

Waarom de discussie over antidepressiva niet zal stoppen

C.H. VINKERS



Elders in dit nummer geven Ormel en collega's (2020) een aantal oorzaken van het verhitte debat over antidepressiva en bespreken mogelijke oplossingen. De auteurs zijn te prijzen dat zij een duidelijk overzicht geven van de stand van zaken rondom antidepressiva. Ze zoeken de oplossing van het antidepressivadebat in de inhoudelijke hoek met inventieve analyses van observationele data, effectmoderatoren en placebogecontroleerde trials met langetermijnuitkomsten. Deze aanpak, zo stellen ze, 'zal data opleveren die de controversen kunnen beslechten.' Het is een hoopvolle en verbindende gedachte.

Kritisch kijken naar antidepressiva

Toch zal deze aanpak het verhitte antidepressivadebat niet beslechten. Dat komt omdat ideologie het wint van de inhoud als het gaat om antidepressiva. Over de feiten is er grotendeels overeenstemming: 1. antidepressiva werken beter dan placebo, maar lang niet bij iedereen; 2. soms zijn er meer bijwerkingen dan werking, 3. op sommige vlakken is het bewijs nog niet zo sterk. Ook al mogen we blij zijn dat er antidepressiva zijn, het is terecht om kritisch te blijven. Maar gelden deze beperkingen en problemen niet voor (bijna) alle behandelingen tegen angst en depressie? Psychotherapie, mindfulness, bewegen, en voeding: de bewijsvoering is vaak minder overtuigend dan die voor antidepressiva, en over bijwerkingen wordt vaak niet (goed) gerapporteerd. Vervang in het artikel van Ormel en collega's het woord 'antidepressiva' bijvoorbeeld door 'voeding', en het artikel blijft grotendeels valide.

Waarom zoveel controversen?

Toch is de controverse over antidepressiva vele malen groter vergeleken met andere depressiebehandelingen. Een grote meta-analyse van Cipriani e.a. (2018) liet zien dat antidepressiva gemiddeld genomen beter dan placebo werken. Een andere recente meta-analyse liet zien dat er weinig bewijs is dat antidepressiva verantwoordelijk zijn voor ernstige bijwerkingen, zoals suïcidaliteit of het risico op autisme door antidepressivagebruik tijdens de zwangerschap (Dragioti e.a. 2019). Maar deze gegevens zullen critici niet overtuigen. Recent concludeerde Kirsch nog –

op basis van *dezelfde data* – dat antidepressiva helemaal niet gebruikt zouden moeten worden (Jakobsen e.a. 2019). Bij voorstanders van antidepressiva is er soms ook te weinig oog voor de nadelen en beperkingen. Ik zie dan ook weinig kans dat meer onderzoek zal leiden tot brede consensus over de plek die antidepressiva in de behandeling moeten hebben. Natuurlijk kan nieuw onderzoek wel nieuwe informatie opleveren waar nu duidelijk bewijs ontbreekt. Zo startte in Nederland recent de landelijke OPERA-studie. Daarin onderzoekt men *wanneer* de antidepressiva citalopram en sertraline afgebouwd kunnen worden, en *bij wie* dit mogelijk is (www.opera-project.nl). Dit is een relatief onontgonnen terrein waar met onderzoek wél veel te winnen is.

Cruciaal is dus de *interpretatie* van het wetenschappelijke bewijs. Die hangt mede af van iemands eigen opvattingen en achtergrond. Soms leidt een (terecht) kritische houding tegenover antidepressiva helaas tot ongenueerde en zelfs onjuiste conclusies, helaas te vaak bij berichtgeving in kranten en op televisie. Soms worden zelfs complottheorieën over antidepressiva vermoed. Los van de kwalijke rol die de farmaceutische industrie te vaak gespeeld heeft, klopt hier natuurlijk weinig van.

Ongenuueerde en onjuiste informatie zorgt dat patiënten onnodig bang worden gemaakt voor antidepressia. Het gevolg is dat ze soms niet worden ingezet terwijl ze wel een goede optie zouden zijn, of dat er nocebo-effecten ontstaan. Als psychiaters moeten we in de spreekkamer nadrukkelijk afstand nemen van foutieve en sensatiegedreven berichtgeving over antidepressiva.

Verwarring onder patiënten

Ondertussen blijven patiënten in verwarring achter: wie moeten ze nu geloven? En wat moeten we onze patiënten vertellen? Ik denk dat de kern ligt in eerlijke en genuueerde informatie over de voors én tegens van antidepressiva, zoals we dat pogen te doen op www.antidepressiva.nl. Er is geen twijfel dat antidepressiva beter werken dan placebo tegen depressie, angst- en dwangstoornissen (Vinkers & Vis 2018). Helaas helpen ze lang niet altijd, en er zitten ook zeker nadelen aan het gebruik ervan. Bij

lichtere depressies ligt antidepressivagebruik dan ook niet voor de hand. Tegelijk zijn antidepressiva soms levensreddend en mogen we blij zijn dat ze er überhaupt zijn.

De discussie over antidepressiva in de media zal ondertussen niet stoppen. Als psychiaters moeten wij ons daardoor niet van de wijs laten brengen. Antidepressiva moeten de plek krijgen die ze op basis van het bewijs verdienen. Om mij heen zie ik zelfbewuste psychiaters die dag in, dag uit proberen de lijdensdruk van hun patiënten zo veel mogelijk te verminderen. Soms mét antidepressiva, maar even vaak zonder.

Wat zou je willen als je zelf last had van een depressie? Eerlijke en genuanceerde informatie over alle behandelopties op basis van de cijfers, met openheid over de beperkingen in het bewijs. Alleen zo kunnen patiënt en arts samen een goede keuze maken.

LITERATUUR

- Cipriani A, Furukawa TA, Salanti G, Chaimani A, Atkinson LZ, Ogawa Y, e.a. Comparative efficacy and acceptability of 21 antidepressant drugs for the acute treatment of adults with major depressive disorder: A systematic review and network meta-analysis. *Lancet* 2018; 391: 1357-66.
- Dragioti E, Solmi M, Favaro A, Fusar-Poli P, Dazzan P, Thompson T, e.a. Association of antidepressant use with adverse health outcomes: A systematic umbrella review. *JAMA Psychiatry* 2019; doi: 10.1001/jamapsychiatry.2019.2859.
- Jakobsen JC, Gluud C, Kirsch I. Should antidepressants be used for major depressive disorder? *BMJ Evid Based Med* 2019; doi: 10.1136/bmjebm-2019-111238.
- Vinkers CH, Vis R. *Even slikken - de zin en onzin van antidepressiva*. Amsterdam: Prometheus; 2018.

AUTEUR

CHRISTIAAN H. VINKERS, psychiater, afd. Psychiatrie, Amsterdam UMC, Oldenaller 1, 1081 HJ Amsterdam.
E-mail: c.vinkers@vumc.nl

Strijdige belangen: Vinkers is medeauteur van het boek *Even slikken* (over antidepressiva), en maker van de website antidepressiva.nl.

Het artikel werd voor publicatie geaccepteerd op 5-1-2020.

TITLE IN ENGLISH

Why the discussion about antidepressants won't stop