

Afbouw van slaapmiddelen: apothekers begeleiden al ruim 5.500 patiënten

Wekelijks starten 105 nieuwe programma's op

Brussel, 14 februari 2024 - Eén jaar na de lancering van de nieuwe dienst voor de afbouw van benzodiazepines volgen meer dan 2.000 Belgische apothekers al ruim 5.500 patiënten op, die hun slaap- en kalmeermiddelen geleidelijk willen afbouwen. Sinds de opstart op 1 februari '23 helpen de apothekers met terugbetaalde magistrale bereidingen en advies. Voor dit initiatief vanuit de apotheeksector werd het nodige budget voorzien door federaal minister Frank Vandenbroucke en het RIZIV. Ook tot eind augustus 2024 werd er al bijkomend budget opzijgezet, gezien de eerste voorlopige positieve evaluaties.

Overconsumptie van benzodiazepines en Z-producten is al jaren een alarmerend probleem in ons land. Ze hebben een verslavende werking en horen enkel in uitzonderlijke situaties te worden toegediend. België is koploper in langdurig gebruik van benzo's.

Michaël Storme, ondervoorzitter van APB: *“Sinds de opstart blijkt dat de nieuwe dienst in de apotheek een schot in de roos is en elke verwachting overtreft. We danken minister Vandenbroucke voor het vertrouwen. Na 1 jaar hebben al meer dan 5.500 patiënten verspreid over heel België inmiddels hun weg gevonden naar dit terugbetaald afbouwprogramma op maat. Ongeveer één op de twee Belgische apotheken hebben minstens één patiënt die ervan gebruik maakt. Dat toont aan dat de dienstverlening nationaal geïmplementeerd wordt, en niet geconcentreerd is in bepaalde regio's. De behoeften op dat gebied zijn dus enorm en tonen het belang aan van deze nieuwe dienst.”*

Uit de cijfers van APB blijkt ook dat er elke week nog 105 mensen bij komen die gemotiveerd zijn om te stoppen. Dat aantal blijft min of meer stabiel. De meeste artsen schrijven een traag en lang afbouwschema voor. Dat geeft immers de beste kans op slagen. Het is dan ook nog te vroeg om de eindbalans van de dienst op te maken, daarvoor moeten we nog enkele maanden wachten. Eerder internationaal onderzoek had al aangetoond dat het slaagpercentage van een afbouwplan tussen 40 en 65% varieert, afhankelijk van de persoonlijke situatie en het medicatiegebruik van de patiënt.

Benzo's zijn de meest gebruikte slaap – en kalmeermiddelen. Bekende merknamen zijn Stilnoct, Zolpidem, Lormetazepam, Xanax en Valium. Zij zijn nooit een duurzame oplossing voor slaapproblemen en stressklachten, hoewel ze vooral daarvoor worden voorgeschreven. Bij langdurig gebruik zijn ze verslavend, verhogen ze het risico op valincidenten (zeker bij ouderen) en zijn er heel wat bijwerkingen. Toch behoren Belgen tot de grootste benzo-gebruikers ter wereld. In 2021 werden in de Belgische apotheken maar liefst 400 miljoen dosissen afgeleverd, dat is ongeveer 1,1 miljoen dosissen per dag die worden geslikt door Belgen.

Over de APB

De Algemene Pharmaceutische Bond (APB) is de nationale federatie van de Belgische beroepsverenigingen van de zelfstandige officina-apothekers. De Bond vertegenwoordigt ongeveer 90% van het apothekerskorps in België. De APB steunt zijn leden in hun dagelijkse beroepsuitoefening door de ontwikkeling en valorisering van de vrije uitoefening van het beroep van zelfstandige apotheker. De APB wil de meerwaarde van de zelfstandige apotheker voor de gezondheid van zijn patiënt ontwikkelen, ontplooiën en ondersteunen.

Voor meer inlichtingen, raadpleeg www.apb.be

Artsen, apothekers en psychologen werken samen

Sinds 1 februari 2023 kunnen volwassen patiënten die hun chronisch slaapmiddelengebruik willen afbouwen, terecht bij hun apotheker voor magistrale bereidingen met steeds lagere doses. Die bereidingen zijn enkel op voorschrift van de arts verkrijgbaar en worden op de noden van de patiënt afgestemd. De magistrale bereidingen en de begeleiding door de apotheker worden terugbetaald door het RIZIV. De patiënt betaalt alleen de verpakkingen van zijn slaapmiddel die worden gebruikt in de apotheek om de magistrale bereidingen te maken.

De ‘driehoeksverhouding’ tussen de voorschrijvende arts, de begeleidende apotheker en de klinische psycholoog is essentieel voor het welslagen van de afbouw door de gemotiveerde patiënt.

“De samenwerking tussen de arts en de apotheker is belangrijk bij het succes voor de afbouwende patiënt, preciseerd Michael Storme. De arts motiveert de patiënt en schrijft een aangepast programma voor. De apotheker – als nabije, toegankelijke ‘gezondheidscoach’ – begeleidt en volgt de patiënt actief op doorheen het hele afbouwprogramma en kan desnoods patiënten ook doorverwijzen naar de eerstelijnspsycholoog voor verdere hulp. Het is een beetje zoals bij roken: alleen lukt het heel moeilijk. Maar geleidelijk afbouwen, en onder begeleiding, leidt tot resultaat.”

Wie komt ervoor in aanmerking?

Een afbouwprogramma in de apotheek kan aan elke thuiswonende volwassene worden aangeboden die gedurende ten minste 3 maanden chronisch een (enkel) benzo slaapmiddel of Z-drug gebruikt. De apotheken bieden deze dienst op vrijwillige basis aan.

Het programma wordt steeds gestart op voorschrift van de arts. De dosis van de slaapmedicatie kan langzaam of snel worden afgebouwd. Er zijn 3 mogelijke afbouwschema's (5, 7 of 10 stappen van 10, 20 of 30 dagen). De arts bepaalt in overleg met de patiënt de snelheid van het afbouwprogramma en kan ook nog 2 stabilisatieperiodes voorschrijven, wanneer het te snel gaat voor de patiënt. Het snelste schema voorziet aldus een afbouw in 50 dagen, het langzaamste duurt 360 dagen.

De apotheker bereidt de magistrale bereidingen, vertrekkende van het slaapmiddel dat de patiënt gebruikt. Daarnaast zal hij ook een initiatie- en opvolggesprek aanbieden, waarin hij aan de patiënt alle nodige informatie over het afbouwprogramma geeft. De apotheker luistert naar de patiënt en motiveert hem. De apotheker stimuleert zo de patiënt om het afbouwprogramma trouw te blijven volgen.

Michael Storme: *“Het begeleidingsprogramma slaat aan en bewijst dat mensen die hulp heel erg nodig hebben. We verwachten dat nog bijkomende groepen van patiënten de motivatie zullen vinden om iets te doen aan hun chronisch benzo-gebruik. Dat heeft ook met de media-aandacht*

Over de APB

De Algemene Pharmaceutische Bond (APB) is de nationale federatie van de Belgische beroepsverenigingen van de zelfstandige officina-apothekers. De Bond vertegenwoordigt ongeveer 90% van het apothekerskorps in België. De APB steunt zijn leden in hun dagelijkse beroepsuitoefening door de ontwikkeling en valorisering van de vrije uitoefening van het beroep van zelfstandige apotheker. De APB wil de meerwaarde van de zelfstandige apotheker voor de gezondheid van zijn patiënt ontwikkelen, ontplooiën en ondersteunen.

Voor meer inlichtingen, raadpleeg www.apb.be

te maken. Mensen herkennen zich in de verhalen en dan begint het door te dringen. De apothekers zetten zich massaal in voor de nieuwe afbouwdienst. Ons beroep evolueert op het vlak van farmaceutische zorg, om in te spelen op de noden van de volksgezondheid. En dat is precies wat de huidige resultaten van deze nieuwe dienst bewijzen.”

Meer informatie?

Contacteer Luc De Seranno, Nederlandstalig woordvoerder van APB
0477/38.23.37 – Luc.DeSeranno@apb.be

Over de APB

De Algemene Pharmaceutische Bond (APB) is de nationale federatie van de Belgische beroepsverenigingen van de zelfstandige officina-apothekers. De Bond vertegenwoordigt ongeveer 90% van het apothekerskorps in België. De APB steunt zijn leden in hun dagelijkse beroepsuitoefening door de ontwikkeling en valorisering van de vrije uitoefening van het beroep van zelfstandige apotheker. De APB wil de meerwaarde van de zelfstandige apotheker voor de gezondheid van zijn patiënt ontwikkelen, ontplooien en ondersteunen.

Voor meer inlichtingen, raadpleeg www.apb.be