

Nooit meer in je eentje op consult

In Amerika neemt het aantal vroeggeboortes drastisch af als vrouwen een groepsconsult bij de verloskundige volgen. Of dat in Amsterdam ook zo zal zijn, moet blijken uit twee proefprojecten.

DESIREE HOVING

Iedere zwangere in Nederland bezoekt regelmatig haar verloskundige of gynaecoloog. Deze controleert onder meer of de baby voldoende groeit en of de lichamelijke gezondheid van de vrouw nog goed is. Binnen een kwartier staat de dikke buik weer buiten. Heeft ze dan voldoende zorg gehad?

In Amerika meent men van niet. Daar gaan steeds meer zwangeren naar een groepsconsult, in plaats van zich individueel te laten helpen. Samen met tien andere dikke buiken hebben ze twee uur de tijd om ervaringen uit te wisselen, onder begeleiding van een verloskundige.

De effecten zijn spectaculair. De aanpak vermindert het aantal baby's dat drie of meer weken te vroeg wordt geboren met gemiddeld dertig procent, blijkt uit een meta-analyse die in maart in het Canadese vakblad *Obstetrics and gynaecology* verscheen. Dit effect geldt overigens voornamelijk voor tieners en vrouwen met een lage sociaal-economische status.

Vooraf onder tieners en laagopgeleide vrouwen is effect merkbaar

Hoe minder vroeggeboortes, hoe beter. Zo bedragen in Amerika de zorgkosten voor deze premature kinderen 26 miljard dollar per jaar. Denk alleen al aan het liggen in de couveuse in het ziekenhuis, waar de lichaamstempe-



In Amerika is het aantal vroeggeboortes spectaculair afgenomen. Het wondermiddel? Met andere moeders op consult gaan bij de verloskundige. FOTO LEX VAN LIESHOUT/ANP

ratuur en de ademhaling op peil worden gehouden.

In Nederland worden 77 op de 1000 baby's te vroeg geboren, becijferde de Stichting PRN (Perinatale Registratie Nederland) vorig jaar. Dat is één op de dertien baby's. Opvallend is dat Surinaamse, Antilliaanse en Ghaneese vrouwen gemiddeld twee keer zoveel risico lopen dat hun kind vroegtijdig komt.

Uit onderzoek dat het vakblad *The Lancet* in 2008 publiceerde bleek bovendien dat een jonge leeftijd van de moeder, een lage sociaal-economische status, ongehuwd zijn en een lage opleiding de kans op een vroeggeboorte verhogen.

Waarom groepscontroles zo effec-

tief zijn, is vooralsnog onbekend. "Waarschijnlijk zijn minder stress en meer kennis de belangrijkste redenen. Daardoor weten zwangeren beter wanneer ze aan de bel moeten trekken. Daarnaast vinden vrouwen groepsconsulten leuker, waardoor ze vaker op controle komen. Zo leert de verloskundige haar zwangeren beter kennen, waardoor ze gerichter kan ingrijpen," zegt Marlies Rijnders, onderzoekster bij TNO en voormalig verloskundige.

Rijnders is initiatiefnemer van drie proefprojecten met groepsconsulten, ook wel bekend onder de naam Centering Pregnancy. Twee hiervan bevinden zich in Amsterdam, bij verloskundigenpraktijk Vida in De Bijlmer

en Aan 't IJ in Amsterdam-Noord. Rijnders kijkt hier of het groepsconsult ook in Nederland werkt.

"In een groep kun je langer bij dingen stil staan. Dan blijft informatie

'Door de sessies met andere zwangeren kreeg ik meer vertrouwen'

wat langer hangen. Als vier zwangeren op een rij tegen je zeggen dat je het rustiger aan moet doen, heeft dat meer effect dan wanneer de verloskundige het zegt. Je neemt nu eenmaal makkelijker dingen aan van

mensen in dezelfde positie als jij."

Caroline Perin (31 jaar) is zwanger van haar tweede kind en volgt de groepsconsulten in Amsterdam-Noord. Over het belangrijkste verschil met de individuele consulten zegt ze: "Doordat er meer tijd is, heb ik meer over allerlei zorgen, angsten, verwachtingen en emoties kunnen praten. Zowel met de verloskundige als met andere zwangeren uit de buurt. Daardoor heb ik meer vertrouwen gekregen in de bevalling en de periode erna."

Eind deze zomer lopen de proefprojecten af. In 2013 beginnen TNO en het Leids Universitair Medisch Centrum met een groot onderzoek naar de effecten.

Op zoek naar de gedroomde afkickdrug

Een plantaardig tripmiddel dat afrekent met de meest hardnekkige drugsverslavingen. Is dat te mooi om waar te zijn?

YNSKE BOERSMA



Ibogaïne, afkomstig uit West-Afrika.

Onderzoekers van de Gelderse verslavingszorginstelling IrisZorg willen met de Nijmeegse Radboud Universiteit een studie doen naar de werking van ibogaïne (afgekort iboga).

Het gebruik van deze hallucinerende plant zou ontwenningverschijnselen bij verslaafden doen verdwijnen, en tot drie maanden na de inname het verlangen naar drugs teniet doen. Maar overtuigend bewijs hiervoor ontbreekt, en de bijwerkingen kunnen fataal zijn.

Psychiater Toon van Oosteren en verslavingsarts Maarten Belgers van IrisZorg willen nu een groep van tien tot vijftien heroïneverslaafden onder medisch toezicht behandelen met ibogaïne. Ze zullen kijken of in de drie maanden na de behandeling de honger naar heroïne afneemt. Tegelijk bekijken zij de bijwerkingen van de afkickdrug.

Het is de eerste keer dat de werking van het hallucinerende middel wetenschappelijk wordt onderzocht bij mensen. Experimenteel onderzoek naar ibogaïne was er al wel.

Ex-heroïnegebruiker Howard Lots of ontdekte begin jaren zestig bij toeval de verslavingsremmende bijwerking

van het tripmiddel. Hij vond Jan Bastiaans, psychiater bij Centrum '45, bereid onderzoek te doen naar het middel.

Tussen 1989 en 1993 kregen 26 heroïneverslaafden een experimentele behandeling met ibogaïne. De laatste, een 24-jarige vrouw, vond de dood in de hotelkamer waar de ibogaïnessessie plaatsvond, waarna het onderzoek werd stopgezet.

Toch waren de resultaten positief.

Een heroïnegebruiker ontdekte bij toeval de werking van ibogaïne

Bij ongeveer driekwart van de patiënten verdwenen de ontwenningverschijnselen, net als de zin in een nieuw shot. Maar omdat het onderzoek werd uitgevoerd zonder controlegroep of medische begeleiding, konden aan deze uitkomsten weinig conclusies worden verbonden.

Daarnaast is wetenschappelijk onderzoek gedaan met verslaafd gemaakte ratten, die na toediening van ibogaïne minder op zoek gingen naar

drugs. Maar er kwamen ook ernstige bijwerkingen aan het licht. Bij hoge dosissen blijkt het spul hersenschade en hartritmestoornissen te veroorzaken. Er zijn minstens dertien gevallen bekend van mensen die binnen 72 uur na gebruik van het middel stierven.

Ibogaïne is een stof uit de geraspte wortel van de Tabernanthe iboga, een struik uit West-Afrika. In de Bwiti-religie wordt deze wortel al eeuwenlang gebruikt vanwege zijn stimulerende en hallucinerende effect. Bij initiëriten eten de jonge mannen flinke porties van deze traditionele smartdrug, om zo een paar dagen in een ibogaroos te blijven hangen. Dat het eten van de bittere wortel gepaard gaat met misselijkheid en overgeven nemen ze voor lief.

In het westen wordt de plant vooral ingezet tegen verslavingen. Hoewel het middel legaal is in Nederland – het valt onder de geneesmiddelenwet – wordt het vooralsnog niet toegepast in de reguliere verslavingszorg.

Wel zijn er alternatieve behandelaars die met iboga werken, vaak in een spirituele context. Zo organiseert De Gewijde Reis driedaagse ibogacere-

monies, waarbij een groep deelnemers met tussenpozen tien doses iboga neemt, liggend in een zweethut. In de hallucinerende trip die hierop volgt zouden de 'reizigers' afrekenen met hun verleden en dichter tot zichzelf komen, waardoor ze ook hun verslavingen achter zich kunnen laten, aldus de website van deze praktijk. Kosten: 420 euro.

Een alternatieve behandelaar uit Utrecht – die de heks van Kocken-

Voor 420 euro neemt een alternatieve behandelaar je mee op een 'trip'

gen wordt genoemd – zit nu achter tralies wegens doodslag na het overlijden van een patiënt. De man liep na gebruik van het tripmiddel in verwarde toestand onder een vrachtwagen.

Ibogaïne zou alleen onder strikte medische begeleiding toegepast moeten worden, vinden psychiater Van Oosteren en verslavingsarts Belgers. Reden het omstrede wondermiddel eens grondig te onderzoeken.