer liggen.

Aangezien deze stapeling van risicofactoren mogelijk niet alleen van invloed is op het ontstaan van psychotische stoornissen, maar ook op het ontstaan van andere mentale ziekten, benadrukken de auteurs het belang van meer onderzoek naar de ontstaansmechanismen. Met daaruit voortvloeiend het ontwikkelen van strategieën, zowel preventief als intervenierend, die specifiek gericht zijn op vluchtelingen.

LITERATUUR

- Brandt L, Henssler J, Müller M, Wall S, Gabel D, Heinz A. Risk of psychosis among refugees: a systematic review and meta-analysis JAMA Psychiatry 2019; doi: 10.1001/jamapsychiatry.2019.1937.
- Sundquist K. A finding of increased risk of nonaffective psychosis in refugees that is highly relevant to the current worldwide refugee crisis. JAMA Psychiatry 2019; doi: 10.1001/jamapsychiatry.2019.1927.

Jordaniërs en Syrische vluchtelingen positief over psychische hulp in Jordanië

Als mensen in Jordanië psychische hulp krijgen, iets wat eerder uitzondering is dan regel, ervaren zij die hulp als positief en helpend. Die conclusie trekken Karnouk en collega's in *Frontiers of Psychiatry*, op basis van honderd interviews met mensen die enige vorm van behandeling kregen in verband met psychische klachten. Een derde van hen was van Jordaanse afkomst, twee derde van Syrische afkomst (vluchtelingen).

De auteurs geven eerst een schets van de staat van de geestelijke gezondheidszorg in de Arabische wereld, en die van Jordanië in het bijzonder. Sinds tien jaar maken politieke en sociale onrust en instabiliteit in de regio dat veel mensen een grotere kans lopen op het ontstaan van psychische aandoeningen, waarbij er vaak nauwelijks tot geen toegang tot medische hulp is.

Jordanië is een middeninkomensland, met ongeveer tien miljoen inwoners. Per 100.000 inwoners zijn er 2 psychiaters, 0,27 psychologen en 0,04 verpleegkundigen beschikbaar. De almaar voortdurende oorlog in Syrië maakt dat Jordanië de afgelopen jaren al 660.000 Syrische vluchtelingen heeft opgenomen.

Omdat er in Jordanië, evenals in de verdere Arabische wereld, weinig bekend is over de ervaringen met psychische hulp, ontwierpen Karnouk en collega's deze exploratieve studie. Met een patiënttevredenheidsvragenlijst werden 100

mensen (39 mannen en 61 vrouwen; leeftijd 18-74 jaar) in Jordanië gevraagd naar hun ervaringen met enige vorm van psychotherapie.

Met de hulp van lokaal opererende organisaties werden mensen die minimaal vijf sessies van psychotherapie hadden gekregen, benaderd met de vraag of zij mee wilden doen aan het onderzoek.

Opvallend was dat mensen over het algemeen snel terecht konden. De wachttijd voor de therapie was bij het merendeel (78%) minder dan een week.

Bijna 95% beoordeelde het contact dat er met een hulpverlener was geweest als goed of zeer goed. Zo'n 80% van de deelnemers gaf aan tevreden te zijn over het *effect* van de therapie op hun klachten.

De onderzoekers bespreken dat er in de Arabische wereld een sterk stigma kleeft aan psychische aandoeningen, onder meer omdat daar de nadruk ligt op het collectief welzijn van een groep, boven dat van het individu. Individuen zouden de 'familie-eer' willen 'beschermen' door te voorkomen dat zij door anderen als 'gek' worden gelabeld.

Dit bleek deels ook bij deelnemers. Ruim 35% ervoer duidelijk last te hebben van stigma (enigszins: 20,9%, volledig: 13,6%). Opvallend was echter dat ruim 60% aangaf daar niet (40,7%) of nauwelijks (21,1%) last van te hebben. Er werd geen bewijs gevonden voor verschillen tussen de groep Jordaniërs en de groep Syrische vluchtelingen.

Als mogelijke verklaring noemen de auteurs dat er in de regio afgelopen jaren meer aandacht is gekomen, zij het mondjesmaat, voor psychische problemen en het belang van hulp daarvoor, hetgeen wellicht effect heeft op de mate van stigmatisering.

Hoewel de studie exploratief is en diverse methodologische beperkingen heeft, suggereren de auteurs dat behandeling binnen de ggz, in ieder geval bij degenen die hulp zoeken en ontvangen, positief wordt beoordeeld, zelfs in een omgeving waar stigmatisering van psychische problemen hoog is.

LITERATUUR

- Karnouk C, Böge K, Hahn E, Strasser J, Schweininger S, Bajbouj M. Psychotherapy in Jordan: an investigation of the host and Syrian refugee community's perspectives. *Front Psychiatry* 2019; 10: 556.

Actieplan om ggz-onderzoek in de Arabische regio naar hoger plan te tillen

Hoewel psychische stoornissen een groot probleem zijn in de Arabische regio, produceren Arabische landen slechts één procent van de totale output van *peer-reviewed* wetenschappelijke artikelen op ggz-gebied. Dat schrijven Maalouf en collega's in *Lancet Psychiatry*.

Zij willen dat daar aan de hand van een wetenschappelijk actieplan verandering in komt. Het actieplan is tot stand gekomen na een conferentie in 2018, waar het thema besproken is door belanghebbenden uit de Arabische regio en daarbuiten.

Ofschoon bevindingen uit internationaal onderzoek deels kunnen worden geëxtrapoleerd naar de Arabische situatie, stellen de auteurs dat daarnaast lokaal onderzoek nodig is dat zich specifiek richt op de Arabische context waarin de geestelijke gezondheidszorg wordt geleverd.

Stigma (mensen richten zich vaak eerder tot een religieuze raadgever, een familielid of vriend dan tot professionele hulp), schaarse financiële middelen, weinig lokale ggz-gespecialiseerde wetenschappelijke bladen, een tekort aan gevalideerde wetenschappelijke tools en onvoldoende kennis over wetenschappelijk onderzoek, vormen enkele nadrukkelijke uitdagingen voor onderzoek en zorg in de regio.

Het actieplan is dan ook op die punten gericht. Zo moet meer bewustzijn gecreëerd worden om stigma te tackelen, onder meer door religieuze leiders actief te betrekken en voorlichting over psychische problemen te geven via onder meer scholen en sociale media. Om de publicatie-output te verhogen zouden institutionele reviewpanels en regionale samenwerkingsverbanden moeten worden opgericht.

De auteurs schrijven dat ggz-onderzoek in de Arabische regio vooral wordt uitgevoerd door klinici die zichzelf onderzoeksmethoden hebben aangeleerd. Zij overschatten vaak hun resultaten (zoals dat overigens ook elders in de wetenschappelijke wereld gebeurt), doordat ze zich niet goed bewust zijn van de methodologische beperkingen van hun onderzoeksopzet. Dit doet afbreuk aan de kwaliteit van de wetenschappelijke publicaties, en daarmee aan de internationale erkenning. Scholing zou daarom geprofessionaliseerd moeten worden.

Ook zien de auteurs het als taak voor Arabische wetenschappers om het effect van mentale problemen op de bevolking (werkproductiviteit, zorguitgaven en levensverwachting) duidelijk te communiceren naar beleidsmakers, zodat het belang van actie ook daar duidelijk wordt.

LITERATUUR

- Maalouf FT, Alamiri B, Atweh S, Becker AE, Cheour M, Darwish H. Mental health research in the Arab region: challenges and call for action. *Lancet Psychiatry* 2019; doi: 10.1016/S2215-0366(19)30124-5.

Zwanger, migrant en psyche

Het risico op psychische aandoeningen in brede zin bij zwangere vrouwen die als migrant naar Engeland gekomen zijn, is niet verhoogd ten opzichte van zwangere vrouwen die daar geboren zijn. Het risico op het optreden van een gegeneraliseerde angststoornis is zelfs lager. Wel hebben ze mogelijk meer kans op PTSS.

Dat schrijven Anderson en collega's in *The Journal of Clinical Psychiatry*. Ze voerden een cross-sectioneel onderzoek uit om de prevalentie van en kans op het ontstaan van angst- en depressieve stoornissen te schatten bij vrouwen (migranten, versus geboren in Engeland) die in het kader van zwangerschap een eerste afspraak bij een verloskundige hadden. Ook wilden ze nagaan of zaken als (onzekerheid over) verblijfstatus en verblijfsduur in Engeland mogelijk van invloed zouden zijn op het ontstaan van angst- en stemmingsstoornissen.

Ze analyseerden de gegevens van 545 vrouwen, van wie er 262 (48,07%) in Engeland geboren waren en 283 (51,93%) een migrantenachtergrond hadden. De belangrijkste uitkomstmaat was angst- of stemmingsstoornis volgens de DSM-IV-classificatiecriteria.

Hoewel de onderzoekers veronderstelden dat angst- en stemmingsstoornissen vaker zouden voorkomen bij pas zwangere vrouwen die een migrantenachtergrond hebben, lieten de gegevens een ander beeld zien. De stoornissen kwamen veel voor, maar dat gold zowel voor de vrouwen met een migrantenachtergrond (21%; 95%-BI: 16-28%), als voor de vrouwen die in Engeland geboren waren (24%; 95%-BI: 18-31%).

Binnen de groep vrouwen met een migrantenachtergrond werd geen relatie aangetoond tussen onzekerheid over de verblijfstatus en het voorkomen van angst- en stemmingsstoornissen in het algemeen. Wel hing een onzekere status samen met een grotere kans op PTSS.

LITERATUUR

- Anderson FM, Hatch SL, Ryan EG, Trevillion K, Howard LM. Impact of insecure immigration status and ethnicity on antenatal mental health among migrant women. *J Clin Psychiatry* 2019; 80: 18m12563.

Heeft u suggesties?

Bent u bijvoorbeeld zelf een artikel tegengekomen dat u graag onder de aandacht van uw collega-psychiaters zou willen brengen? Dan nodigen we u van harte uit het ons te laten weten via info@tijdschriftvoorpsychiatrie.nl.