



Marieke Zwaanswijk
Dr. M. Zwaanswijk, senior onderzoeker/senior beleidsmedewerker, Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie, Utrecht



Isabel Gosselt
Drs. I.K. Gosselt, medior beleidsmedewerker, Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie, Utrecht



Anya Boelhouwer
Drs. A. Boelhouwer, medior communicatiemedewerker, Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie, Utrecht

Begrijpelijke informatie voor jongeren over psychofarmaca

Inleiding

Ongeveer een op de zes kinderen en jongeren tot 18 jaar heeft psychische problemen,¹ circa 7% wordt hierdoor dusdanig beperkt in het dagelijks functioneren dat gespecialiseerde behandeling nodig is.² In 2020 gebruikte ongeveer 4% van de Nederlandse kinderen en jongeren psychofarmaca.^{3,4} Het is voor het welzijn van jeugdigen en voor het effect van de behandeling essentieel dat zij weten welke effecten zij van hun medicijnen kunnen verwachten. Goede informatie over medicatie draagt ook bij aan verantwoord gebruik. Jeugdigen en hun ouders en/of verzorgers hebben vaak veel vragen over het gebruik en de effecten van medicatie. Zij willen bijvoorbeeld weten hoe een middel werkt, welke bijwerkingen er kunnen optreden, of de medicijnen verslavend zijn, hoelang zij moeten worden ingenomen, en of de werking na een periode van gewenning kan afnemen.

Om antwoord te krijgen op hun vragen, kunnen jongeren de bijsluiter raadplegen, maar deze is vaak lastig te begrijpen en niet specifiek gericht op kinderen en jongeren. Ook de informatie over medicijnen op een website als www.apotheek.nl is gericht op ouders en is niet geschikt voor jongeren. Jongeren, ouders en zorgverleners hebben behoefte aan betrouwbare informatie over medicatie, die begrijpelijk is voor jongeren en die aansluit op hun vragen.

Focusgroepen

In 2020 organiseerde het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie (zie kader) focusgroepen met jongeren en ouders om beter inzichtelijk te krijgen aan welke informatie over psychofarmaca zij behoefte hebben. Hieruit kwam naar voren dat jongeren open en eerlijk geïnformeerd willen worden over hun medicatie en de bijwerkingen daarvan. Jongeren verwoordden dit treffend: 'Zorgverleners dreigen

wel eens te vergeten dat gewone mensen sommige kennis niet hebben', en 'Zorgverleners kunnen de neiging hebben om te zeggen: "Dit is goed voor je, dus ik schrijf dit voor."

Het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie

Het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie zet zich in voor de beste hulp aan kinderen en jongeren met ernstige psychische problemen. Samen met zorgprofessionals, onderzoekers, ouders en jongeren ontwikkelt, verzamelt en verspreidt het Kenniscentrum kennis over de kinder- en jeugdpsychiatrie, uit wetenschap, praktijk en ervaring. Het Kenniscentrum is een landelijke netwerkorganisatie, georganiseerd in een vereniging met leden.

Het Kenniscentrum vertaalt kennis uit wetenschap, praktijk en ervaring in toepasbare kennis voor professionals, ouders en jongeren. Van praktijkstandaarden met actuele, betrouwbare kennis over diagnose en behandeling tot dossiers met bruikbare kennis over actuele thema's, zoals suïcidepreventie in de jeugd-GGZ, zorg voor zeer jonge kinderen of jongeren die volwassen worden. De kennis is voor iedereen gratis toegankelijk via www.kenniscentrum-kjp.nl. Hiermee draagt het Kenniscentrum bij aan de beste jeugdhulp voor kinderen en jongeren met ernstige psychische problemen.

Het Kenniscentrum werkt samen met een Geneesmiddelencommissie, die bestaat uit vertegenwoordigers van verschillende zorginstellingen (zie www.kenniscentrum-kjp.nl/over-ons/geneesmiddelencommissie). Deze experts controleren alle informatie over medicatie die het Kenniscentrum publiceert op juistheid en wetenschappelijke onderbouwing. De Geneesmiddelencommissie droeg bij aan de totstandkoming van 'Begrijp je medicijn' en houdt de teksten samen met het Kenniscentrum actueel.

Dan leer je weinig over wat je slikt.' Ouders en jongeren hebben ook behoefte aan tips hoe zij met hun zorgverlener het best kunnen praten over medicatie en het gebruik daarvan. Verder gaven jongeren aan dat zij informatie willen krijgen over eventueel alternatieve medicatiemogelijkheden, zodat zij hierover kunnen meebeslissen. Ook hebben zij behoefte aan informatie over het gebruik van medicijnen in combinatie met drugs of alcohol, of de invloed van medicijnen op hun seksualiteit: 'Durf te praten over de combinatie met drugs en alcohol. Soms wordt de deur dichtgegooid door te zeggen: "Je moet geen drugs nemen, dat is slecht voor je", zonder de vraag te beantwoorden. Dan gaan jongeren zelf experimenteren. Je kunt er beter een goed gesprek over voeren.' Tot slot gaven jongeren aan dat zij graag de mogelijkheid willen hebben om informatie mee te nemen, om deze thuis nogmaals rustig te kunnen doorlezen.

Begrijp je medicijn

Om beter in te spelen op de behoeften van jongeren en ouders heeft het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie, met financiële bijdragen van het Fonds Psychische Gezondheid en het Fonds Stichting Gezondheidszorg Spaarneland, de website 'Begrijp je medicijn' ontwikkeld (www.begrijpjemedicijn.nl). Deze website bevat begrijpelijke, wetenschappelijk onderbouwde en betrouw-

bare uitleg voor jongeren van 12 tot 18 jaar over hun medicijnen en het gebruik ervan. 'Begrijp je medicijn' bevat informatie over de 21 meest gebruikte psychofarmaca, zoals citalopram, fluoxetine, methylfenidaat, oxazepam en dexamfetamine. 'Begrijp je medicijn' is tot stand gebracht in samenwerking met ouders en jongeren. Zij hebben aangegeven wat zij missen in bijsluiters en welke ervaringen zij hebben met hun medicijnen en het gebruik hiervan. In begrijpelijke teksten, ondersteund door beeldmateriaal dat de werking van het medicijn weergeeft, wordt onder meer ingegaan op vragen over de (bij)werkingen van medicijnen en tegen welke klachten de medicatie helpt. Ook wordt informatie gegeven over mogelijke verslaving, de te zetten stappen als een jongere overweegt om te stoppen en de gevolgen van de medicijnen voor de hersenen. Daarnaast vinden jongeren er tips die helpen bij de keuze voor en omgang met hun medicijn, zoals: hoe kies je samen welk medicijn je gaat gebruiken? Hoe stel je lastige vragen, die bijvoorbeeld met seks of drugs te maken hebben? En hoe zorg je dat je je medicijn niet vergeet in te nemen? De informatie is gratis toegankelijk via de speciale jongerenwebsite van het Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie: www.brainwiki.nl. Op Brainwiki kunnen jongeren ook informatie vinden over psychische problemen en de behandeling daarvan.

Voorbeeld van een illustratie op 'Begrijp je medicijn', die de werking van lorazepam weergeeft.



'Begrijp je medicijn' bevat ook adviezen voor jongeren over hoe zij met hun zorgverlener kunnen praten over medicatie.



Zorgverleners, zoals huisartsen, apothekers of kinder- en jeugdpsychiaters, kunnen 'Begrijp je medicijn' gebruiken als praktisch hulpmiddel. Bijvoorbeeld om gezamenlijke beslissingen over medicatie te onderbouwen, voor een uitleg die jongeren en ouders gemakkelijk begrijpen, of als er in de loop van de behandeling vragen rijzen over de medicijnen of het gebruik daarvan. De informatie dient als aanvulling op de bijsluiter, zij beoogt niet de gebruikelijke bijsluiters, noch de adviezen van een behandelend arts te vervangen. Dit wordt expliciet vermeld bij alle teksten van 'Begrijp je medicijn'.

De combinatie van 'Begrijp je medicijn' en gesprekken met de zorgverlener over medicatie werkt goed, blijkt uit reacties uit de praktijk. Zorgverleners kunnen de informatie gemakkelijk delen met jongeren en hun ouders, door hen te verwijzen naar de website of hen de flyer over 'Begrijp je medicijn' mee te geven.⁵ De flyer bevat een notitievak, waarin behandelaars de naam van het medicijn kunnen opschrijven voor jongeren en ouders. Wilt u gedrukte flyers ontvangen, bijvoorbeeld voor gebruik in de spreekkamer? Mail dan naar communicatie@kenniscentrum-kjp.nl.

Literatuur

- 1 Tick NT, Ende J van der, Verhulst FC. Ten-year trends in self-reported emotional and behavioral problems of Dutch adolescents. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.* 2008;43:349-55.
- 2 Rutter M, Stevenson J. Using epidemiology to plan services: A conceptual approach. In: Rutter M, et al. (eds). *Rutter's child and adolescent psychiatry.* Oxford: Blackwell Publishing; 2008.
- 3 Zorginstituut/GIP. Aantal gebruikers naar leeftijd en geslacht per ATC-hoofdgroep N: Zenuwstelsel in 2020. Geraadpleegd via https://www.gipdatabank.nl/databank?infotype=g&label=00-totaal&tabel=B_03-lftgesl&geg=gebr&item=N op 28 januari 2022.
- 4 Centraal Bureau voor de Statistiek. Bevolking op 1 januari en gemiddeld; geslacht, leeftijd en regio. Geraadpleegd via <https://opendata.cbs.nl/#/CBS/nl/dataset/03759ned/table?dl=39E0B> op 28 januari 2022.
- 5 Kenniscentrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie. Flyer Begrijp je medicijn. Geraadpleegd via www.kenniscentrum-kjp.nl/wp-content/uploads/2022/01/Flyer_Begrijp-je-medicijn.pdf op 7 februari 2022.

De auteurs hebben geen financiële banden met de farmaceutische industrie, ontvangen geen onderzoeksgeld van commerciële partijen en hebben geen bedrijfsbelangen of andersoortige financiële relaties met betrekking tot dit onderwerp.