

Depressies in soorten en maten

KK 22-06-08 kaatern 1 pagina 08

Voorafgaand aan de aflevering van zomergast **Trudy Dehue**, besprak Willem van der Does 'vijf misvattingen' uit haar boek *De depressie-epidemie*. Hij haalde het boek door de versnipperaar voor hij het las, concludeert ze.

Op de dag voor de uitzending van *Zomergasten* naar aanleiding van mijn boek *De depressie-epidemie*, publiceerde collega-hoogleraar Willem van der Does een bespreking van dit boek in *de Volkskrant* (Intermezzo, 8 augustus). Daarop reageren is een lastige klus, want Van der Does haalde het boek door de papierversnipperaar nog voordat hij het las. Hij viste enkele losse stroken uit de grote berg en riep deze flarden tekst uit tot 'de vijf belangrijkste misvattingen' van het boek.

Op de eerste strook stond de titel. Die bracht Van der Does tot zijn 'misvatting 1'. De titel verwijst echter niet naar een toename van depressie op een vaste manier gedefinieerd, zoals Van der Does meent. Hij slaat op het feit dat mensen allerlei leed in termen van depressie zijn gaan bezien. Dit blijkt uit de toename van het gebruik van antidepressiva, maar evengoed van talloze andere manieren om depressie te bestrijden. Duidelijk is dat het niet bij al die mensen kan gaan om depressiviteit in de betekenis van totaal verlies aan levenslust, soms met neiging tot zelfmoord.

Een standaardverklaring van de psychiatrische wetenschap (waar ik kortheidshalve de klinische psychologie van Van der Does toe reken) is dat niet depressie zelf is toegenomen, maar de mate waarin deze in welvarende landen kan worden gediagnosticeerd en behandeld. Depressie is volgens dit beeld dus een eeuwenoude hersenziekte die men nu beter kan bestrijden. Dat antwoord hebben de psychiatrische wetenschap en hulpverlening hard nodig, want de kritiek ligt altijd op de loer dat zij zélf mensen aanpraten overal hulp bij te behoeven.

Volgens auteurs als Theodore Dalrymple en Frank Furedi stort de uitdijende geestelijke gezondheidszorg mensen eigenlijk in het ongeluk door hun wijs te maken dat ze ziek en zwak zijn en dus van haar afhankelijk. Mijn boek betoogt dat beide partijen ongelijk hebben en werkt onderwijl een andere verklaring uit. Die verklaring bracht de jury van de NWO Eureka-prijs, uitgereikt voor *De depressie-epidemie* in 2009, tot de toelichting: 'Dit is een bijzonder boek omdat het (...) met een goed onderbouwde methodologische en wetenschapstheoretische kritiek (...) als onbetrouwbaar ijs onthult wat altijd voor een stevig fundament werd gehouden.'

Van der Does verdedigt de standpunten die altijd voor een stevig fundament werden gehouden en vermeldt de Eureka-prijs dus niet. Liever suggereert hij een verband met de Scientologykerk, een truc waarmee Prozac- en Cymbalta-



Foto Dieter Telemans

fabrikant Lilly jarenlang melders van ernstige bijwerkingen monddood heeft weten te maken. Het hoofdpunt van mijn boek is dat het woord 'depressie' er in de loop der tijd extra betekenissen bij gekregen heeft.

Hij haalde mijn boek door de papierversnipperaar nog voordat hij het las

Ik laat ook zien dat we steeds méér vormen van daadwerkelijk lijden in het kader van depressie zijn gaan bezien en dus als leed dat door de dokter of de psycholoog moet worden verholpen. Dat is niet zozeer 'de schuld' van de psychiatrie maar een maatschappelijke ontwikkeling. Waar voorheen de kerk, het maatschappelijk werk, economische maatregelen of de discriminatiebestrijding el-

lende moest verzachten, wordt nu primair het individu aangepakt dat ongelukkig is of zelfs maar dreigt te worden.

Ik stel niet dat depressies 'met een oorzaak' geen depressies zouden zijn (Van der Does zijn 'misvatting 2'), want ook ellende door omstandigheden is als depressie gedefinieerd en ik onderzoek de gevolgen daarvan. Een advertentie voor het antidepressivum Cymbalta kan het punt illustreren. Deze toont een treurige oude vrouw in een verlaten kamer met daarbij de tekst 'I just feel alone'. Zelfs eenzaamheid is volgens dit beeld iets geworden waarvoor primair gesleuteld moet worden aan het getroffen individu. Deze advertentie is gemaakt voor de Amerikaanse markt, maar ook Nederlandse verpleeghuisbewoners zijn massaal aan de antidepressiva gezet. Dit terwijl ze bij opname in het thuis afscheid moesten nemen van hun eventuele partner of huisdier, om

op een plek te belanden zonder eigen slaapkamer en met gebrek aan sociale activiteiten.

De 'vrachtlading neurobiologische literatuur' die ik volgens Van der Does zou negeren ('misvatting 3') over hersenschade veroorzaakt door ongeluk dat mensen overkomt, belandde kennelijk in de berg papierslierten die hij op de grond liet liggen. In feite gaat mijn boek uitvoerig in op de zogeheten notie van neuroplasticiteit. Ik ontken bovendien niet dat depressies hersenziekten 'zijn' als ik zeg dat dat een kwestie van definitie is, want ik neem definities uitermate serieus. In het licht van die neurobiologische literatuur is het wel veelzeggend dat we van een hersenziekte blijven spreken en dat is ook niet zonder maatschappelijke gevolgen. Als mensen diep ongelukkig worden door discriminatie of slechte arbeidsomstandigheden, verwijst de kwalificatie 'hersenziekte' al gauw naar psychiatri-

sche behandeling als enige uitweg. De Wereldgezondheidsorganisatie betoogde dan ook in een rapport van 2009 dat er vooral politieke en economische maatregelen nodig zijn.

Dat leidt vanzelf naar 'misvat-

Mensen zijn niet zieliger, maar harder met zichzelf aan het werk gegaan

ting 4'. Als ik zeg dat in de huidige maatschappij succes een keuze is en mislukking dus ook, heb ik het niet over 'de' psychiatrie of psychologie (wat is dat toch dat sommigen in deze beroepsgroep alles op zichzelf betrekken?). Mijn stelling is dat mensen niet massaal zielig zijn geworden (zoals Theodore Dalrymple en Frank Furedi stellen), maar juist harder met zichzelf aan het werk zijn gegaan. Zoals

een scheve tand niet meer mag, zo geldt dat voor een scheve karaktertrek.

Mijn belangrijkste verklaring voor de depressie-epidemie als maatschappelijk verschijnsel is dat we het vroegere ideaal van de maakbare samenleving inruilden voor dat van het maakbare individu, waarbij het ideale individu van nu actief en ondernemend in het leven staat. De huidige groot-scheepse geestelijke gezondheidszorg is kind van haar tijd. Ze bemoeit zich niet slechts met depressies in de oude, zware zin van het woord, maar houdt mensen voor dat stemming iets biologisch is en dat je er zelf wat aan moet en kunt doen. Instellingen als het Trimbos Instituut vertellen dat we 'Mentaal Vitaal' moeten zijn en daardoor weerbaar voor tegenslag en andere nare ervaringen. Anders dan Kees Trimbos, naamgever van het instituut, lijkt dit het niet meer als zijn primaire taak te zien de oorzaken van de tegenslag te analyseren en bestrijden.

Ook in de reclamecampagnes van de farmaceutische industrie heeft het woord 'depressie' er de betekenis bij gekregen van 'niet ondernemend en productief genoeg' - wat het medicijn zal helpen veranderen. Intussen vallen de beloften van de antidepressivafabrikanten nogal tegen. Bij 'misverstand 5', dat antidepressiva volgens mij 'ineffectief en gevaarlijk' zouden zijn, heeft Van der Does opnieuw slechts flarden gelezen.

Ik besprak een paar van de onafhankelijk gefinancierde wetenschappelijke publicaties over experimenteel onderzoek, waarin deze medicijnen het alleen bij zeer depressieve mensen beter doen dan placebo's. Desondanks schreef ik dat antidepressiva wel degelijk een effect zouden kunnen hebben bovenop het placebo-effect, ook bij mensen met depressies in een andere zin van het woord.

Het experimentele onderzoek is een weliswaar onmisbaar maar in zekere zin ook bot instrument. Het is bovendien moeilijk voor te stellen, voegde ik toe, dat behandelars en patiënten die duidelijke vooruitgang ervaren zich decenia lang louter het rad van het placebo-effect voor de ogen hebben laten draaien. Intussen geldt echter wel degelijk dat alleen de bijwerkingen van antidepressiva onomstreden zijn. Terwijl er door gebrek aan onafhankelijke gefinancierd onderzoek grote verwarring is over de werkzaamheid, staan alleen al op de bijsluiters reeksen bijwerkingen opgesomd.

Tot mijn verrassing zie ik op de website van Willem van der Does dat hij zelf ook een boek publiceerde over de vraag waarom 'depressie hard op weg is volksziekte nummer 1 te worden'. Dat was in 2006. Het omslag ziet er leuk uit en het boek is geïllustreerd door Peter van Straaten. Toch kreeg het niet de aandacht die dat van mij twee jaar later mocht ontvangen. Kennelijk is mijn verklaring overtuigender.

Tudy Dehue is hoogleraar wetenschapstheorie en wetenschapsgeschiedenis aan de Rijksuniversiteit Groningen en auteur van *De depressie-epidemie* uitgegeven bij Augustus (2008).