



Giovanni
Poddighe

Sombere gevoelens en geen zin om iets leuks te ondernemen. Eén op de vijf Nederlanders maakt in zijn leven minstens één depressieve periode door. Huisarts Maarten Gering van Medisch Centrum Ubachsberg werkt nauw samen met psychiater Giovanni Poddighe om zorg voor mensen met een depressie te verbeteren.

“Samen voorkomen we langdurige klachten bij depressie”

De individuele gevolgen van een depressie zijn groot. Net als de maatschappelijke impact, zoals de kosten van ziekteverzuim. Nog te vaak focust een behandeling alleen op de depressie. “Ik zie regelmatig mensen op het spreekuur die kampen met somberheid”, vertelt huisarts Maarten. “Vaak is de prognose van een depressie goed en herstelt het zich vanzelf. In andere gevallen ondervinden patiënten er dusdanig hinder van, dat er een behandeling nodig is. Samen inventariseren we de mogelijke oorzaken. Sombere gevoelens kunnen bijvoorbeeld mede veroorzaakt worden door schulden of problemen op het werk. Het gebruik van medicatie is in de meeste gevallen niet noodzakelijk. Andere

therapieën – zoals e-healthmodules of gesprekken met onze praktijkondersteuner ggz – zijn vaak effectiever.” De huisarts is in veel gevallen de eerste persoon om patiënten met een depressie te behandelen. “Pas als je de onderliggende problematiek en diens context kent, kun je een depressie goed aanpakken”, legt Maarten uit. “En als dorpspraktijk kennen wij onze patiënten goed.”

Doorverwijzen voorkomen

Toch komt het voor dat de zorg gecompliceerder ligt en de eerste stappen van de behandeling niet het gewenste effect hebben. CZ is daarom samen met de overkoepelende zorggroep Huisartsen Oostelijk Zuid-Limburg (HOZL) een pilot gestart

Maarten

Gering

voormalige werkgever over zijn gezondheidsklachten. “Ik ben gezien door Maarten. In korte tijd heb ik gesprekken gevoerd met de praktijkondersteuner en een online module gevolgd.” Met het advies van Giovanni over de behandeling heeft Wiel in de vertrouwde omgeving van de huisartsenpraktijk handvatten gekregen om het probleem met zijn voormalig werkgever te accepteren, waardoor het zijn leven minder beheerst. Wiel zit langzaam maar zeker beter in zijn vel, vertelt hij. Giovanni: “Naast adequate behandeling zijn tijd en oprechte aandacht belangrijk voor het herstel van een depressie.”

Verdere samenwerking

Vanwege de positieve bevindingen van deze pilot start HOZL binnenkort in drie huisartsenpraktijken met een proef waarin de samenwerking tussen huisarts, praktijkondersteuner ggz en de psychiater verder gaat. Giovanni: “Nu is het nog zo dat ik alleen op verzoek adviseer. In de nieuwe pilot volg ik het effect van de behandeling op vaste evaluatiemomenten op basis van het zogenoemde Collaborative Care-model. Zo zorgen we ervoor dat de behandeling van een depressie dichtbij de patiënt plaatsvindt en laagdrempelig is.”

waarin de huisarts bij de behandeling van een depressie ondersteuning kan vragen aan een psychiater. De huisarts hoeft door deze ondersteuning een patiënt niet altijd door te verwijzen naar de geestelijke gezondheidszorg (ggz). Doordat de psychiater samen met de huisarts meekijkt, kan de behandeling bij de huisarts blijven plaatsvinden. Psychiater Giovanni is als consulent beschikbaar voor de huisartsen van HOZL, waarvan Medisch Centrum Ubachsberg onderdeel uitmaakt. “Ik beantwoord op het verzoek van de huisarts vragen en geef advies over de diagnose en behandeling. Omdat ik in dienst ben van HOZL, is de drempel voor huisartsen lager om mij bij de zorg voor een patiënt te betrekken en ben ik snel en makkelijk bereikbaar. Samen reflecteren we op de behandeling die al geboden is en passen deze zo nodig aan. Daarmee voorkomen we langdurige klachten en onnodige doorverwijzingen naar de ggz.”

Tijd en oprechte aandacht

Iets dat de 59-jarige Wiel als zeer prettig heeft ervaren. Hij kampte al drie jaar met depressieve gevoelens voordat hij bij zijn huisarts aanklopte. Zijn depressie werd veroorzaakt door een conflict met zijn

