

Liever een gezonde patiënt

Hoe psychotherapeuten de meest luminueuze smoezen uit de kast trokken om onder het in therapie nemen van echt depressieve of geestelijk zieke mensen uit te komen heb ik regelmatig gezien.

Het werken met mensen die de wanhoop al ver voorbij zijn, is zwaar (Intermezzo, 8 augustus). Het lijkt plezieriger en dankbaarder om niet al te zieke mensen in therapie te hebben. Dat geeft enerzijds makkelijker positief resultaat, en anderzijds is er de mogelijkheid te experimenteren met het toepassen van theorieën waarin men opgeleid is. Zo blijft het vak boeien.

'Goed' opgeleid kan men hoevaardig ernstige problematiek als niet geschikt voor psychotherapie naar andere, vaak overbelaste collega's verwijzen.

De depressieparadox ten voeten uit.

T. J. van Ravenstein, Amsterdam

Chemische troep

Hoezo geen depressie-epidemie? Een van mijn cliënten vertelde ooit: 'Ongeïnteresseerd en glazig staarde de arts mij over zijn brillette aan, terwijl ik hem overstuur vertelde dat ik de laatste tijd helemaal niet lekker in mijn vel zat, om het minste of geringste in hui- len uitbarstte en nergens meer plezier aan beleefde. Eigenlijk zei hij helemaal niks, hij gaf me zelfs geen enkel advies mee. Hooguit vijf minuten later stond ik weer buiten met een recept voor een antidepressivum. Nou, je denkt toch zeker niet dat ik dat ben gaan ophalen. Ik kijk wel mooi uit. Die chemische troep ga ik toch echt niet slikken, zo depressief voel ik me nou ook weer niet.'

Met stijgende verontwaardiging in zijn stem vertelde hij dit toen ik naar zijn medicijngebruik informeerde. Veel en vaak uiten mijn cliënten hun onvrede over de manier waarop er door hun arts meteen maar naar antidepressiva als prozac of seroxat wordt gegrepen. Sommigen voelen zich niet serieus genomen en gaan ze ze, net als Willem van der Does beschrijft (Intermezzo, 8 augustus), niet eens bij de apotheek



'Het werken met mensen die de wanhoop nabij zijn, is zwaar.'

Foto Joost van den Broek / de Volkskrant

ophalen. Anderen vertellen over het jarenlang slikken ervan, over de nare bijwerkingen en over hoe ongelukkig ze zijn omdat ze geen idee hebben hoe ze er ooit weer vanaf kunnen komen.

Van mij zul je niet horen dat mensen die aan zware depressies lijden, er geen enorme baat bij kunnen hebben, maar wel vind ik dat dit zware geschut veel te vaak gemakshalve standaard en zonder enige vorm van deskundige begeleiding ook bij lichte tot matige depressieve klachten wordt voorgeschreven.

Jaarlijks gaan er meer dan 1 miljoen synthetische antidepressiva-recepten over de toonbank, en daar zullen er komend najaar, gezien de economische recessie, nog veel meer bij komen. Hoezo geen depressie-epidemie? Het zou me niks verbazen als depressie sneller in omvang gaat toenemen dan die hele Mexicaanse griepedemie.

M. van den Berg, Monnickendam
counselor/psychosociaal coach