

# Ik ben toch niet gek of hoe gek is Nederland?

Frenk Peeters

Academisch Centrum voor Stemmingsstoornissen  
Maastricht



## Inhoud

- Hoe gek is Nederland?
- Stemmingsstoornissen
- Depressie in het bijzonder
  - Symptomen
  - Beloop
  - Risicofactoren
  - Behandeling



## Hoe gek is Nederland?

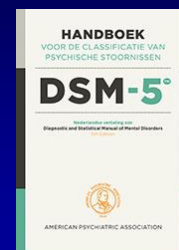
	1-jarige prevalentie			12-maandsprevalentie		
	Mannen	Vrouwen	Totaal	Mannen	Vrouwen	Totaal
<b>Eligierel meningsstoornis</b>	144 (11,2-16,1)	363 (24,4-27,0)	50,2 (19,9-31,0)	4,2 (0,5-8,0)	7,2 (3,5-10,3)	6,1 (4,7-7,4)
<b>Depressieve stoornis</b>	131 (1,2-14,5)	264 (13,0-16,1)	1,7 (0,7-19,0)	4,1 (1,3-5,1)	6,3 (4,7-7,4)	5,8 (4,6-7,0)
<b>Dysthymie</b>	6,4 (0,6-1,0)	3,0 (1,4-3,5)	1,3 (0,7-1,7)	0,4 (0,2-0,3)	1,3 (0,9-1,9)	0,9 (0,6-1,3)
<b>Bipolaire stoornis</b>	1,3 (0,3-1,7)	1,5 (0,9-2,1)	1,3 (0,9-1,7)	0,2 (0,1-0,3)	1,0 (0,6-1,7)	0,8 (0,6-1,3)
<b>Eligierel angststoornis</b>	15,8 (14,3-17,7)	21,4 (19,3-21,0)	19,6 (13,2-11,0)	7,7 (6,6-9,1)	11,5 (11,1-14,4)	11,1 (10,1-11,6)
<b>Paniekstoornis</b>	3,3 (1,3-3,0)	4,1 (3,0-5,0)	3,8 (3,3-4,4)	1,0 (0,7-1,4)	1,5 (1,1-1,1)	1,3 (1,0-1,0)
<b>Agorafobie/claustrofobie</b>	0,4 (0,3-0,7)	1,4 (1,1-1,8)	0,9 (0,7-1,3)	0,3 (0,1-0,3)	0,6 (0,4-1,0)	0,4 (0,3-0,4)
<b>paniekstoornis</b>						
<b>Sociale fobie</b>	7,7 (6,5-9,1)	10,9 (10,1-10,3)	9,3 (8,3-10,4)	3,3 (3,4-4,3)	4,4 (3,6-5,4)	3,8 (3,3-4,4)
<b>Specifieke fobie</b>	5,5 (4,9-6,7)	10,3 (10,1-11,7)	7,9 (7,9-10,3)	3,5 (3,7-4,4)	6,6 (5,9-7,9)	5,9 (4,8-7,1)
<b>Compulsieve stoornis</b>	1,6 (0,8-0,2)	5,4 (4,0-5,0)	4,5 (3,9-5,1)	1,4 (0,9-1,0)	3,1 (2,7-3,7)	1,7 (1,5-2,1)
<b>angststoornis</b>						
<b>Eligierel middelenstoornis</b>	27,7 (14,9-10,7)	10,3 (10,1-11,7)	19,1 (17,3-11,0)	7,6 (6,1-9,3)	3,6 (3,2-4,7)	5,6 (4,7-6,5)
<b>Alcoholmisbruik</b>	11,9 (10,9-14,0)	6,4 (5,0-6,0)	14,8 (14,9-15,0)	2,6 (1,9-3,1)	1,9 (1,4-1,0)	2,7 (2,3-3,4)
<b>Alcoholafhankelijkheid</b>	3,1 (3,1-4,1)	4,9 (5,1-4,0)	3,0 (3,0-2,7)	1,0 (0,5-1,0)	0,5 (0,1-1,1)	0,7 (0,4-1,0)
<b>Drugmisbruik</b>	4,8 (4,9-3,9)	3,7 (3,1-3,0)	3,8 (3,3-4,4)	0,9 (0,6-1,0)	0,8 (0,5-1,1)	0,9 (0,6-1,3)
<b>Cannabisafhankelijkheid</b>	3,5 (3,3-4,4)	1,8 (1,8-1,7)	3,3 (3,9-4,0)	0,6 (0,3-1,1)	0,8 (0,5-1,1)	0,6 (0,4-0,7)
<b>Drugafhankelijkheid</b>	3,4 (1,1-3,1)	1,5 (1,6-2,3)	2,3 (2,7-3,1)	0,2 (0,4-1,1)	0,7 (0,4-1,1)	0,7 (0,5-1,1)
<b>Cannabisafhankelijkheid</b>	2,1 (1,4-3,1)	0,6 (0,3-1,4)	1,4 (0,9-1,0)	0,4 (0,1-1,0)	0,1 (0,0-0,4)	0,3 (0,1-0,4)
<b>Eligierel aandachtstoornis of geleesstoornis*</b>	11,3 (1,3-14,6)	6,5 (5,1-8,3)	9,1 (7,6-11,1)	2,9 (1,8-4,1)	1,3 (0,7-1,9)	2,1 (1,4-3,0)
<b>ADHD**</b>	4,4 (3,6-5,1)	1,5 (1,6-2,3)	3,0 (3,3-4,0)	2,6 (1,8-4,1)	1,3 (0,7-1,9)	2,1 (1,4-3,0)
<b>Geleesstoornis**</b>	7,4 (5,7-8,0)	3,8 (3,6-5,4)	5,6 (4,5-7,0)	-	-	-
<b>Oppositievel-opstandige gedragsstoornis*</b>	3,3 (1,7-4,7)	2,9 (1,4-3,0)	3,1 (1,7-3,3)	-	-	-
<b>Eligierel afdi-stoornis*</b>	43,4 (40,9-46,3)	48,0 (46,4-48,2)	46,0 (44,8-47,1)	17,7 (17,3-19,7)	11,4 (10,9-10,4)	15,0 (14,2-16,4)

## Hoe gek is Nederland?

NEMESIS-2 laat zien dat 4 op de 10 mensen (42,7%) ooit in hun leven een of meer aandoeningen hebben gehad, en bijna 1 op de 5 (18,0%) deze had in de afgelopen 12 maanden. Aandachtstekort- of

Is dat nog normaal of kan het nog gekker?

## Ziekten of dimensies van klachten?



## Stemmingsstoornissen

- Depressie
- Bipolaire stoornis

## Hoeveel komen stemmingsstoornissen voor?

	12-maandsprevalentie			12-maandsprevalentie		
	Mannen	Vrouwen	Totaal	Mannen	Vrouwen	Totaal
Enigsteel stemmingsstoornis	14,4 (12,8-16,1)	26,1 (24,2-27,9)	20,2 (19,0-21,4)	4,8 (4,0-5,6)	7,5 (6,3-8,7)	6,1 (5,4-7,0)
Depressieve stoornis	13,1 (11,7-14,8)	24,4 (22,2-26,1)	18,7 (17,6-19,9)	4,1 (3,3-5,2)	6,3 (5,4-7,4)	5,2 (4,6-5,9)
Dystrymie	0,6 (0,4-1,0)	3,0 (2,4-3,8)	1,3 (1,0-1,7)	0,4 (0,2-0,8)	1,3 (0,9-1,9)	0,9 (0,6-1,2)
Bipolaire stoornis	1,2 (0,8-1,8)	1,5 (1,0-2,3)	1,3 (1,0-1,7)	0,7 (0,4-1,2)	1,0 (0,6-1,7)	0,8 (0,6-1,2)

## Depressie

### Kernsymptomen

- Depressieve stemming
- Verlies van interesse en plezier

### Verdere symptomen

- Verandering van eetlust
- Slaapproblemen
- Psychomotorische remming of agitatie
- Moeheid
- Insufficientie gedachten
- Concentratie problemen of besluiteloosheid
- Doodsgedachten

*Minstens 2 weken gedurende de meeste dagen en het grootste gedeelte van de dag minimaal 5 symptomen waarvan 1 kernsymptoom*

## Hoe lang duurt een depressie?

- 50% herstelt binnen 3 maanden
- 20% duurt langer dan een jaar

## Oorzaken voor het ontstaan van depressie

Geen enkele "oorzaak" bekend....

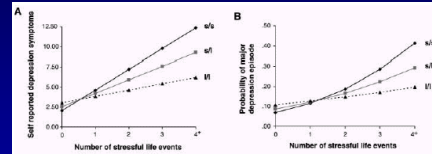
maar we kennen wel veel risico- en beschermende factoren

## Risicofactoren

- Genetische variaties

Maar..... is geen gen dat depressie veroorzaakt

## Invloed van genen op het ontstaan van depressie; een voorbeeld



## Risicofactoren

- Genetische variaties
- Ontwikkelingsfactoren (verwaarlozing, misbruik)
- Persoonlijkheid (piekeren, onzekerheid)
- Sociale factoren (werkeloosheid, geldproblemen)
- Ingrijpende levensgebeurtenissen
- Ziekten (suikerziekte, immuunziekten)
- Maatschappelijke factoren (sociale steun, stress)
- Westerse leefstijl (voeding, afweersysteem)

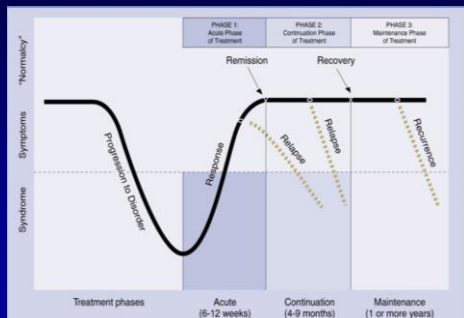
## Behandeling

- Kans op recidief na 1e depressie 50%
- Kans op recidief na 2e depressie 70-80%
- Kans op recidief na 3e depressie 80%

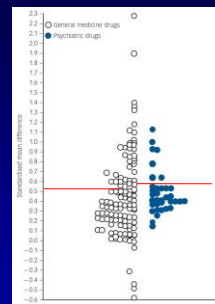
De grote uitdaging:

“niet alleen uit de put komen maar er ook uitblijven”

## Fasen van behandeling



## Psychiatrie: stompertje van de geneeskunde?



Leucht S et al. BJP 2012;200:97-106

## Behandelingen voor depressie

- Goede voorlichting
- Leefstijl veranderen (bewegen, voeding)
- Gesprekstherapie
- Farmacotherapie
- Lichttherapie
- Stimulatie van de hersenen

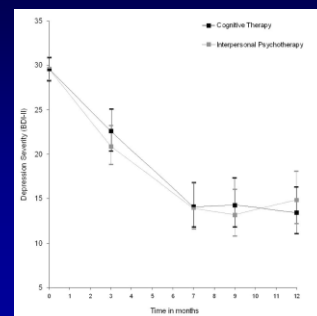
## Gesprekstherapie



## Gesprekstherapie

- Cognitieve gedragstherapie
- Interpersoonlijke psychotherapie
- Mindfulness (alleen als terugvalpreventie)

## Effectiviteit van gesprekstherapie voor depressie



## Behandelingen voor depressie

- Goede voorlichting
- Leefstijl veranderen (bewegen, voeding)
- Gesprekstherapie
- Farmacotherapie
- Lichttherapie
- Stimulatie van de hersenen

## Farmacotherapie



## Farmacotherapie

- Selectieve serotonine heropname remmers
- Serotonine noradrenaline heropname remmers
- Tricyclische antidepressiva
- Mono-amine oxidase remmers
- Lithium
- Anti-psychotica

## Behandelingen voor depressie

- Goede voorlichting
- Leefstijl veranderen (bewegen, voeding)
- Gesprekstherapie
- Farmacotherapie
- Lichttherapie
- Stimulatie van de hersenen

## Lichttherapie

winterdepressie



## Behandelingen voor depressie

- Goede voorlichting
- Leefstijl veranderen (bewegen, voeding)
- Gesprekstherapie
- Farmacotherapie
- Lichttherapie
- Stimulatie van de hersenen

## Stimulatie van de hersenen

- Electro-convulsieve therapie
- r-Transcraniële magnetische stimulatie
- Deep brain stimulation
- Neurofeedback

## Electro-convulsieve therapie



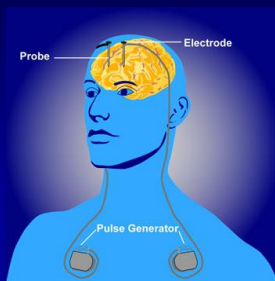
## Electro-convulsieve therapie



## rTMS



## DBS



## Neurofeedback



## Samenvatting

- Hoe gek is Nederland?
- Stemningsstoornissen
- Depressie in het bijzonder
  - Symptomen
  - Beloop
  - Risicofactoren
  - Behandeling

## Meer weten?

- [www.nedkad.nl](http://www.nedkad.nl)
- [www.kenniscentrumbipolairstoornissen.nl](http://www.kenniscentrumbipolairstoornissen.nl)
- [www.vmdb.nl](http://www.vmdb.nl)
- [www.psychischegezondheid.nl/depressiecentrum](http://www.psychischegezondheid.nl/depressiecentrum)
- [www.trimbos.nl](http://www.trimbos.nl)