

De kans op een psychische stoornis? Eén op de drie

Psychische stoornissen komen veel vaker voor dan we denken, en ze zorgen voor een derde van alle invaliditeit. Dat zegt denktank Itinera in een rapport over onze geestelijke gezondheidszorg. 'We moeten psychische problemen uit de taboesfeer halen.'

Gemiddeld kampt een derde van alle Belgen in zijn leven met een psychische stoornis, waaronder ook dementie. Die mentale problemen zijn de belangrijkste oorzaak van invaliditeit (34 procent) en zorgen voor ruim een kwart van alle ziekteverzuim van meer dan 15 dagen. Het zijn maar enkele cijfers die denktank Itinera sprokkelde via de Wereldgezondheidsorganisatie en de OESO, voor een doorlichting van onze geestelijke gezondheidszorg. Ze tonen vooral aan dat we het probleem collectief onderschatten, zegt Pieter Van Herck, die het rapport opstelde. "Er is te weinig aandacht vanuit het beleid, maar ik denk ook dat weinig mensen beseffen hoe vaak deze stoornissen voorkomen, en hoe belastend ze zijn voor de omgeving en de samenleving in zijn geheel." Bovendien zorgt de crisis ervoor dat het aantal mensen met depressies en verslavingen toeneemt. Volgens Van Herck is het tijd dat het taboe rond psychische problemen sneuvelt. "Af en toe lanceert de overheid een campagne. Toch moet psychotherapie meer ingeburgerd geraken in het dagelijks leven. In Nederland is het taboe op psychische hulp veel kleiner, en dat merk je ook aan de zelfmoordcijfers. In andere landen blijven mensen met problemen veel meer in hun eigen omgeving, tussen hun vrienden en familie. Dat wordt veel meer aanvaard. Hier is de zorg zo georganiseerd dat velen eerst te lang wachten voor ze hulp gaan zoeken, waarna ze opgenomen en dus uitgesloten worden. Op die manier wordt het taboe net versterkt." En dan nog, zegt Van Herck, krijgt amper de helft van de patiënten hulp. Een van de pijnpunten daar is dat we, tegen de internationale trend in, nog steeds te weinig inzetten op residentiële hulp, waarbij mensen worden opgenomen. "Patiënten moeten meer thuis, in de samenleving kunnen blijven. Niet alleen omdat daarmee het taboe afneemt, maar ook omdat ze zich daar veelal beter voelen. Willen we bovendien inzetten op preventie en continuïteit, dan zijn opnames niet het juiste antwoord. Nu, het beleid zegt al twintig jaar dat het bezig is met die omslag, maar het gaat te traag."

'Betere verhouding'

En ondertussen zit het systeem zo in elkaar dat het goedkoper is om je te laten opnemen in een gespecialiseerde kliniek dan om thuis te blijven tijdens je behandeling, met alle gevolgen van dien. En wie aanklopt bij een psychiater krijgt dat veelal terugbetaald, maar een psycholoog betaal je uit eigen zak. Ook huisartsen moeten meer betrokken worden bij het beleid. Geert Dom, voorzitter van de Vlaamse Vereniging voor Psychiatrie, gaat akkoord met de analyse van de psychiatrie. "Amper 6,1 procent van het budget voor gezondheidszorg gaat naar de geestelijke gezondheidszorg. Ik denk dat we toe zijn aan een betere verhouding, het mag wel wat meer zijn."

