

Hoe het placebo-effect kan bijdragen aan een betere gezondheidszorg

Andrea Evers, Kaya Peerdeman

- Prof. dr. A.W.M. Evers, hoogleraar gezondheidspsychologie en hoofd van de afdeling Gezondheids-, medische en neuropsychologie, Universiteit Leiden
- Drs. K.J. Peerdeman, promovenda afdeling Gezondheids-, medische en neuropsychologie, Universiteit Leiden.

In de huidige gezondheidszorg ontbreekt veel kennis over reguliere behandelingen. Zo weten we voor veel medische diagnoses niet wat de meest effectieve behandelingen zijn of wat de precieze werkingsmechanismen zijn van veel behandelingen.¹

Onderzoek naar het placebo-effect leert ons dat de effecten van veel medische behandelingen voor een, soms aanzienlijk, deel verklaard worden door andere factoren dan de actieve ingrediënten van het middel of de behandeling zelf.²⁻⁴ Zo is uit onderzoek bekend dat het effect van een placebopil even groot kan zijn als bijvoorbeeld het effect van een antidepressivum of een pijnstiller.² Ook weten we dat deze placebo-effecten allerlei neurobiologische effecten hebben. Zo activeert bijvoorbeeld alleen de verwachting van een pijnprikkel dezelfde hersengebieden als de pijnprikkel zelf en produceren parkinsonpatiënten ook na het toedienen van een placebopil nog dopamine, nadat ze eerder hiervoor medicijnen hebben ontvangen.^{2,4} Het tegenovergestelde, het nocebo-effect, waarbij placebo's juist leiden tot ongunstige behandeluitkomsten, is minstens zo relevant in de klinische praktijk.^{2,4} Typerende voorbeelden van nocebo-effecten zijn patiënten die de overtuiging hebben altijd overgevoelig te reageren op medicijnen, en kinderen met juveniele artritis die één dag voor de inname van hun medicijnen met methotrexaat reeds misselijk worden.

Het succes van een behandeling wordt dus niet alleen bepaald door de actieve ingrediënten van een behandeling, maar door een veelheid aan factoren.

Vooral verwachtingen spelen een belangrijke rol als voorspellers van het behandelings succes, bijvoorbeeld door eerdere ervaringen van de patiënt met de behandeling en het vertrouwen dat de arts uitstraalt. Patiënten rapporteren bijvoorbeeld met name die bijwerkingen die op de bijsluiter staan, ook als alleen een placebo werd toegediend, en ervaren vooral minder pijn als ze weten dat ze een pijnstiller hebben ontvangen.²⁻⁴

Kennis opgedaan in het placebo-onderzoek over de verschillende factoren die behandeluitkomsten beïnvloeden biedt ongekende mogelijkheden om de behandeluitkomst te verbeteren. Denk daarbij bijvoorbeeld aan het versterken van het vertrouwen in de behandeling, en aan het verminderen van overmatige angst voor bijwerkingen of het vergroten van de therapietrouw. Zo kan een zorgverlener die vertrouwen uitstraalt en de verwachte positieve werking van medicijnen goed weet uit te leggen de behandeling gunstig beïnvloeden.³ Zoals de vooraanstaande placebo-wetenschapper Fabrizio Benedetti al zei: 'Je hoeft geen placebo te geven om het placebo-effect te benutten.'⁵

Om het belang van het placebo-effect en de klinische implicaties onder de aandacht te brengen bij wetenschappers, zorgverleners en geïnteresseerden, organiseert de Universiteit Leiden in het voorjaar 2017 het eerste officiële congres van de internationale *Society for Interdisciplinary Placebo Studies* (SIPS). Meer dan 30 internationale topsprekers hebben toegezegd een bijdrage te leveren. Informatie over het congres (waaronder over accreditatie voor verschillende beroepsgroepen zoals huisartsen en apothekers) is te vinden op www.sipsconference.com.

Literatuur

- 1 Nederlandse Federatie van Universitair medische centra (NFU). Zichtbaar zinnige en zuinige zorg. Vervolgadvies van een Denktank van de Nederlandse Federatie van Universitair medische centra. Houten: Drukkerij Badoux; 2014.
- 2 Benedetti F. Placebo effects. 2nd ed. New York: Oxford University Press; 2015.