

Voor je het weet, heb je een stoornis



Trudy Dehue

Foto Ivo van der Bent

Een overdosis aan gezondheidsadviezen kan ons murw maken, waarschuwt Trudy Dehue. Ze noemt dat de paradox van de leefstijlpolitiek.

MARGREET VERMEULEN

Wat is er veranderd sinds het verschijnen van De depressie-epidemie dat u een nieuw boek wilde schrijven?

'Ten eerste: het vertrouwen in de wetenschap is niet vanzelfsprekend meer. En ten tweede: de enorme nadruk op preventie. Niet roken, genoeg bewegen, geen chips kopen en geen suiker eten. De adviezen kloppen wel, maar alles wat toch misgaat, wordt zo een kwestie van eigen verantwoordelijkheid en dus eigen schuld. En iedereen doet eraan mee. Het wemelt van de zelfhulpboeken en de zelftesten als: Hoe gezond leef jij? Hoe jaloers ben jij?'

Wat is er tegen om de eigen verantwoordelijkheid van mensen te benadrukken?

'Op sommige dingen hebben mensen gewoon geen greep. Er wordt voortdurend op zwangere vrouwen ingepraat wat ze allemaal niet mogen eten en dat ze stress dienen te vermijden, omdat ze

anders een kind met een stoornis krijgen. Maar zoiets is toch vooral een kwestie van pech en lot.'

U spreekt van leefstijlpolitiek?

'Ja, mijn verzekeraar stuurt mij bladen waarin staat hoe ik zelf kan voorkomen dat ik kanker krijg. Dit is een internationale beweging. In de Huffington Post zag ik een plaatje van een vrouw op een racefiets met de tekst: 'Verbeter je DNA.' Daar kun je mensen ook murw mee maken, het omgekeerde effect bewerkstelligen. Dat noem ik de paradox van de leefstijlpolitiek.'

Volgens mij gaat het er juist in als zoete koek.

'Er wordt tegenwoordig weinig in termen van collectiviteit gedacht. Hoe kunnen we de samenleving zo inrichten dat zich minder ziektes en stoornissen voordoen. Zwangere vrouwen wordt zelfs geadviseerd geen tabaksrook van anderen in te ademen. Maar wat is het effect als ondertussen de CO2-uitstoot omhoog gaat, omdat er weer 130 kilometer per uur gereden mag worden?'

De wetenschap verdient niet zomaar meer het vertrouwen van de samenleving, zegt u. U bent ook behoorlijk kritisch als het gaat om het zoeken naar psychische afwijkingen met hersenscans.

'Hersenonderzoek kan de werkelijkheid niet afbeelden, betoog ik. Veel mensen denken dat we met fMRI-scans het brein zelf kunnen laten praten. Dat is veel te simplistisch. Zo'n scan meet slechts welke hersendelen extra doorbloed raken bij bijvoorbeeld het bekijken van bepaalde plaatjes. Daaruit wordt van alles afgeleid over het dagelijks leven. Maar dat is interpretatie. Onder wetenschappers is discussie over wat die extra doorbloeding precies betekent. En de claims die

sommige wetenschappers doen, vind ik ronduit griezelig. Een Brits team stelde onlangs dat ze met een hersenscan verborgen autisme kunnen opsporen, in tien minuten. Het maakte plannen om de hele bevolking op deze stoornis te gaan screenen. Wat men niet beseft, is dat op zo'n moment de gangbare definitie van autisme wordt veranderd, namelijk als een stoornis die zelfs in verborgen vorm kan bestaan. Wat je doet is de scanner meer autoriteit geven dan de deskundigen. Ik hoop dat we die kant niet opgaan.'

Er zijn toch wel tegengeluiden in de wetenschap?

'Ja en ze komen ook aan bod in mijn boek. Ik laat bijvoorbeeld zien dat kritische jonge hersenwetenschappers blogs onderhouden zoals Neuroskeptic en dat er zoiets bestaat als het Critical Neuroscience Network. Maar dat blijft nog veelal in eigen kring. Die nuanceringen dringen weinig tot de buitenwacht door.'

U twijfelt aan de grote beloften van het Brain Initiative in de VS en het Human Brain Project van de EU om het complete menselijk brein te doorgronden. Tegelijkertijd vindt u het gevaarlijk. Hoe kan dat?

'Omdat onderzoek in tijden van commercialisering producten moet opleveren. En je kunt producten ontwikkelen zonder het achterliggende fenomeen te begrijpen. Dat is overbekend van psychofarmaca. Er zijn pillen tegen adhd, maar we weten niet waar het gedrag waar die term voor staat, vandaan komt. De wetenschappelijke afdeling van het Amerikaanse leger, Darpa, ontwikkelt nu technieken in gevechtshelmen om soldatenhersen tijdens de strijd op afstand mee te beïnvloeden. Ik zeg niet dat alle techniek verkeerd is, maar we moeten er wel over

nadenken of we die specifieke technologie willen.'

De adhd-epidemie onder volwassenen, waar we volgens u middenin zitten, schrijft u op het conto van 'wetenschappers met een missie'. Hoe bedoelt u dat?

'Er zijn toonaangevende wetenschappers die stellen dat 5 procent van de Nederlandse volwassenen adhd heeft. Dat is een erg hoog percentage; anderen komen uit op bijvoorbeeld 2 procent. Maar goed, de missie van deze wetenschappers is om zo veel mogelijk mensen met een concentratietekort op te sporen en met medicatie te behandelen. Ik denk dat ze oprecht zijn, maar dat ze - zoals ik ook laat zien - geen tegenspraak dulden en heel weinig openstaan voor andere perspectieven. En zelfs al heeft 5 procent van de mensen een concentratietekort, moeten we ons afvragen wanneer we iets als een stoornis tellen. En wanneer medicatie gewenst is. Zonder dat die vragen zijn beantwoord, zien we het gebruik van adhd-medicatie onder volwassenen groeien en groeien.'

De overheid grijpt hier toch in? De geneesmiddelenautoriteiten in Europa (waaronder die in Nederland) hebben voorkomen dat er een licentie kwam voor Concerta, als adhd-pil voor volwassenen. De effectiviteit was onvoldoende aangetoond en de bijwerkingen waren te gevaarlijk.

'Maar ook zonder licentie vindt het medicijn zijn weg. Het gebruik stijgt al jaren sneller onder volwassenen dan onder kinderen. Artsen schrijven het 'off label' voor. Dat betekent dat niet de fabrikant maar de arts en de patiënt verantwoordelijk zijn als het verkeerd uitpakt. Voor 'off label medicijnen' mag geen reclame worden gemaakt onder artsen en reclame onder het grote publiek is

sowieso verboden, maar dat gebeurt via allerlei omwegen toch, zoals ik laat zien. Terwijl de bezwaren van de geneesmiddelenautoriteit niet publiek mogen worden gemaakt.'

U vindt dat sommige adhd-wetenschappers het algemeen belang uit het oog verliezen?

'Ze streven een ideaal na waarin ze oprecht geloven. Het probleem is vooral dat de wetenschappers en de bedrijven een eenzijdig denkkader met elkaar delen. Wetenschappers zijn er vaak op uit hun definities van en oplossingen voor problemen te verspreiden. Dat noem ik 'wetenschap met een missie!.'

TRUDY DEHUE

Trudy Dehue (1951) studeerde psychologie en filosofie. Daarvóór werkte ze met een hbo-diploma in de kinder- en jeugdpsychiatrie. In 1990 promoveerde ze cum laude op een proefschrift over historische veranderingen in de betekenis van het begrip 'wetenschap'.

In 2008 verscheen haar bestseller De depressie-epidemie. Daarin liet ze zien hoe de term 'depressie' gaandeweg van betekenis ging veranderen, en hoe dit samenhang met maatschappelijke ontwikkelingen.