

Meer begrip voor relatie tussen arts en patiënt

Een intieme relatie aangaan met een patiënt geldt als *not done* en met zekere regelmaat wordt een arts berispt die tegen deze regel heeft gezondigd. De American Medical Association verbiedt ook relaties met voormalige patiënten, maar daar is minder overeenstemming over. Uit recent onderzoek naar ethische opvattingen onder 21.000 Amerikaanse artsen blijkt dat de tolerantie voor dergelijke relaties groter is dan een paar jaar geleden. In 2010 vond slechts 12% van de artsen seks met een voormalige patiënt toelaatbaar, inmiddels is dit gestegen tot 22%.

Interessant zijn vooral de argumenten die artsen aanvoeren om deze opvatting te staven. Een van hen stelt dat we enorm misleid of – erger nog – narcistisch zijn, als we denken dat geen enkel tijdsverloop de arts-patiëntrelatie kan

resetten. Als zelfs oud-patiënten zich niet van de autoriteit van de arts weten los te maken om vrijelijk over een eventuele relatie te besluiten, zo verklaart een ander, moet om consistent te blijven het hele concept van informed consent op de helling. Dat heeft immers betrekking op actuele behandelingsovereenkomsten. Anderen maken zich zorgen over de beperkte mogelijkheden voor artsen om een relatie aan te gaan in kleine gemeenschappen waarin iedereen patiënt of potentieel patiënt is. De vraag is verder hoe het moet met de zorg voor patiënten met wie men ooit een relatie heeft gehad. Ook is er een arts die schrijft dat de traditionele arts-patiëntrelatie al lang niet meer bestaat. Artsen zijn aanbieders van gezondheidszorg geworden. Hun diensten lijken erg op de diensten die geleverd worden door loodgieters, kappers of automonteurs. Het is loodgieters toch ook niet verboden relaties met hun cliënten aan te gaan? Analoog zou het artsen in de moderne wereld moeten worden



Foto: Laughing Raven/Pixabay

toegestaan relaties met voormalige patiënten te onderhouden.

Al met al is ons eigen KNMG-standpunt over seksueel contact tussen arts en patiënt uit 2000 nog verrassend bij de tijd: bij verliefdheid zal de patiënt de praktijk moeten verlaten. 'Vervolgens dient de arts de ex-patiënt voldoende tijd en gelegenheid te geven om weloverwogen en uit vrije wil een relatie aan te gaan. Deze periode dient zeker een paar weken te duren.' Aldus het KNMG-standpunt. ■

Tjerk Wiersma

Chesnow N. Romance with a patient? More doctors are saying 'why not?' Medscape 2015 March 26.

Mindfulness ook voor slaapstoornissen

Mindfulness-training (MT) verbetert de slaapkwaliteit bij ouderen. Het vermindert vermoeidheidsklachten overdag en zorgt daardoor voor een betere kwaliteit van leven. De resultaten van MT zijn beter dan een soortgelijke training waarbij de deelnemers informatie en opdrachten krijgen over slaaphygiëne (SH).

Deze gerandomiseerde trial vergeleek het effect van een wekelijks mindfulness-training gedurende zes weken, met een vergelijkbare training waarbij de deelnemers informatie en oefeningen kregen over slaaphygiëne en ontspanning. Beide groepen kregen daarnaast schriftelijke informatie en huiswerk. Het programma voor beide groepen verliep verder vrijwel identiek. Deelnemers waren ouder dan 55 jaar en werden geworven via een advertentie in de plaatselijke krant. Uiteindelijk

werden 24 deelnemers gerandomiseerd voor de MT-groep en 25 voor de SH-groep. Primair eindpunt was slaapkwaliteit op basis van een gevalideerde vragenlijst. Secundaire eindpunten waren slapeloosheid, depressie, angst, stress en vermoeidheid overdag, eveneens gemeten met behulp van gevalideerde vragenlijsten.

De uitval in beide groepen was hoog: van de MT-groep volgde 71% het hele programma en van de SH-groep 86%. Statische analyses waren gebaseerd op *intention to treat*, wat wil zeggen dat ook de uitvallers meegenomen werden in de uiteindelijke analyses. Tien weken na het begin van de behandeling lieten beide groepen een duidelijke verbetering zien ten opzichte van de baseline-meting. Bij de MT-groep was de slaapkwaliteit niet alleen statistisch significant verbeterd, maar ook klinisch relevant verbeterd. Ook op het gebied van slapeloosheid, depressie en vermoeidheid overdag scoorden de deelnemers in de MT-groep beter. Voor

stress en angst vonden de onderzoekers geen statistisch relevante verschillen.

Mindfulness-training lijkt, op basis van deze goed uitgevoerde RCT, een effectieve aanpak voor ouderen met lichte slaapproblemen. Maar dit geldt niet voor iedereen. Het hoge percentage uitvallers onder geselecteerde vrijwilligers doet vermoeden dat mindfulness geen vorm van behandeling is waar iedereen even enthousiast van wordt. Mogelijk ervaren veel deelnemers de setting waarbinnen mindfulness plaatsvindt nog als te dromerig. ■

Bèr Pleumeekers

Black DS, et al. Mindfulness meditation and improvement in sleep quality and daytime impairment among older adults with sleep disturbances. A randomized clinical trial. JAMA Intern Med 2015;175:494-501.

De berichten, commentaren en reacties in het Journaal richten zich op de wetenschappelijke en inhoudelijke kanten van het vak. Bijdragen van lezers zijn van harte welkom (redactie@nhg.org).