

Hangt de ernst van een depressie samen met de effecten van psychotherapie?

P. Cuijpers

Waarom dit onderzoek?

Het is nog niet duidelijk of de ernst van een depressie bij aanvang samenhangt met de uitkomst van de psychotherapie. Dat is wel belangrijk voor de klinische praktijk.

Onderzoeksvraag

Is er een verband tussen de grootte van de effecten van psychotherapie en de ernst van depressie bij aanvang?

Hoe werd dit onderzocht?

Wij onderzochten dit in een meta-analyse van een groot aantal gerandomiseerde gecontroleerde trials waarin psychotherapieën werden vergeleken met een controleconditie voor de behandeling van depressie. We gebruikten een bestaande database van gerandomiseerde trials waarin men psychotherapieën voor depressie vergeleek met controlegroepen (www.metapsy.org). We rekenden de ernst van de depressie bij aanvang van de therapie om naar een 'gemeenschappelijke maat' voor de ernst (*common metric*). Deze maat geeft aan hoeveel de depressie bij aanvang van de therapie afwijkt van het gemiddelde van de algemene bevolking. Vervolgens voerden we bivariabele en multivariabele meta-regressieanalyses uit om de samenhang tussen de effectgroottes en de ernst bij aanvang te onderzoeken. Daarnaast berekenden we de proporties deelnemers die respons lieten zien in de behandelde groep en in de controlegroep. Respons werd gedefinieerd als 50% symptoomreductie tussen aanvang en einde van de therapie.

Belangrijkste resultaten

We inclueerden 387 gerandomiseerde trials (463 vergelijkingen tussen therapie en controle; 47.315 patiënten). De gemiddelde effectgrootte van de psychotherapieën was Hedges' $g = 0,77$ (95%-BI: 0,70-0,84). In de hoofdanalyses vonden we een sterk significante samenhang tussen de effectgrootte en de ernst bij aanvang (bivariabele coëfficiënt: 0,024 (SE: 0,006; $p < 0,0001$), multivariabele coëfficiënt: 0,022 (SE: 0,007; $p = 0,002$)). Dit werd bevestigd in sommige, maar niet in alle sensitiviteitsanalyses.

In de therapie was de respons 27% bij mensen die minder dan een standaarddeviatie afweken van de algemene bevolking, terwijl de respons bij mensen die meer dan drie standaarddeviaties afweken 65% was. In de controlegroepen (zoals een wachtlijst of gebruikelijke zorg) varieerde de respons slechts van 17 tot 21% bij de verschillende groepen.

Consequenties voor de praktijk

We concludeerden dat de effecten van psychotherapieën waarschijnlijk samenhangen met de ernst bij aanvang. Dit betekent dat psychotherapieën juist bij ernstiger vormen van depressie effectiever zijn en geïndiceerd moeten worden, terwijl de meerwaarde ten opzichte van een controleconditie bij lichtere vormen veel beperkter is.

AUTEUR

Pim Cuijpers

E-mail: p.cuijpers@vu.nl.

LITERATUUR

- 1 Cuijpers P, Harrer M, Miguel C, Karyotaki E, Papola D. Does baseline severity interact with the effects of psychotherapy for depression? A meta-analytic review. *J Affect Disord* 2026; 399: 121106.

