

KORT NIEUWS

MINIMALE INTERVENTIES OM HET LANGDURIG GEBRUIK VAN BENZODIAZEPINES TE STOPPEN

Bespreking van: Mugunthan K, McGuire T, Glasziou P. Minimal interventions to decrease long-term use of benzodiazepines in primary care: a systematic review and meta-analysis. *Br J Gen Pract* 2011;61:573-8.

Het langdurig gebruik van benzodiazepines heeft niet alleen weinig zin, maar gaat ook gepaard met ongewenste effecten. Het risico op ongewenste effecten is vooral hoog bij ouderen, in het bijzonder voor wat betreft vallen en cognitieve stoornissen. Langdurig gebruik van benzodiazepines wordt best niet bruusk gestopt, maar geleidelijk aan afgebouwd. In de meeste studies gebeurt dit afbouwen met ongeveer 25% dosisreductie per week.

Mugunthan et al. maakten een systematisch literatuuroverzicht van gerandomiseerde en gecontroleerde trials die, in de eerste lijn, de werkzaamheid van minimale interventies om het gebruik van benzodiazepines bij volwassenen af te bouwen of te stoppen onderzochten. Onder minimale interventies verstond men: het verzenden van een brief met het advies het benzodiazepinegebruik te stoppen, het uitreiken van zelfhulpinformatie of een korte consultatie bij de huisarts. Deze interventies hadden aandacht voor de beperkte onderbouwing van langdurig benzodiazepinegebruik, de potentiële ongewenste effecten en kleine kans op ontweningsverschijnselen of andere ongewenste effecten bij geleidelijk afbouwen van benzodiazepines.

Slechts 3 studies, alle uit het Verenigd Koninkrijk, voldeden aan de inclusiecriteria, alhoewel er geen taal- of publicatierestricties waren. In alle drie de studies is er een statistisch significante reductie in het gebruik van benzodiazepines in de minimale interventiegroep in vergelijking met de controlegroep. De Number Needed to Treat (NNT) voor het verzenden van een brief bedroeg 12. Zelfhulpinformatie of een korte consultatie bij de huisarts bleken niet meer werkzaam.

Commentaar van de redactie:

De wetenschap dat dergelijke minimale interventies succesvol kunnen zijn, moet ons blijven aanzetten om het afbouwen en/of stoppen van langdurig benzodiazepinegebruik bij onze patiënten bespreekbaar te maken. Het sturen van een brief aan alle patiënten die in aanmerking komen voor deze interventie, is wellicht niet in alle praktijken vanzelfsprekend. De huisarts kan deze brief en/of zelfhulpinformatie ook meegeven wanneer patiënten, die chronisch benzodiazepines gebruiken, op consultatie komen wegens andere redenen.