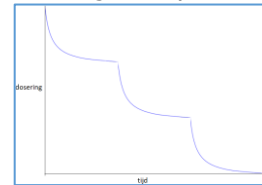


## Korte uitleg voor het invullen van recept/bestelformulier

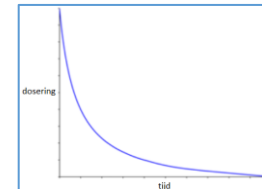
Pag. 1 t/m 5 is essentiële informatie. Pag. 6 en verder is extra informatie.

1. Voor verantwoord stoppen met medicatie is geleidelijke afbouw vaak wenselijk of noodzakelijk. Als dit met beschikbare standaarddoseringen niet goed mogelijk is, of niet lukt, dan kan hiervoor de afbouwmedicatie worden voorgeschreven.
2. **Aanvinken:** risicofactoren; duur gebruik; huidige dosering en innamemoment(en)
3. **Gegevens patiënt** invullen of etiket plakken met: Patiëntnaam, adres, woonplaats, land, BSN, telefoonnummer, emailadres (*verplicht* i.v.m. communicatie met patiënt).  
Juiste toestemming i.v.m. aflevering aanvinken en Naam lokale apotheek vermelden.
4. **Gegevens voorschrijver** Gegevens invullen en/of praktijkstempel zetten.
5. **Afbouwtraject kiezen:** Er kan op twee manieren hyperbolisch afgebouwd worden;
  - van dosering naar dosering of het hele traject in één keer. (zie toelichting hieronder uitgebeeld)

Indien uw af wilt bouwen van dosering naar dosering dan dient u **Tabel 2** op **pagina 4** in te vullen. Er wordt dan per stap hyperbolisch afgebouwd.  
Uw afbouwtraject bestaat uit meerdere hyperbolische trajecten zoals in het plaatje hiernaast is afgebeeld.



Indien het gehele traject hyperbolisch moet zijn dient u **Tabel 3** op **pagina 5** in te vullen. Het is dan één hyperbolisch traject voor het gehele afbouwtraject.  
Uw afbouwtraject bestaat uit één hyperbolische traject zoals in het plaatje hiernaast is afgebeeld.



- **of** (als gewenste traject niet in tabel staat) de optie strip **OP MAAT** aanvinken en *start-* en *einddosering* invullen
  - **of** (als de patiënt moet stabiliseren) de optie **stabilisatiestrip** aanvinken en stabilisatiedosis invullen
6. **Dateer en onderteken het recept**, zet de juiste stempel(s) en stuur (alleen) deze pagina per fax of per email naar het adres dat bovenaan op deze bladzijde wordt vermeld.
    - Voor het aanvragen van een advies voor een afbouwtraject: gebruik pagina **3**.
    - Met dit bestelformulier kunt u het traject selecteren voor **afbouwen per dag met Taperingstrips**.
    - Indien u wilt afbouwen conform Tabel 3 Multidisciplinair Document, kies dan op [www.taperingstrip.nl](http://www.taperingstrip.nl), onder het kopje **Voorschrijven en bestellen**, voor *Tabel 3 - Afbouw per week*
  7. **Belangrijk** is dat de patiënt tijdens het afbouwen het bijgeleverde zelfmonitoringformulier invult. Dit helpt de patiënt en u als behandelaar om klachten door onttrekkingsverschijnselen zo tijdig mogelijk vast te stellen. Verergering van deze klachten, of het mislukken van de afbouw, **kunt u helpen voorkomen** door de patiënt te laten stabiliseren en/of door een meer geleidelijk afbouwschema voor te schrijven.

<b>Taperingstrip</b>	Strip voor 28 dagen om dagelijkse dosis een stuk te verlagen
<b>Strip op maat</b>	Taperingstrip voor 28 dagen met zelfgekozen begin en einddosering
<b>Stabilisatiestrip</b>	Strip voor 28 dagen om een patiënt te laten stabiliseren op dezelfde dosis
<b>Switchstrip</b>	Strip om in 28 dagen verantwoord op een ander medicijn over te stappen

**Afbouwmedicatie** is ontwikkeld om patiënten verantwoord en veilig te kunnen laten afbouwen en kan flexibel en op maat worden voorgeschreven en aangepast op basis van samen beslissen en goede (zelf)monitoring, in overeenstemming met bestaande richtlijnen.

In een **taperingstrip** wordt de dagelijkse dosis in 28 dagen hyperbolisch steeds verder verlaagd. Hyperbolisch houdt in dat de stappen waarmee de dosis wordt verlaagd naar het einde toe steeds kleiner worden. Dit is belangrijk om onttrekkingsverschijnselen zoveel mogelijk te voorkomen.

Een **afbouwtraject** kan bestaan uit één of meerdere taperingstrips die achter elkaar worden gebruikt, al dan niet in combinatie met het gebruik van één of meer stabilisatiestrips.

Een **stabilisatiestrip** kan worden voorgeschreven om een patiënt te laten stabiliseren als die tijdens het afbouwen last begint te krijgen van onttrekkingsverschijnselen

**Zelfmonitoring:** bij afbouwmedicatie zit een zelfmonitoringformulier dat de patiënt één keer per dag moet invullen. Dat is niet moeilijk en kost niet veel tijd. De patiënt helpt hiermee zichzelf en de behandelaar om te zien hoe het afbouwen gaat. Zodat snel kan worden ingegrepen als de patiënt last begint te krijgen van onttrekkingsverschijnselen. Dat is belangrijk is om het afbouwen zo goed mogelijk te laten verlopen.

**TOELICHTING voor het invullen van het recept/bestelformulier voor Taperingstrips™**

1. a. **RISICOFACITOR:** Kruis **ALLE** risicofactoren aan die van toepassing zijn, **indien ten minste 1 risicofactor van toepassing is dan is geleidelijke afbouw geïndiceerd** (Multidisciplinair document "Afbouwen SSRI's & SNRI's"):
- i. **gemiste dosis** patiënt had last van ontrekkingsverschijnselen na een gemiste dosis
  - ii. **angst afbouw** patiënt heeft angst heeft voor de afbouw, bijvoorbeeld a.g.v. een co-morbide angststoornis
  - iii. **eerder mislukt** eerdere pogingen van patiënt om te stoppen of de dosis te verlagen mislukten
  - iv. **onderscheid** het is noodzakelijk om ontrekkingsverschijnselen of rebound goed te kunnen onderscheiden van mogelijke terugval
  - v. **slow metaboliser** de laagste dosering geeft al een hoge plasmaconcentratie wat een risico is bij stoppen
  - vi. **hoge dosis** de dosering was gedurende een periode van 6 maanden of langer hoger dan 100% van de DDD
  - vii. **start** bij aanvang van de behandeling waren problemen met het effect en of bijwerkingen van de medicatie

1b. Kruis de duur aan van het alprazolamgebruik

1c. Vul de dosering en inname tijdstip van alprazolam in

1d. Indien tabletten de meest geschikte toedieningsvorm zijn dient u dit aan te vinken.

2. Vul de gegevens van de patiënt in.

3. Vul de gegevens van de voorschrijvende arts in.

4. Kies het optimale afbouwtraject.

Vul de tabel op de juiste manier in.

Hieronder ziet u als voorbeeld voor het medicijn 'voorbeeld' vier verschillende manieren waarop dat kan:

- a. **VOLLEDIG AFBOUWEN** met behulp van afbouwmedicatie in **4** Taperingstrips™: **4** vakjes aankruisen (tijdsduur 4 x 28 dagen = 112 dagen)

startdosering VOORBEELD	duur afbouwtraject	STRIP 1 28 dagen	STRIP 2 28 dagen	STRIP 3 28 dagen	STRIP 4 28 dagen
30 mg/dag	112 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 5-2	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 2-0
	84 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input type="checkbox"/> VRBL 5-0	
	56 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-0		

- b. **DOSISREDUCTIE** met behulp van afbouwmedicatie in **2** Taperingstrips™: **2** vakjes aankruisen (tijdsduur 2 x 28 dagen = 56 dagen)

startdosering VOORBEELD	duur afbouwtraject	STRIP 1 28 dagen	STRIP 2 28 dagen	STRIP 3 28 dagen	STRIP 4 28 dagen
30 mg/dag	112 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input type="checkbox"/> VRBL 5-2	<input type="checkbox"/> VRBL 2-0
	84 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL 10-5	<input type="checkbox"/> VRBL 5-0	
	56 dagen	<input type="checkbox"/> VRBL 30-10	<input type="checkbox"/> VRBL 10-0		

- c. **STABILISATIE** op een vaste dosis: vakje aankruisen, dd en aantal herhalingen invullen (in het voorbeeld: 17 mg/dag, 2x herhalen => tijdsduur 3 x 28 dagen = 84 dagen)

<b>STABILISATIE</b>	28 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL stab	<b>17</b> mg/dag	<b>2</b> herhalingen
---------------------	----------	---	------------------	----------------------

- d. Afbouwmedicatie in een Taperingstrip™ **OP MAAT** voor dosisreductie van 60mg naar 30mg in 28 dagen. In dit voorbeeld kan aansluitend gebruik worden gemaakt van de beschikbare Taperingstrips™ uit de tabel. Er is dan in totaal sprake van 60mg naar 10mg in 56 dagen.


<b>OP MAAT</b>	<b>2</b> x 28 dagen	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL van <b>60</b> mg naar <b>30</b> mg	<input checked="" type="checkbox"/> VRBL van <b>30</b> mg naar <b>10</b> mg
----------------	---------------------	---	---

5. Ondertekenen het recept

6. Fax het recept naar de Regenboog Apotheek: **+31-(0)85-2736 129** of mail naar [tapering@regenboogapotheek.nl](mailto:tapering@regenboogapotheek.nl)

7. Met een machtigingsaanvraag van de arts (pagina 10) wordt de kans op vergoeding van de medicatie vergroot.

**LET OP: Fax ALLEEN het bestelformulier. Toelichting s.v.p. niet mee faxen.**

**ADVIESFORMULIER ALPRAZOLAM (Xanax)  ZI-nummer: 17073278**

Regenboog Apotheek heeft meer dan 10.000 patiënten begeleid bij het afbouwen van hun medicatie en kan op basis van ervaring advies geven voor het afbouwtraject. Advies wordt binnen drie werkdagen per email toegezonden.

**Geachte heer/mevrouw apotheker,**

**Gaarne ontvang ik  arts of  patiënt (aanvinken) een advies voor het Tapering afbouwtraject van de onderstaande patiënt met volgende eigenschappen:**

Patiënt kreeg de alprazolam voor de indicatie: .....  
De patiënt is momenteel klachtenvrij:  ja  nee  
De reden(en) voor de afbouw is (zijn): .....

Zie toelichting pagina 6, alle van toepassing zijnde hokjes aanvinken.

**1a.** Risicofactor:  gemiste dosis  angst afbouw  eerder mislukt  onderscheid  slow metaboliser  hoge dosis  start  
 overige .....

**1b.** Duur van alprazolam gebruik:  <1 jaar  1-2 jaar  2-5 jaar  5-10 jaar  >10 jaar

**1c.** Huidige inname alprazolam: ..... mg tijdstip ..... uur  afbouwen gewenste einddosering .....  
..... mg tijdstip ..... uur  afbouwen gewenste einddosering .....  
..... mg tijdstip ..... uur  afbouwen gewenste einddosering .....  
..... mg tijdstip ..... uur  afbouwen gewenste einddosering .....

**1d.** Overige orale medicatie: ..... (naam) ..... mg per dag  
..... (naam) ..... mg per dag  
..... (naam) ..... mg per dag  
..... (naam) ..... mg per dag  
..... (naam) ..... mg per dag  
..... (naam) ..... mg per dag

**1e.** Tabletten zijn de gewenste toedieningsvorm  (aanvinken)

**1f.** Door de patiënt gewenste afbouwperiode: .. maanden (aantal) of .. % per week of .. % per maand

**1g.** Patiënt geeft toestemming voor informatie overdracht met lokale apotheek:  ja (vakje aankruisen)

Lokale apotheek: .....

**2.** Voorletters en naam patiënt: .....

Geboortedatum: .. - .. - .. Geslacht:  M /  V BSN: .....

Straat en huisnummer: .....

Postcode en woonplaats: ..... Land: .....

E-mailadres (**verplicht!**): ..... Telefoon: .....

**3.** Naam voorschrijvend arts: .....

AGB code of BIG-nummer: .....

Straat en huisnummer: .....

Postcode en woonplaats: .....

E-mailadres (**verplicht!**): .....

Telefoon: .....

Datum: ..... Stempel arts  
(bij voorkeur): .....

Handtekening arts of patiënt:

Hierbij bevestig ik dat alle gevraagde informatie naar waarheid is verstrekt.

Verzendadres: Regenboog Apotheek, Antwoordnummer 16500, 4840 WJ BAVEL, Nederland

**Na invullen deze pagina faxen naar Regenboog Apotheek +31-(0)85-2736129  
of scan en mail naar [tapering@regenboogapothek.com](mailto:tapering@regenboogapothek.com)**

**R/ RECEPT=Bestelformulier ALPRAZOLAM (Xanax)  TAPERINGSTRIP™ (MN) afbouw per DAG** ZI-nummer: 17073278

Op dit recept is B2 van toepassing  Ja

**1a.** Risicofactor:  gemiste dosis  angst afbouw  eerder mislukt  onderscheid  slow metaboliser  hoge dosis  start

**1b.** Duur van alprazolam gebruik:  <1 jaar  1-2 jaar  2-5 jaar  5-10 jaar  >10 jaar

**1c.** Huidige inname alprazolam: . . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

(medicatie per inname moment afbouwen dus . . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

per formulier één af te bouwen inname moment aanvinken) . . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

. . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

**1d.** Tabletten zijn de meest geschikte toedieningsvorm

**2.** Voorletters en naam patiënt: . . . . .

Geboortedatum: . . . - . . . - . . . . . Geslacht:  M /  V BSN: . . . . .

Straat en huisnummer: . . . . .

Postcode en woonplaats: . . . . . Land: . . . . .

E-mailadres (**verplicht!**): . . . . . Telefoon: . . . . .

Patiënt geeft toestemming de afbouwmedicatie te ontvangen van de Regenboog apotheek, of  ja (vakje aankruisen)

patiënt geeft toestemming de medicatie als Ad Hoc bereiding te ontvangen via lokale apotheek.  ja (vakje aankruisen)

Patiënt geeft toestemming voor informatie overdracht met lokale apotheek:  ja (vakje aankruisen)

Lokale apotheek: . . . . .

**3.** Naam voorschrijvend arts: . . . . .

AGB code of BIG-nummer: . . . . .

Straat en huisnummer: . . . . .

Postcode en woonplaats: . . . . .

E-mailadres (**verplicht!**): . . . . .

Telefoon: . . . . .

**4.** Vul **Tabel 2** op de juiste manier in (zie de toelichting) **gebruik de startdosering (mg) per inname !**

Let op: afbouwmedicatie per strip van 28 dagen uitleveren.

**meest voorgeschreven traject**

Startdosering alprazolam	Totale duur traject	ALPR=alprazolam STRIP 1-28 dagen	STRIP 2 28 dagen	STRIP 3 28 dagen	STRIP 4 28 dagen	STRIP 5 28 dagen
2 mg/Inname	196 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 2-1.5	<input type="checkbox"/> ALPR 1.5-1	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.75	<input type="checkbox"/> ALPR 0.75-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25→
	168 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 2-1.5	<input type="checkbox"/> ALPR 1.5-1	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.75	<input type="checkbox"/> ALPR 0.75-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25→
1 mg/Inname	140 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.75	<input type="checkbox"/> ALPR 0.75-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0.1	<input type="checkbox"/> ALPR 0.1-0
	112 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.75	<input type="checkbox"/> ALPR 0.75-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0	
0.75 mg/Inname	112 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.75-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0.1	<input type="checkbox"/> ALPR 0.1-0	
	84 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.75-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0		
0.5 mg/Inname	84 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0.1	<input type="checkbox"/> ALPR 0.1-0		
	56 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0			
0.25 mg/Inname	56 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR →0.25-0.1	<input type="checkbox"/> ALPR 0.1-0			
	28 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR →0.25-0				
<b>Op maat</b>	. X 28 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .
<b>hulp medicatie</b>	3 X 15 tabletten	<input type="checkbox"/> ALPR 0,01 mg				
<b>Stabilisatie</b>	28 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR Stabilisatie	. . . mg	. . herhalingen	dosering op 0.01mg afronden	<input type="checkbox"/> direct verzenden

**5.** Bovenstaand afbouwtraject is conform het behandelprotocol en na overleg tussen arts en patiënt overeengekomen.

Datum:

Stempel arts  
(bij voorkeur):

Stempel lokale apotheek  
(nodig bij Ad Hoc bereiding)

Handtekening arts:

**R/ RECEPT=Bestelformulier ALPRAZOLAM (Xanax)  (MN) afbouw per DAG** ZI-nummer: 17073278

Op dit recept is B2 van toepassing  Ja

**1a.** Risicofactor:  gemiste dosis  angst afbouw  eerder mislukt  onderscheid  slow metaboliser  hoge dosis  start

**1b.** Duur van alprazolam gebruik:  <1 jaar  1-2 jaar  2-5 jaar  5-10 jaar  >10 jaar

**1c.** Huidige inname alprazolam: . . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

(medicatie per inname moment afbouwen dus . . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

per formulier één af te bouwen inname moment aanvinken) . . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

. . . , . . mg tijdstip . . . uur  afbouwen

**1d.** Tabletten zijn de meest geschikte toedieningsvorm

**2.** Voorletters en naam patiënt: . . . . .

Geboortedatum: . . . - . . . - . . . . . Geslacht:  M /  V BSN: . . . . .

Straat en huisnummer: . . . . .

Postcode en woonplaats: . . . . . Land: . . . . .

E-mailadres (**verplicht!**): . . . . . Telefoon: . . . . .

Patiënt geeft toestemming de afbouwmedicatie te ontvangen van de Regenboog apotheek, of  ja (vakje aankruisen)

patiënt geeft toestemming de medicatie als Ad Hoc-bereiding te ontvangen via lokale apotheek.  ja (vakje aankruisen)

Patiënt geeft toestemming voor informatie overdracht met lokale apotheek:  ja (vakje aankruisen)

Lokale apotheek: . . . . .

**3.** Naam voorschrijvend arts: . . . . .

AGB code of BIG-nummer: . . . . .

Straat en huisnummer: . . . . .

Postcode en woonplaats: . . . . .

E-mailadres (**verplicht!**): . . . . .

Telefoon: . . . . .

**4. Vul Tabel 2 op de juiste manier in (zie de toelichting) gebruik de startdosering (mg) per inname !**

Let op: afbouwmedicatie per strip van 28 dagen uitleveren. meest voorgeschreven traject

Startdosering alprazolam	Totale duur traject	ALPR=alprazolam STRIP 1=28 dagen	STRIP 2 28 dagen	STRIP 3 28 dagen	STRIP 4 28 dagen	STRIP 5 28 dagen
2 mg/Inname10%	280 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 2-1.3	<input type="checkbox"/> ALPR 1.3-0.9	<input type="checkbox"/> ALPR 0.9-0.6	<input type="checkbox"/> ALPR 0.6-0.4	<input type="checkbox"/> ALPR 0.4-0.25→
2 mg/Inname15%	196 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 2-1	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0.12→	
1.5 mg/Inname10%	280 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 1.5-1	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.67	<input type="checkbox"/> ALPR 0.67-0.45	<input type="checkbox"/> ALPR 0.45-0.3	<input type="checkbox"/> ALPR 0.3-0.2→
1.5 mg/Inname15%	196 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 1.5-0.75	<input type="checkbox"/> ALPR 0.75-0.4	<input type="checkbox"/> ALPR 0.4-0.2→		
1 mg/Inname10%	280 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.67	<input type="checkbox"/> ALPR 0.67-0.45	<input type="checkbox"/> ALPR 0.45-0.3	<input type="checkbox"/> ALPR 0.3-0.2	<input type="checkbox"/> ALPR 0.2-0.12→
1 mg/Inname15%	168 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 1-0.5	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0.12→		
0.5 mg/Inname10%	224 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.33	<input type="checkbox"/> ALPR 0.33-0.2	<input type="checkbox"/> ALPR 0.2-0.12→		
0.5 mg/Inname15%	140 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.5-0.25	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0.12→			
0.25 mg/Inname10%	140 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR →0.25-0.16	<input type="checkbox"/> ALPR 0.16-0.1	<input type="checkbox"/> ALPR 0.1-0.06	<input type="checkbox"/> ALPR 0.06-0.03	<input type="checkbox"/> ALPR 0.03-0
0.25 mg/Inname15%	112 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.25-0.12	<input type="checkbox"/> ALPR 0.12-0.06	<input type="checkbox"/> ALPR 0.06-0.03	<input type="checkbox"/> ALPR 0.03-0	
0.2 mg/Inname10%	140 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR →0.2-0.13	<input type="checkbox"/> ALPR 0.13-0.09	<input type="checkbox"/> ALPR 0.09-0.06	<input type="checkbox"/> ALPR 0.06-0.03	<input type="checkbox"/> ALPR 0.03-0
0.2 mg/Inname15%	112 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR 0.2-0.1	<input type="checkbox"/> ALPR 0.1-0.05	<input type="checkbox"/> ALPR 0.05-0.02	<input type="checkbox"/> ALPR 0.02-0	
0.12 mg/Inname10%	140 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR →0.12-0.09	<input type="checkbox"/> ALPR 0.09-0.06	<input type="checkbox"/> ALPR 0.06-0.04	<input type="checkbox"/> ALPR 0.04-0.02	<input type="checkbox"/> ALPR 0.02-0
0.12 mg/Inname15%	84 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR →0.12-0.06	<input type="checkbox"/> ALPR 0.6-0.03	<input type="checkbox"/> ALPR 0.03-0		
<b>Op maat</b>	. X 28 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .	<input type="checkbox"/> ALPR . . . . .
<b>hulp medicatie</b>	3X 15 tabletten	<input type="checkbox"/> ALPR 0,01 mg				
<b>Stabilisatie</b>	28 dagen	<input type="checkbox"/> ALPR Stabilisatie	. . . mg	. . herhalingen	dosering op 0.01mg afronden	<input type="checkbox"/> direct verzenden

**5.** Bovenstaand afbouwtraject is conform het behandelprotocol en na overleg tussen arts en patiënt overeengekomen.

Datum: . . . . . Stempel arts (bij voorkeur): . . . . . Stempel lokale apotheek (nodig bij Ad Hoc bereiding): . . . . .

Handtekening arts: . . . . .

## EXTRA TOELICHTING

**Hebt u het juiste recept/formulier voor u?** Er is afbouwmedicatie in Taperingstrips™ voor Antidepressiva (52), Antipsychotica (40), Anti-epileptica (13), Sedativa (28), Hormonen (2), Analgetica (4) & Methadon.

### LEES DEZE TOELICHTING VOORDAT U HET BESTELFORMULIER=RECEPT INVULT !

1. Plotseling stoppen/starten of te snelle dosisverlaging/verhoging van alprazolam kan leiden tot het optreden van onttrekkingsverschijnselen/ongewenste bijwerkingen. Om die te voorkomen moet de dosis in kleine stapjes over langere tijd geleidelijk worden verlaagd/verhoogd. Dat kan met behulp van Taperingstrips™.
2. Met een afbouw-/opbouwtraject van één of meer Taperingstrips™ kan de dosering van het geneesmiddel geleidelijk worden teruggebracht/verhoogd naar een gewenste lagere/hogere dosis of helemaal naar nul worden afgebouwd. Bij gebruik van meerdere strips sluit de startdosering van de volgende strip altijd aan op de einddosering van de strip ervoor.
3. Wat voor een bepaalde patiënt het optimale afbouw-/opbouwschema is kan niet worden voorspeld. De ene patiënt krijgt sneller last van onttrekkingsverschijnselen/bijwerkingen dan de andere. De ene patiënt draagt onttrekkingsverschijnselen/bijwerkingen ook beter dan de andere. Het risico op het optreden van onttrekkingsverschijnselen/bijwerkingen en de ernst daarvan kan worden verkleind door voor een langzamer afbouw-/opbouwtraject te kiezen.

De voorschrijver (psychiater, huisarts, verpleegkundig specialist of physician assistance) kiest samen met de patiënt (*shared decision making*) voor een bepaald afbouw-/opbouwtraject. Dat kan op twee manieren:

- a) Indien de patiënt eerder heeft geprobeerd af te bouwen **OF** als er **1 of meer risicofactoren voor OV** zijn, dan kiest u voor Tabel 2 op pagina 4. U vult daarvoor alleen het traject voor de eerste 28 dagen in op het **zwarte** deel. Op basis van de ervaring van de patiënt (wel of geen onttrekkingsverschijnselen/bijwerkingen) kiest u samen met de patiënt pas later het vervolgtraject. Vul daarvoor op het vervolg-recept op pagina 4 het **rode** deel van Tabel 2 in.
  - b) U bepaalt samen met de patiënt vooraf het hele afbouwtraject. In dat geval dient u zowel het **zwarte** als het **rode** deel van Tabel 2 op pagina 4 of Tabel 3 op pagina 5 in te vullen (afhankelijk van uw gekozen afbouwtraject).
4. Als er bij het middel dat wordt gebruikt sprake is van meerdere inname-momenten per dag (bijv. in de ochtend en in de avond) dan gaat het afbouwen meestal het makkelijkste als er per inname-moment wordt afgebouwd, waarbij als laatste het meest noodzakelijke inname-moment wordt afgebouwd.
  5. Alprazolam afbouw-doseringen in Taperingstrips™ zijn alleen op recept verkrijgbaar. Het ondertekende bestelformulier geldt als recept. Bij het uitschrijven van een recept dient de voorschrijver er voor te zorgen dat herhaalrecepten voor alprazolam bij de lokale apotheek worden gestaakt !
  6. Indien mogelijk worden de kosten van de medicatie rechtstreeks gedeclareerd bij de zorgverzekeraar. Patiënt kan vergoeding aanvragen bij de zorgverzekeraar. Het formulier hiervoor is te vinden op [www.regenboogapotheek.nl](http://www.regenboogapotheek.nl) onder het kopje **ZORGVERZEKERAARS VERGOEDINGEN >> FORMULIEREN ZORGVERZEKERAARS**.  
De patiënt ontvangt de factuur, welke na betaling zelf bij de zorgverzekeraar gedeclareerd kan worden.
  7. De patiënt krijgt per email bericht van ontvangst van het recept. De medicatie wordt binnen een week na ontvangst van het recept naar het huisadres of verzendadres van de patiënt verstuurd. Bij afbouwtrajecten met meer dan één strip wordt de eerste strip voor 28 dagen verstuurd. In de derde week wordt na consultatie al dan niet de volgende strip toegezonden. Er wordt nooit meer dan één strip tegelijk verstuurd. De patiënt wordt verzocht om contact op te nemen met de Regenboog Apotheek (tel: 0161-437137) als de medicatie na een week nog niet ontvangen is.
  8. Een Taperingstrip™ is een strip met 28 genummerde zakjes. In ieder zakje zit een aantal tabletten die allemaal ingenomen moeten worden. Het aantal tabletten kan per dag verschillen en is zo samengesteld dat de totale dosering die per dag wordt ingenomen langzaam daalt.
  9. De patiënt begint bij voorkeur op zondag met het innemen van de tabletten uit het eerste zakje van de strip met nummer 28-01 en eindigt vier weken later op zaterdag met de tabletten uit het laatste zakje met nummer 01-01. **Er wordt dus naar beneden afgeteld**. De patiënt kan aan het nummer op het zakje zien hoeveel dagen de strip nog duurt.
  10. **Stabilisatie:** Onderbreek het afbouwtraject indien de patiënt te veel last van onttrekkingsverschijnselen heeft. **Doorgaan met afbouwen maakt het probleem groter!** Met een stabilisatiestrip kan de patiënt een bepaalde periode op een vaste dosering blijven. Dat kan gewenst zijn als de afbouw voor de patiënt te snel gaat of als de patiënt niet volledig wil afbouwen en een lagere (en optimalere) dosis wil blijven gebruiken. In een stabilisatiestrip is in principe iedere gewenste dosering mogelijk afgerond op 0,01 mg alprazolam. Kies de dosering waarbij er minder/geen onttrekkingsverschijnselen waren.
  11. Voor afbouw van doseringen of trajecten die niet in de Tabel 2 of Tabel 3 staan kunnen strips **OP MAAT** worden aangevraagd. Voor iedere strip dient de gewenste begin- en einddosering te worden opgegeven, waarbij er voor moet worden gezorgd dat verschillende strips op elkaar aansluiten.
  12. Het gebruik van vloeibare medicatie voor afbouwen wordt **AFGERADEN**. Het Multidisciplinair Document 'Afbouwen SSRI's & SNRI's' ziet belangrijke risico's bij het afbouwen met behulp van vloeibare toedieningsvormen.

- A. Voor patiënten die **EERDER** de medicatie hebben geprobeerd af te bouwen **OF** waar **1 of MEER** risicofactoren zijn voor OV (=onttrekkingsverschijnselen), dan afbouwen in stappen van **0,01 mg** per **DAG**.

In onderstaande tabel staat voor iedere Taperingstrip™ hoeveel mg alprazolam voor een bepaalde dag in het zakje zit.

Afbouwschema: alprazolam		2 - 1,5	1 - 0,75	1 - 0,5	1 - 0	0,75 - 0,5	0,5 - 0,25	0,5 - 0	0,25 - 0,1	0,25 - 0	0,1 - 0
Zakje Nr	Inname dag	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
zakje 28-01	zondag	2	1	1	1	0,75	0,5	0,5	0,25	0,25	0,1
zakje 27-01	maandag	1,98	0,99	0,97	0,84	0,74	0,49	0,45	0,24	0,23	0,09
zakje 26-01	dinsdag	1,95	0,98	0,94	0,71	0,73	0,47	0,4	0,23	0,22	0,09
zakje 25-01	woensdag	1,93	0,97	0,91	0,62	0,71	0,46	0,36	0,23	0,2	0,09
zakje 24-01	donderdag	1,91	0,96	0,89	0,53	0,7	0,45	0,33	0,22	0,19	0,08
zakje 23-01	vrijdag	1,89	0,94	0,86	0,47	0,69	0,44	0,3	0,21	0,17	0,08
zakje 22-01	zaterdag	1,87	0,93	0,84	0,41	0,68	0,43	0,27	0,21	0,16	0,07
zakje 21-01	zondag	1,84	0,92	0,82	0,36	0,67	0,41	0,24	0,2	0,15	0,07
zakje 20-01	maandag	1,82	0,91	0,79	0,32	0,66	0,4	0,22	0,19	0,14	0,06
zakje 19-01	dinsdag	1,8	0,9	0,77	0,29	0,65	0,39	0,2	0,19	0,13	0,06
zakje 18-01	woensdag	1,78	0,89	0,75	0,25	0,64	0,38	0,18	0,18	0,11	0,05
zakje 17-01	donderdag	1,77	0,88	0,73	0,23	0,63	0,37	0,16	0,18	0,11	0,05
zakje 16-01	vrijdag	1,75	0,87	0,71	0,2	0,62	0,36	0,15	0,17	0,1	0,05
zakje 15-01	zaterdag	1,73	0,87	0,7	0,18	0,61	0,35	0,13	0,16	0,09	0,04
zakje 14-01	zondag	1,71	0,86	0,68	0,16	0,6	0,35	0,12	0,16	0,08	0,04
zakje 13-01	maandag	1,69	0,85	0,66	0,14	0,59	0,34	0,11	0,15	0,07	0,04
zakje 12-01	dinsdag	1,67	0,84	0,65	0,12	0,59	0,33	0,09	0,15	0,06	0,03
zakje 11-01	woensdag	1,66	0,83	0,63	0,11	0,58	0,32	0,08	0,14	0,06	0,03
zakje 10-01	donderdag	1,64	0,82	0,62	0,09	0,57	0,31	0,07	0,14	0,05	0,03
zakje 09-01	vrijdag	1,62	0,81	0,6	0,08	0,56	0,3	0,06	0,13	0,04	0,02
zakje 08-01	zaterdag	1,61	0,8	0,59	0,07	0,55	0,3	0,05	0,13	0,04	0,02
zakje 07-01	zondag	1,59	0,8	0,57	0,05	0,54	0,29	0,04	0,13	0,03	0,02
zakje 06-01	maandag	1,58	0,79	0,56	0,04	0,54	0,28	0,04	0,12	0,03	0,01
zakje 05-01	dinsdag	1,56	0,78	0,55	0,03	0,53	0,28	0,03	0,12	0,02	0,01
zakje 04-01	woensdag	1,54	0,77	0,53	0,02	0,52	0,27	0,02	0,11	0,01	0,01
zakje 03-01	donderdag	1,53	0,77	0,52	0,02	0,51	0,26	0,01	0,11	0,01	0,01
zakje 02-01	vrijdag	1,51	0,76	0,51	0,01	0,51	0,26	0,01	0,1	0,01	0,01
zakje 01-01	zaterdag	1,5	0,75	0,5	0,01	0,5	0,25	0,01	0,1	0,01	0,01

- B. Voor patiënten die **EERDER** de medicatie hebben geprobeerd af te bouwen **OF** waar **1 of MEER** risicofactoren zijn voor OV (=onttrekkingsverschijnselen), dan afbouwen in stappen van **0,01 mg per DAG**.

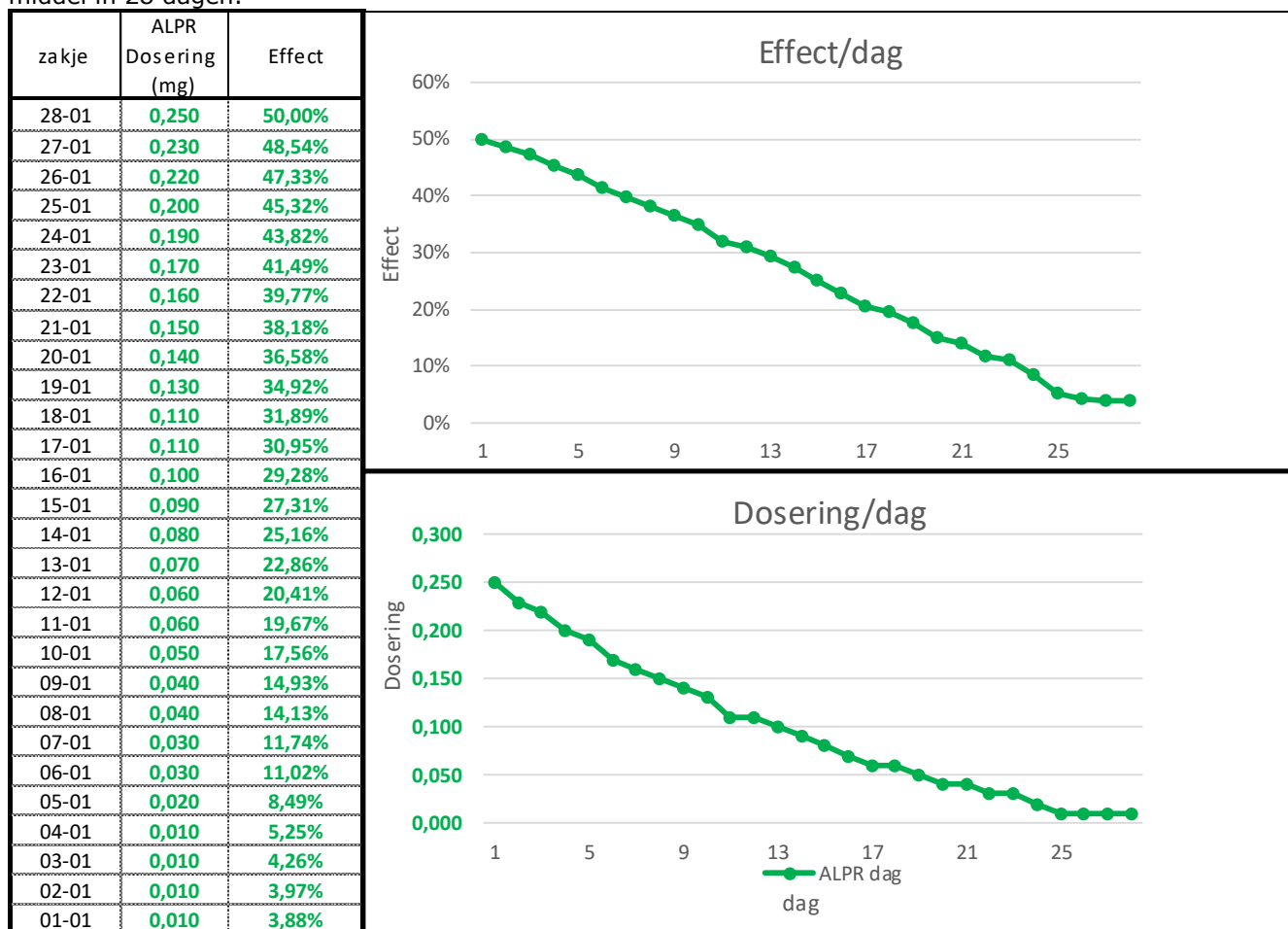
Voor alprazolam zijn de volgende standaard Taperingstrips™ beschikbaar:

Startdosering alprazolam	Einddosering alprazolam	Duur van de strip	Naam van de strip ALPR=alprazolam	Dosis aanpassing per	Gemiddelde dosis aanpassing	Gemiddelde dosis aanpassing
2mg/inname	1mg/inname	28 dagen	ALPR 2-1/28dagen	0,01 mg	0,036mg/inname	15%/week
1,5mg/inname	0,75mg/inname	28 dagen	ALPR 1,5-0,75/28dagen	0,01 mg	0,027mg/inname	15%/week
1mg/inname	0,5mg/inname	28 dagen	ALPR 1-0,5/28dagen	0,01 mg	0,018mg/inname	15%/week
0,75mg/inname	0,4mg/inname	28 dagen	ALPR 0,75-0,4/28dagen	0,01 mg	0,013mg/inname	14%/week
0,5mg/inname	0,25mg/inname	28 dagen	ALPR 0,5-0,25/28dagen	0,01 mg	0,009mg/inname	15%/week
0,4mg/inname	0,2mg/inname	28 dagen	ALPR 0,4-0,2/28dagen	0,01 mg	0,007mg/inname	15%/week
0,25mg/inname	0,12mg/inname	28 dagen	ALPR 0,25-0,12/28dagen	0,01 mg	0,005mg/inname	16%/week
0,2mg/inname	0,1mg/inname	28 dagen	ALPR 0,2-0,1/28dagen	0,01 mg	0,004mg/inname	15%/week
0,12mg/inname	0,06mg/inname	28 dagen	ALPR 0,12-0,06/28dagen	0,01 mg	0,002mg/inname	15%/week
0,1mg/inname	0,05mg/inname	28 dagen	ALPR 0,1-0,05/28dagen	0,01 mg	0,002mg/inname	15%/week
0,06mg/inname	0,03mg/inname	28 dagen	ALPR 0,06-0,03/28dagen	0,01 mg	0,001mg/inname	15%/week
0,05mg/inname	0,02mg/inname	28 dagen	ALPR 0,05-0,02/28dagen	0,01 mg	0,001mg/inname	18%/week
0,04mg/inname	0,02mg/inname	28 dagen	ALPR 0,04-0,02/28dagen	0,01 mg	0,001mg/inname	15%/week
0,03mg/inname	nul	28 dagen	ALPR 0,03-0/28dagen	0,01 mg	0,001mg/inname	30%/week
0,02mg/inname	nul	28 dagen	ALPR 0,02-0/28dagen	0,01 mg	0,001mg/inname	30%/week
Stabilisatie	...mg/inname	28 dagen	ALPR Stabilisatie	0 mg	geen aanpassing	0%/week

In onderstaande tabel staat voor iedere Taperingstrip™ hoeveel mg alprazolam voor een bepaalde dag in het zakje zit.

Afbouwschema: alprazolam		2 - 1	1,5 - 0,75	1 - 0,5	0,75 - 0,4	0,5 - 0,25	0,4 - 0,2	0,25 - 0,12	0,2 - 0,1	0,12 - 0,06	0,1 - 0,05	0,06 - 0,03	0,05 - 0,02	0,04 - 0,02	0,03 - 0	0,02 - 0
Zakje Nr	Inname dag	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
zakje 28-01	zondag	2	1,5	1	0,75	0,5	0,4	0,25	0,2	0,12	0,1	0,06	0,05	0,04	0,03	0,02
zakje 27-01	maandag	1,94	1,45	0,97	0,73	0,49	0,39	0,24	0,2	0,12	0,1	0,06	0,05	0,04	0,03	0,02
zakje 26-01	dinsdag	1,87	1,41	0,94	0,71	0,47	0,38	0,24	0,19	0,11	0,1	0,06	0,05	0,04	0,03	0,02
zakje 25-01	woensdag	1,82	1,37	0,91	0,69	0,46	0,37	0,23	0,19	0,11	0,09	0,06	0,05	0,04	0,03	0,02
zakje 24-01	donderdag	1,76	1,33	0,89	0,68	0,45	0,36	0,23	0,18	0,11	0,09	0,06	0,05	0,04	0,03	0,02
zakje 23-01	vrijdag	1,71	1,29	0,86	0,66	0,44	0,35	0,22	0,18	0,11	0,09	0,05	0,04	0,04	0,02	0,02
zakje 22-01	zaterdag	1,66	1,25	0,84	0,64	0,43	0,34	0,21	0,17	0,1	0,09	0,05	0,04	0,04	0,02	0,02
zakje 21-01	zondag	1,61	1,22	0,82	0,63	0,41	0,33	0,21	0,17	0,1	0,09	0,05	0,04	0,03	0,02	0,01
zakje 20-01	maandag	1,57	1,18	0,79	0,61	0,4	0,32	0,2	0,16	0,1	0,08	0,05	0,04	0,03	0,02	0,01
zakje 19-01	dinsdag	1,53	1,15	0,77	0,6	0,39	0,32	0,2	0,16	0,1	0,08	0,05	0,04	0,03	0,02	0,01
zakje 18-01	woensdag	1,49	1,12	0,75	0,58	0,38	0,31	0,19	0,16	0,1	0,08	0,05	0,04	0,03	0,02	0,01
zakje 17-01	donderdag	1,45	1,09	0,73	0,57	0,37	0,3	0,19	0,15	0,09	0,08	0,05	0,04	0,03	0,02	0,01
zakje 16-01	vrijdag	1,41	1,06	0,71	0,56	0,36	0,29	0,18	0,15	0,09	0,08	0,05	0,04	0,03	0,02	0,01
zakje 15-01	zaterdag	1,37	1,04	0,7	0,54	0,35	0,29	0,18	0,15	0,09	0,07	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01
zakje 14-01	zondag	1,34	1,01	0,68	0,53	0,35	0,28	0,17	0,14	0,09	0,07	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01
zakje 13-01	maandag	1,31	0,99	0,66	0,52	0,34	0,27	0,17	0,14	0,08	0,07	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01
zakje 12-01	dinsdag	1,28	0,96	0,65	0,51	0,33	0,26	0,16	0,13	0,08	0,07	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01
zakje 11-01	woensdag	1,25	0,94	0,63	0,5	0,32	0,26	0,16	0,13	0,08	0,07	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01
zakje 10-01	donderdag	1,22	0,92	0,62	0,49	0,31	0,25	0,16	0,13	0,08	0,07	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01
zakje 09-01	vrijdag	1,19	0,9	0,6	0,48	0,3	0,25	0,15	0,12	0,08	0,06	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01
zakje 08-01	zaterdag	1,16	0,87	0,59	0,46	0,3	0,24	0,15	0,12	0,07	0,06	0,04	0,03	0,02	0,01	0,01
zakje 07-01	zondag	1,14	0,86	0,57	0,45	0,29	0,23	0,14	0,12	0,07	0,06	0,04	0,03	0,02	0,01	0,01
zakje 06-01	maandag	1,11	0,84	0,56	0,45	0,28	0,23	0,14	0,12	0,07	0,06	0,04	0,03	0,02	0,01	0,01
zakje 05-01	dinsdag	1,09	0,82	0,55	0,44	0,28	0,22	0,13	0,11	0,07	0,06	0,03	0,02	0,02	0,01	0,01
zakje 04-01	woensdag	1,06	0,8	0,53	0,43	0,27	0,22	0,13	0,11	0,07	0,05	0,03	0,02	0,02	0,01	0,01
zakje 03-01	donderdag	1,04	0,78	0,52	0,42	0,26	0,21	0,13	0,11	0,06	0,05	0,03	0,02	0,02	0,01	0,01
zakje 02-01	vrijdag	1,02	0,77	0,51	0,41	0,26	0,21	0,12	0,1	0,06	0,05	0,03	0,02	0,02	0,01	0,01
zakje 01-01	zaterdag	1	0,75	0,5	0,4	0,25	0,2	0,12	0,1	0,06	0,05	0,03	0,02	0,02	0,01	0,01

13. **Tabel Effect\*** als functie van verandering in de dagelijkse dosis vanaf 0,25 mg tot 0 mg van het geneesmiddel in 28 dagen.



\* "Effect" toont de bezettingsgraad in procenten van de receptor waar de medicijnen op aangrijpt als functie van de dagelijkse dosis, vanaf de kleinste geregistreerde dosering tot 0 mg. Verandering in effect moet **zo geleidelijk** mogelijk gaan om klachten door onttrekking zoveel mogelijk te voorkomen. Dit wordt bereikt door de dagelijkse dosis in de strip hyperbolisch steeds verder te verlagen. Hyperbolisch houdt in dat de stappen waarmee de dosis wordt verlaagd naar het einde toe steeds kleiner worden.

**14. BELANGRIJK: Afbouwmedicatie in Taperingstrips™ vervangt de gebruikelijke zorg van de arts niet! Goede begeleiding van de patiënt tijdens - en ook nog enige tijd na- het afbouwen is en blijft belangrijk om een eventuele terugval tijdig te herkennen.**

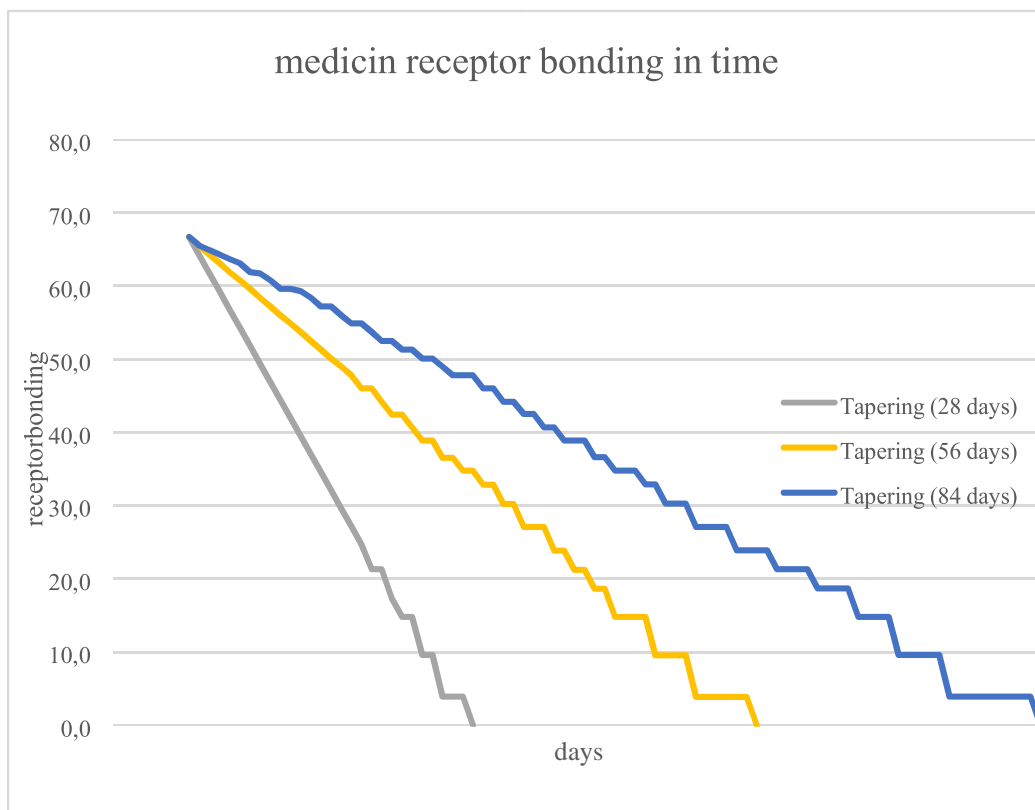
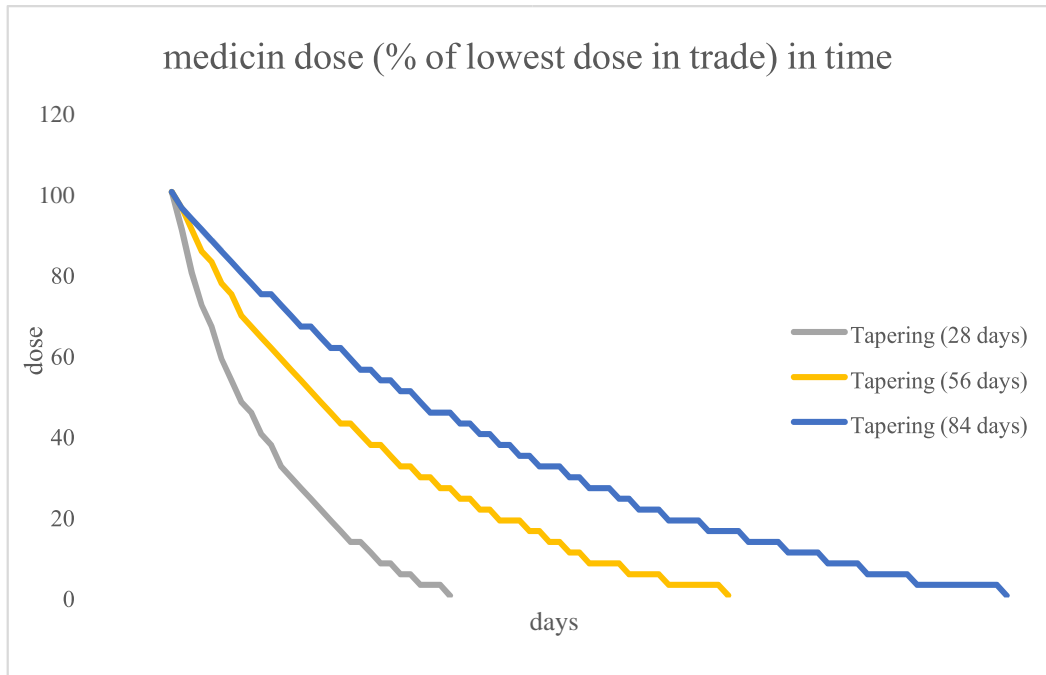
**15. Zelfmonitoringformulier om afbouw goed te laten verlopen**

Bij iedere tapering-, stabilisatie- of switchstrip zit een zelfmonitoringformulier. Door dit eenmaal per dag in te vullen helpt de patiënt zichzelf en de behandelaar om het afbouwen zo goed mogelijk te laten verlopen. Invullen is niet moeilijk en kost weinig tijd.

**16. Onderzoek naar verantwoord afbouwen van medicatie**

Patiënten die hiervoor toestemming geven kunnen het ingevulde zelfmonitoringformulier in de bijgeleverde antwoordenvolop (kosteloos) opsturen. Alle gegevens worden geanonimiseerd. Onderzoekers zijn dr. Peter C. Groot en Prof. Jim van Os van het Universitair Medisch Centrum Utrecht.

Toelichting: Door met afbouwmedicatie in Taperingstrips™ af te bouwen zal er minder of geen sprake zijn van onttrekkingsverschijnselen. Als onttrekkingsverschijnselen zich toch voordoen zullen ze minder ernstig zijn. Dit maakt het voor de arts makkelijker om terugval tijdig te herkennen. Het verschil in timing helpt hier ook bij. Onttrekkingsverschijnselen treden meestal al snel op tijdens het afbouwen. Een terugval treedt meestal pas (veel) later op, vaak pas nadat de alprazolam al volledig is afgebouwd. Voor vragen / informatie kunt u contact opnemen met Paul Harder, apotheker [tapering@regenboogapotheek.com](mailto:tapering@regenboogapotheek.com) of 0161-437137.



# Werkzaamheid en Effectiviteit Taperingstrips

## Wetenschappelijke literatuur

### Kernpunten

- Bij de afbouw van antidepressiva en andere psychofarmaca worden behandelaren beperkt door het kleine aantal geregistreerde standaarddoseringen dat kan worden voorgeschreven en doordat de huidige afbouwpraktijk niet is onderbouwd.
- Apotheekbereide doseringen in taperingstrips stellen behandelaren in staat om samen met patiënten afbouwschema's op maat voor te schrijven.
- Afbouwen met behulp van afbouwmedicatie leidt tot minder onttrekkingsverschijnselen en slaagt vaker dan afbouwen zoals dat tot nu toe in de praktijk plaatsvindt.
- Het is waarschijnlijk dat de meerderheid van alle patiënten die eerder zonder succes pogingen hebben gedaan om medicatie af te bouwen, daar alsnog in zullen slagen als ze daarbij afbouwmedicatie kan worden gebruikt.

### Samenvatting

Afbouwmedicatie (taperingstrips, stabilisatiestrips) is ontwikkeld om patiënten hyperbolisch te kunnen laten afbouwen (en opbouwen), op basis van samen beslissen. Hyperbolisch afbouwen houdt in dat de dosis dagelijks kan worden verlaagd, waarbij er aan het eind steeds kleinere stappen worden genomen om zo onttrekkingsverschijnselen tijdens het afbouwen te (kunnen) voorkomen. Dit komt doordat de onttrekkingsverschijnselen aan het eind het hevigst (kunnen) zijn. De werkzaamheid van taperingstrips is onderzocht in drie wetenschappelijke studies<sup>1,2,3</sup> met in totaal 2.127 deelnemers die demografisch representatief waren voor antidepressivagebruikers in Nederland.

Dit zijn de belangrijkste bevindingen:

- De meeste deelnemers waren langdurige gebruikers, van wie velen eerder hadden geprobeerd af te bouwen: 8% had minder dan 1 jaar antidepressiva gebruikt, 40%: 1-5 jaar, 22%: 5-10 jaar en 30% had meer dan 10 jaar gebruikt;
- 70% van de patiënten had eerder geprobeerd af te bouwen (consistent in alle onderzoeken).
- Taperingstrips werden voornamelijk voorgeschreven (60–80%) voor venlafaxine en paroxetine (consistent in alle onderzoeken).
- Stopzetting van SSRI's met langere halfwaardetijden kan ook leiden tot ernstige ontwenningverschijnselen die het gebruik van taperingstrips vereisen, zij het waarschijnlijk minder vaak.
- Meer dan 70% kon met taperingstrips volledig naar nul afbouwen; of ze in het verleden al eerder afbouw pogingen hadden gedaan maakte geen verschil (gerepliceerd in alle onderzoeken).
- Patiënten beoordeelden afbouwen met taperingstrips als veel gemakkelijker (gestandaardiseerde effectgrootte > 2; herhaald over studies).
- Bij afbouwen met taperingstrips hadden mensen veel minder last van onttrekkingsverschijnselen (gestandaardiseerde effectgrootte > 1,5; herhaald over onderzoeken).
- Van patiënten die met succes met taperingstrips hadden afgebouwd, was 72% 1-5 jaar later nog steeds zonder het antidepressivum waarmee ze waren gestopt (vervolgonderzoek 2).
- De best gerepliceerde risicofactor voor mislukte afbouw van medicatie was de duur van voorafgaand gebruik
- Paroxetine kan een moeilijker medicijn zijn om af te bouwen dan andere antidepressiva.

<sup>1</sup> Groot, P. C., & van Os, J. (2021). Successful use of tapering strips for hyperbolic reduction of antidepressant dose - a cohort study. *Ther. Adv. Psychopharmacol.*, 27 August. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/20451253211039327>

<sup>2</sup> Groot, P. C., & van Os, J. (2020). Outcome of Antidepressant Drug Discontinuation with Taperingstrips after 1-5 Years. *Ther. Adv. Psychopharmacol.*, 10, 2045125320954609. <https://doi.org/2045125320954610.2045125320951177/2045125320954609>

<sup>3</sup> Groot, P. C., & van Os, J. (2018). Antidepressant tapering strips to help people come off medication more safely. *Psychosis*, 10(2), 142-145. <https://doi.org/10.1080/17522439.2018.1469163>

