

Internetinterventie bij subklinische depressie voorkomt het ontstaan van depressieve stoornissen



ARTIKEL



LITERATUUR

- Buntrock C, Ebert DD, Lehr D, Smit F, Riper H, Berking M, Cuijpers P. Effect of a web-based guided self-help intervention for prevention of major depression in adults with subthreshold depression: a randomized clinical trial. JAMA 2016; 315: 1854-63.

AUTEUR

PIM CUIJPERS

E-mail: p.cuijpers@vu.nl

Waarom dit onderzoek?

Depressie is een belangrijk gezondheidsprobleem en behandelingen kunnen de ziektelast van depressies maar in beperkte mate wegnemen. Preventie is daarom belangrijk. Internetinterventies lijken erg geschikt voor preventie, maar de effecten daarvan op het voorkomen van een depressie bij mensen met subklinische klachten zijn nog nooit onderzocht.

Onderzoeksvraag

Kan begeleide zelfhulp via internet het ontstaan van depressieve stoornissen voorkomen bij mensen met subklinische depressies. Subklinische depressie betekent dat mensen wel depressieve klachten hebben (volgens de *Centre for Epidemiologic Studies Depression*-schaal), maar geen depressieve stoornis volgens diagnostische criteria (het telefonisch afgenomen *Structured Clinical Interview for DSM-IV Axis (SCID)*)?

Hoe werd dit onderzocht?

We voerden een gerandomiseerde trial uit bij 406 mensen met een subklinische depressie. Deze mensen werden geworven via een grote zorgverzekeraar in Duitsland. Ze werden gerandomiseerd naar een internetinterventie met een combinatie van problem-solving en gedragsactivatie (n = 202), ofwel psychoeducatie via internet (n = 204).

Belangrijkste resultaten

Een jaar na de interventie deden nog 82% van de respondenten mee met de follow-up. Gedurende dat jaar had in totaal 27% van de respondenten in de internetgroep een depressie gekregen, tegenover 41% in de controlegroep. Survivalanalyses gaven een hazardratio van 0,59 (95%-BI: 0,42-0,82; p = 0,002). Het aantal mensen dat deel moet nemen aan de interventie om één depressieve stoornis te voorkomen (NNT) was 5,9.

Consequenties voor de praktijk

Internetinterventies kunnen het ontstaan van depressie voorkomen bij mensen die wel depressieve klachten hebben, maar geen depressieve stoornis. Er is meer onderzoek nodig naar de vraag of deze effecten generaliseerbaar zijn naar zowel eerste als herhaalde stoornissen.