

Een nieuwe dienst in de apotheek

Afbouw van slaapmedicatie voortaan terugbetaald

1 februari 2023 – **Vanaf deze woensdag kunnen patiënten, die hun gebruik van slaapmedicatie geleidelijk willen afbouwen, rekenen op een nieuw terugbetaald programma om hen daarbij te helpen. Door middel van magistrale bereidingen van hun apotheker, op voorschrift van hun arts, zullen zij hun gebruikelijke medicatie kunnen innemen, maar in een aangepaste dosering, die stapsgewijs zal worden verlaagd, totdat zij volledig stoppen of zich stabiliseren op het laagst mogelijke niveau. Dankzij het budget dat het RIZIV en de minister van Volksgezondheid, Frank Vandenbroucke, ter beschikking stelt, zullen 600 tot 900 patiënten in 2023 van dit afbouwprogramma kunnen genieten via hun arts en hun apotheker.**

Het langdurig gebruik van slaapmiddelen (benzodiazepines en ‘Z-drugs’ ligt alarmerend hoog in ons land. Dat gebruik leidt echter vaak tot potentieel ernstige bijwerkingen, waaronder een verviervoudiging van het valrisico, waarvan de gevolgen voor ouderen zeer ernstig kunnen zijn. Om die trend te keren, hebben de apothekers onlangs een overeenkomst gesloten met het RIZIV en de mutualiteiten. Dat heeft het mogelijk gemaakt om een programma voor de **geleidelijke afbouw van slaapmedicatie** op te zetten, gebaseerd op een multidisciplinaire aanpak, waarbij de patiënt profiteert van de medewerking en steun van zijn arts en zijn apotheker.

“Het overgebruik en misbruik van slaap- en kalmeermiddelen is voor onze sector een voortdurend aandachtspunt en een echt probleem voor de volksgezondheid”, benadrukt APB-voorzitter Koen Straetmans. “De rol die de huisapotheker kan vervullen bij de afbouw van slaapmedicatie, krijgt veel aandacht in dit plan. Belangrijk is de nauwe samenwerking en het overleg tussen de betrokken zorgverstrekkers (arts en apotheker, waar nodig ook de psychiater/psycholoog), met als doel de patiënt te begeleiden naar de meest optimale zorg.”

Een belangrijke negatieve impact op de volksgezondheid

Het gebruik van slaapmedicatie in België is een van de hoogste in Europa. In 2021 werden in de Belgische apotheken ongeveer 400 miljoen dagelijkse dosissen¹ afgeleverd, ofwel ongeveer 1,1 miljoen dosissen per dag. Uit de resultaten van een enquête² van het FAGG in 2020 over het gebruik van benzodiazepines en aanverwante geneesmiddelen bleek dat de meeste

¹ De gebruikelijke dagelijkse dosis (DDD, Defined Daily Dose in het Engels) wordt gedefinieerd als de veronderstelde gemiddelde onderhoudsdosis per dag van een geneesmiddel voor de primaire indicatie bij volwassenen. Het is een referentiedosis die noch een gemiddelde dosis is die bij patiënten wordt waargenomen, noch de dosis die gewoonlijk door de arts wordt voorgeschreven.

² Survey on the use of benzodiazepines and Z-drugs to treat insomnia in Belgium - https://www.afmps.be/sites/default/files/BZRA_study_report_2020_DEF_21.06.2022.pdf

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

patiënten deze geneesmiddelen (veel) langer gebruikten dan aanbevolen. En meer dan een derde van hen vertoonde psychologische tekenen van afhankelijkheid. Hoewel 70% van de respondenten van het onderzoek zei dat ze zeer gemotiveerd waren om hun slaapmedicatie af te bouwen, gaven ze ook aan dat ze zich hulpeloos voelden en ondersteuning wilden.

“Het frequente langdurige gebruik van benzodiazepines in ons land verdient al onze aandacht”, legt Koen Straetmans uit, *“want er zijn duidelijke bewijzen dat dit negatieve gevolgen heeft voor de volksgezondheid en tot hoge uitgaven leidt in de ziekteverzekering, onder meer door valincidenten bij ouderen en verkeersongevallen”*.

Een onmisbare samenwerking tussen arts en apotheker

“Verschillende studies³ hebben de doeltreffendheid al bevestigd van een geleidelijke vermindering van de dosering van slaapmedicatie, waardoor veel patiënten na een programma van 50 tot 360 dagen volledig van hun medicatie kunnen afzien. Het afbouwschema en de snelheid ervan worden gekozen door de patiënt en zijn arts. Afhankelijk van de persoonlijke situatie en het medicatiegebruik van de patiënt varieert het succespercentage van deze therapeutische aanpak tussen 40 en 70%. Om de kans op succes voor de patiënt te vergroten, is samenwerking tussen de arts en de apotheker essentieel.

“Beiden spelen een cruciale rol in het informeren en sensibiliseren van patiënten die afhankelijk zijn geworden van slaapmedicatie. Naast de arts, die de patiënt zal motiveren en een aangepast afbouwprogramma zal voorschrijven, zal de apotheker - als een nabije, toegankelijke ‘gezondheidscoach’ die in direct contact staat met de patiënt - de patiënt actief opvolgen en begeleiden tijdens het hele afbouwprogramma,” besluit Koen Straetmans.

In het verlengde van de huisapotheker

Sinds 2017 heeft de functie van huisapotheker de apothekers stevig verankerd in de eerstelijnszorg en getuigt ze van de evolutie van het beroep. In 5 jaar tijd hebben al meer dan 1,2 miljoen chronische patiënten kunnen genieten van de gepersonaliseerde ondersteuning van een huisapotheker. Het nieuwe afbouwprogramma voor slaapmedicatie bouwt voort op dat succes en staat open voor alle betrokken patiënten. Om van deze dienst gebruik te kunnen maken, hoeven mensen geen huisapotheker te hebben, maar kunnen ze gewoon contact opnemen met hun vaste apotheker. De apotheken zullen deze nieuwe dienst op vrijwillige basis aanbieden.

Onderstaande overzicht overloopt de **praktische modaliteiten** van een afbouwprogramma. Om de sensibiliseringsfolder voor patiënten te raadplegen, klik [HIER](#).

³ Oude Voshaar R. C., Gorgels W. J. M. J., Mol A. J. J., Van Balkom A. J. L. M., Van de Lisdonk E. H., Breteler M. H. M. et al. Tapering off long-term benzodiazepine use with or without group cognitive-behavioural therapy: three conditioned, randomised controlled trial. *Br J Psychiatry*. 2003; 182: 498–504. EN Richard C Oude Voshaar , Paul F M Krabbe, Wim J M J Gorgels, Eddy M M Adang, Anton J L M van Balkom, Eloy H van de Lisdonk, Frans G Zitman. Tapering off benzodiazepines in long-term users: an economic evaluation. *Pharmacoeconomics*. 2006;24(7):683-94.

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

Het afbouwprogramma voor slaapmedicatie in praktijk

Wat?

Een geleidelijke afbouw van slaapmedicatie **met behulp van magistrale bereidingen** door de apotheker.

Voor wie?

Elke volwassene die niet in een woonzorgcentrum (of andere instelling) verblijft en die gedurende ten minste 3 maanden chronisch **een (enkel)** benzodiazepine of Z-drug heeft gebruikt, in een dosering die **niet hoger is dan 3 maal de gebruikelijke dagelijkse dosering**, met **slapeloosheid** als primaire indicatie. De patiënt moet zijn geïnformeerde toestemming (*eHealth Consent*) hebben gegeven bij zijn apotheker voor het **delen van zijn gezondheidsgegevens** en voor **voortgezette farmaceutische zorg**.

Hoelang?

Er zijn verschillende **stapsgewijze afbouwschema's** mogelijk: van **50 tot 360 dagen**. De arts schrijft een individueel programma voor dat is afgestemd op de behoeften van de patiënt en bepaalt het aantal stappen waarmee de dosis geleidelijk wordt afgebouwd (5, 7 of 10 stappen van 10, 20 of 30 dagen). Bovendien kunnen tijdens het programma tot 2 stabilisatiestappen worden toegevoegd, afhankelijk van de behoeften van de patiënt.

Hoe?

Na het ondertekenen van een **overeenkomstenformulier** met zijn patiënt stelt de arts in overleg met de patiënt een aangepast afbouwprogramma op. De patiënt bezorgt het ondertekende formulier aan de apotheker van zijn keuze, die het ook ondertekent en bewaart. De apotheker biedt een **initiatie- en opvolggesprek** aan en verstrekt alle nodige informatie (waaronder een brochure) om eventuele vragen te beantwoorden. Gedurende het hele afbouwprogramma begeleidt en motiveert de apotheker de patiënt en maakt hij magistrale bereidingen, zoals voorgeschreven door de arts, waarbij de hoeveelheid van de specialiteit geleidelijk wordt verminderd.

Verbintenissen?

In de ondertekende overeenkomst verbindt de patiënt zich er onder meer toe het volledige afbouwprogramma in één en dezelfde apotheek te volgen en geen andere benzodiazepines of *Z-drugs* te gebruiken dan degene die in het programma zijn opgenomen.

Kostprijs?

Naast de medische raadplegingen betaalt de patiënt **alleen de verpakkingen van zijn specialiteit die worden gebruikt** in de apotheek om de magistrale bereidingen te maken, zonder extra kosten voor de bereidingen, het advies van de apotheker en de 2 gesprekken. Elke patiënt kan slechts van één terugbetaald programma per jaar genieten.

Meer info?

Contacteer **Luc De Seranno, Nederlandstalige 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, ontplooiën en ondersteunen.

Voor meer inlichtingen, raadpleeg www.apb.be