

## NEURON

Maandelijks - 6x per jaar  
(speciale uitgaven inbegrepen)

Neuron  
is een tijdschrift voor  
neurologen, psychiaters,  
neurochirurgen en  
pijnspecialisten

Oplage: 3.100 exemplaren

**Hoofredacteur**

Claude Leroy

**Adjunct-redacteur**

Alex Van Nieuwenhove  
neuron@rmnet.be

**Productie**

Denis Thiry

**Eindredactie**

Raquel Lacroix

**Publiciteit**

France Neven  
f.neven@rmnet.be  
Valérie Wets  
v.wets@rmnet.be

**Verantwoordelijke uitgever**

Dokter V Leclercq

**Jaarabonnement**

(abonnement@rmnet.be):

Papieren: €210 (België)

Digitaal: €210

Alle rechten voorbehouden,  
inclusief vertalingen, zelfs gedeeltelijk.  
Verschijnt eveneens in het Frans.  
De verantwoordelijkheid voor  
de artikelen in Neuron berust bij  
de auteurs. Vanwege de snelle evolutie van de  
medische wetenschap, is het aan te bevelen de  
diagnostische richtlijnen te toetsen aan de huidige  
stand van de wetenschap.



Copyright  
Reflexion Medical Network  
Varenslaan 6  
1950 Kraainem  
02/785.07.20

# Samenwerking met andere beroepsgroepen om het gebruik van benzodiazepines in België te verlagen

**WOORD VOORAF**

**S**lapeloosheid, angst: veel Belgen gebruiken daar benzodiazepines voor, ondanks informatiecampaagnes die de mensen aanraden om naar andere oplossingen te zoeken (1). In 2022 heeft 20% van de Belgen benzodiazepines ingenomen, dus meer dan 2 miljoen mensen. Dat cijfer is weliswaar aan het dalen (2).

In sommige situaties kan het nodig zijn om benzodiazepines gedurende langere tijd in te nemen, maar de richtlijnen stellen dat het gebruik van benzodiazepines in de tijd moet worden beperkt, vooral bij ouderen (3). Als men een behandeling start, moet men dan ook snel beslissen tot een 'deprescribing'. De huisarts is daarbij de spilfiguur. De patiënten kennen de risico's van benzodiazepines immers niet goed (4). Veel patiënten denken voorts dat, als de arts het geneesmiddel blijft voorschrijven, het wel goed zal zijn voor hen. Zeer vaak verloopt alles dan in stilte. Geen informatie, te verwachten obstakels tegen stopzetting en hernieuwing van het voorschrift... Noch de patiënt noch de arts snijdt het probleem aan, soms vele jaren lang (5).

Misschien biedt samenwerking tussen verschillende beroepen soelaas?

In Canada is aangetoond (6) dat samenwerking met de apotheker de huisarts kan helpen de 'deprescribing' te starten bij patiënten die chronisch benzodiazepines gebruiken. Hoe kan de apotheker helpen? In februari 2023 heeft het Riziv een verkennend programma gefinancierd dat de patiënten onder bepaalde voorwaarden de mogelijkheid biedt om de behandeling stop te zetten met capsules die de apotheker klaarmaakt. Er bestaan drie schema's voor een min of meer snelle degressieve stopzetting

(5, 7 en 10 niveaus) en de patiënt kan twee keer op vervolgcontrole gaan bij de apotheker (7). Eén jaar na de lancering hadden meer dan 5.500 mensen gebruik gemaakt van het programma, dat overigens werd verlengd tot december 2024 (8). Met het oog op het opbouwen van een duurzame samenwerking ter zake met de apothekers, kan overleg tussen de arts en de apotheker (9) (dat ook door het Riziv wordt gefinancierd) helpen om ieders rol te verduidelijken, niet alleen qua 'deprescribing', maar ook, en dat is essentieel, wat het eerste voorschrift betreft. In 2022 werden kleine verpakkingen (met 10 tabletten of minder, naargelang het geneesmiddel) weinig gebruikt. Bij veel patiënten lenen kleine verpakkingen zich echter goed om een langdurig gebruik te vermijden.

Bij het afbouwen rijst ook de vraag of er alternatieven zijn. Een ander geneesmiddel is geen goede oplossing... Opnieuw kan samenwerken helpen. Cognitieve en gedragstherapie is veilig en blijkt doeltreffend te zijn bij de behandeling van insomnie op lange termijn (10). Het platform [www.spreekerover.be](http://www.spreekerover.be) geeft de patiënten en de arts informatie over eerstelijnspsychologen in de buurt die beschikbaar zijn. Andere psychologen werken in een slaapkliniek. De website [www.gebruikvanpsychofarmaca.be](http://www.gebruikvanpsychofarmaca.be) bevat informatie over verschillende tools die artsen, apothekers en psychologen daarbij kunnen helpen.

Deprescribing van benzodiazepines is een soms complex proces dat veel tijd en energie vergt. Samenwerking met andere gezondheidswerkers, waarbij

ieder zijn specifieke expertise aanreikt, kan de taak verlichten en de slaagkansen verhogen.

Referenties op [www.neuron.be](http://www.neuron.be)

**Catherine Pétein,  
Anne Spinewine**  
Clinical Pharmacy and  
Pharmacoepidemiology  
Research Group, UCLouvain