

Dit artikel werd in licentie gegeven door Belgapress. Het gebruik ervan is enkel toegestaan door natuurlijke personen voor privégebruik. Voor elk ander gebruik is de voorafgaandelijke toestemming van de uitgever vereist.

Sara is naar eigen zeggen 'grootverbuiker van rilatine': 'Mijn bezorgdheid? Dat we nu te snel alles willen oplossen door een pilletje'

10-01-2024 De Morgen - Pieter Gordts

Geven we onze kinderen te snel en te veel rilatine? Die vraag stelt de Christelijke Mutualiteit zich na een nieuwe studie. Klopt dat ook? 'Vaak loopt het bij de diagnose al fout.'

"Wij zijn grootgebruikers van rilatine." Sara Stappers (43) zegt het met een lach maar de zoektocht naar een manier om om te gaan met de aandachtsproblemen die iedereen in haar gezin heeft, was allesbehalve een lachertje. Zelf stootten Stappers en haar man Bram Pellegroms (41) rond hun dertigste een eerste keer echt tegen de muur. "Het was het klassieke scenario waarin alles samenkwam: jonge kinderen, verbouwingen, nieuwe job enzovoort", zegt ze.

Via een multidisciplinair team krijgt ze de diagnose ADHD. Al blijft het nog jaren zoeken naar een manier om daarmee om te gaan. Een weg die haar wellicht geholpen heeft wanneer eerst haar zoon Tuur (18) en later dochter Flore (16) ook met aandachtsproblemen blijken te kampen. Zoonlief krijgt al sinds zijn elfde begeleiding, haar dochter sinds oktober. "Als je de juiste weg aflegt, gaat dat via de kinderpsychiater", zegt Stappers. "Flore staat al een jaar en drie

maanden op de wachtlijst en is daar nog altijd niet geraakt. Om andere medische redenen heeft een neuropsychiater haar sinds oktober rilatine voorgeschreven."

Het is een probleem waar veel ouders en kinderen nu op botsen. Ze merken dat zoon- of dochterlief er moeite mee heeft om op te letten op school en gaan op zoek naar hulp. Vaak botsen ze dan op (lange) wachtlijsten. "Ze gaan op zoek naar een snellere oplossing, komen terecht bij een huisarts die wil helpen en krijgen zoiets voorgeschreven", zegt Ria Van den Heuvel, voorzitter van de Inclusieambassade en directeur van ZitStil Kenniscentrum ADHD/ADD.

Alleen: het leidt ertoe dat heel wat kinderen een diagnose krijgen die mogelijk niet klopt. "Vaak loopt het daar inderdaad al spaak", zegt kinder- en jeugdpsychiater Karen Vertessen (UPC KU Leuven), die heel wat kinderen ziet passeren met een diagnose "die niet helemaal volgens de regels van de richtlijnen is gesteld".

Studie

Een studie van de Christelijke Mutualiteit, waar de kranten van Mediahuis dinsdag over berichten, versterkt het vermoeden dat sommige kinderen rilatine (een merknaam voor methylfenidaat) nemen zonder dat het nodig is. Het medicatiegebruik voor ADHD bij kinderen tussen 6 en 17 jaar blijkt sinds 2013 met 20 procent gestegen. “Medicatie zou eigenlijk de laatste optie moeten zijn”, zegt CM-voorzitter Luc Van Gorp. “Mij baart het zorgen als ik zie dat een medicijn met zo’n impact op de ontwikkeling van kinderen zo vroeg en snel wordt voorgeschreven, vaak zonder de nodige begeleiding van psychologen of psychiaters.”

“Het is dubbel”, zegt Vertessen. “Dat 2,4 procent van de jongeren medicatie tegen ADHD zou gebruiken zoals de CM terugvindt in haar cijfers: eigenlijk is dat perfect in lijn met wat epidemiologische cijfers ons zeggen. Uit literatuur verwachten we dat zo’n 5 procent van de kinderen ADHD heeft. Niet voor iedereen is medicatie nodig. Dus dat zou kunnen kloppen”, zegt ze. Anderzijds gaat het volgens CM om een onderschatting, omdat zij enkel zicht hebben op de mensen die recht hebben op een terugbetaling voor het medicijn.

Geen enkele expert, ook Van Gorp niet, wil gezegd hebben dat rilatine nemen slecht is. “Voor heel wat kinderen is het wel een belangrijk deel van de behandeling”, zegt Vertessen.

“Mijn zoon heeft zich jaren verzet tegen het nemen van medicatie”, zegt Stappers. “Enkele jaren geleden stelde hij het zelf voor. Zonder rilatine komt er van school niets in huis. Mét, een beetje. (lacht)” Voor haar dochter maakte het medicijn het verschil tussen examens

kunnen afleggen afgelopen december of (opnieuw) uitvallen op school. Zelf stelt Stappers zichzelf elke ochtend de vraag of ze het pilletje nodig heeft. In de week is het antwoord vaak ja, in het weekend neen.

Tot die aanpak kwam ze na een jarenlange zoektocht, onder begeleiding van gespecialiseerde artsen. “Ik heb eerst moeten spartelen zonder medicatie”, zegt ze. “Maar ik heb daar wél veel uit geleerd en zo zelf bepaalde methodes ontwikkeld.” Het gaat dan om kleine zaken, zoals haar keuken altijd in dezelfde volgorde opruimen om een beetje orde in de chaos in haar hoofd te brengen. “Mijn bezorgdheid is wel dat we nu te snel alles willen oplossen door een pilletje te geven”, zegt ze.

Gestresste samenleving

“We zitten met een groeiend concentratieprobleem in de samenleving”, zegt Van Den Heuvel. “We hebben onze levens zo ingericht dat er veel prikkels in zitten. Toch hebben we het moeilijk om daarmee om te gaan. Niet het aantal kinderen met ADHD is toegenomen, wel het aantal mensen dat uitvalt omdat ze niet om kunnen met die vele prikkels.”

Ook Stefan Grielens, hoofd van de vrije CLB’s, geeft haar gelijk. Volgens hem kijken scholen te snel naar wat misloopt bij een kind en te weinig naar de omgeving. “Neem nu een kind dat in het derde secundair komt, voordien nooit problemen vertoonde en dat plots wel doet. Misschien zit die simpelweg niet in de juist studierichting. Toch vragen we te snel: heeft dat kind geen leerstoornis?”

Tegelijk merkt Stappers dat mensen die echt concentratieproblemen hebben nog altijd botsen op onbegrip. “Toen we het examen Nederlands dat mijn zoon aflegde bij de examencommissie inkeken, zagen we zo dat zijn concentratie was

weggeëbd tijdens het tweede deel. Toch mag hij een volgende keer geen pauze nemen om dat te verhelpen. Het enige dat ik hem kan zeggen was om de volgende keer een extra pilletje rilatine mee te nemen.”