

Opinie Marc Calmeyn

Depressie, een moeilijke pil om te slikken?



Beeld Getty Images

Marc Calmeyn is psychiater en psychotherapeut. Hij schrijft in eigen naam. Hij is auteur van het boek *Depressie is menselijk. Onze donkere kant anders belicht* (Pelckmans). Hij is hoogleers in de filosofie en expert bij de Hog



DeMorgen.



DE MORGEN VAN DE ROEVEN

MARC CALMEYN 17 augustus 2022, 03:00

Een ‘depressietje’ bestaat niet. “Het is zoals een griepje dat overgaat”, zoals iemand eens schreef, onderschat de zwaarte en diepte van depressief zijn. Gelukkig bestaat er medicatie die veel kan verhelpen. Ja toch?

De openhartige onthulling van Selah Sue over het herstarten van haar antidepressiva getuigt van durf en zeker ook eerlijkheid. Twee zaken vallen echter op wanneer media over depressie berichten.

Ten eerste is er de overwaardering van medicatie. Natuurlijk kan het helpend zijn, natuurlijk heeft het veel mensen weer een leven gegeven. Maar het lost niet alles op. Jim van Os (*Nederlandse hoogleraar in de psychiatrie, red.*) en Myrrhe van Spronsen (*arts en ervaringsdeskundige, red.*) stellen in hun recent verschenen boek *We zijn God niet* dat psychofarmaca slechts voor 25 procent het effect van een behandeling bepaalt. De kracht van verandering ligt in de therapeutische relatie.

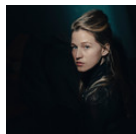
Enkel een medicatie voorschrijven is dus not done. Psychosociale tussenkomsten en psychotherapie zijn minstens even belangrijk, zelfs onontbeerlijk. Hoe komt het dat dit inzicht te weinig aan bod komt in zowel in de meestal toch voldoende geïnformeerde media, als in het klinisch werkveld waar dit nochtans voldoende gekend is?

Dit heeft veel te maken met de tweede vaststelling. Depressie wordt nog teveel als een louter medische aandoening gezien. De vergelijkingen met lichamelijke ziektes, zoals ook in [het artikel van De Morgen \(DM 13/08\)](#), onderschrijven deze opvatting. Er is natuurlijk een lichamelijke component bij depressie van doen, maar het is slechts een deel van het verhaal. Laat het duidelijk zijn. Depressie is een menselijke aandoening. Het treft een mens in zijn geheel - niet enkel in de hersenen, niet enkel in zijn lichamelijkeheid. De persoon komt in een existentiële patstelling terecht door een ernstige biopsychosociale ontregeling. De titel van [het interview met Selah Sue in 'De vragen van Proust' \(DM 10/04\)](#) vat dit kernachtig: 'Het ergste aan depressie: het uitzichtloze gevoel van eenzaamheid'. Voorgaande opent onverwachte perspectieven en nieuwe mogelijkheden. Het onverwachte perspectief dat depressie een menselijk drama is, opent daardoor de mogelijkheid op behandeling die meer kans op slagen geeft.

Geef Sanne Putseys die broodnodige behandeling, geef elke persoon met depressie dergelijke behandeling. Dit is nsvchedelische

behandeling in de oorspronkelijke zin van het woord:
geestverruimend.

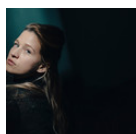
LEES OOK



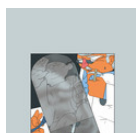
Selah Sue openhartig over mentale problemen: 'Ik ga door een hel'



Afhankelijkheid van antidepressiva is soms reden voor extra kopzorgen:
'Soms vraag ik me af waarom ik ze nog slik'



Selah Sue: 'Het ergste aan depressie: het uitzichtloze gevoel van
eenzaamheid'



Wat maakt antidepressiva afbouwen zo moeilijk? 'De eerste weken
kunnen erg pittig zijn'



MENINGEN

Standpunt Bart Eeckhout

Heel misschien
krijgt Dries Van
Langenhove een
standje van
voorzitter Tom Van

DM.
Start


Editie


Best gelezen


Zoeken


Rubrieken

Grieken, **maar dat zal enkel voor de galerij zijn**



Net binnen

[meer >](#)



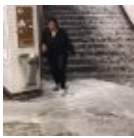
09:52 uur

23-jarige studente in eigen tuin getroffen door verdwaalde kogel



09:00 uur

Live - Satellietbeelden tonen gevolgen bombardement munitiedepot Krim • Gewonden bij Russische raketaanvallen op Odessa



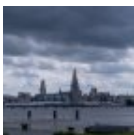
08:10 uur

► 'Zeer intens onweer' verstoort metroverkeer in Parijs: meerdere stations gesloten



08:00 uur

Ons kende ons



07:58 uur

Onstabiele dag met lokaal felle buien en onweer, KMI kondigt code geel aan in Oost- en West-Vlaanderen



07:44 uur

Man zwaargewond bij schietpartij in Hoboken, parket voert onderzoek naar poging tot moord



Opinie Charlotte Faes

Watercrisis in Vlaanderen: er beweegt wat, maar het moet sneller



Column Hans Vandeweghe

Donovici zwom zijn supertiid in

DM.
Start


Editie


Best gelezen


Zoeken


Rubrieken

CCU SU AKKE ZWENHUT OCK. CUCIO CU Bernard deden het in pakken die hun drijfvermogen aanzienlijk vergrootten

Best gelezen

MEER >

- 1 'Wie zich afvraagt of 'die vreemdelingen wel willen werken', moet eens kijken hoe ze onze fabrieken doen draaien'
- 2 Onzichtbaar Russisch huurlingenleger Wagner knapt nu ook openlijk het vuile werk op voor Poetin
- 3 De regen komt eraan, maar de droogte blijft nog even. 'We drukken enkel de pauzeknop in'

MEER MENINGEN ▾

Nu belangrijker dan ooit: steun kwaliteitsjournalistiek.

Neem een abonnement op De Morgen

Algemeen

Contacteer ons

Adverteren

Vacatures

Privacybeleid

Abonnementsvoorwaarden

Gebruiksvoorwaarden

Cookiebeleid

Cookie-instellingen

Wedstrijdreglement

Lezersservice

Mijn account

Abonneren

Webshop

Audiokrant

Volg De Morgen

Facebook

Twitter

Instagram

Nieuwsbrieven

RSS-feeds

Android apps

iOS apps

Digitale krant

Navigeer

Zoeken

Archief

Op alle artikelen, foto's en video's op demorgen.be rust auteursrecht. Deeplinken kan, maar dan zonder dat onze content in een nieuw frame op uw website verschijnt. Graag enkel de titel van onze website en de titel van het artikel vermelden in de link. Indien u teksten, foto's of video's op een andere manier wenst over te nemen, mail dan naar info@demorgen.be.
DPG Media nv – Mediaplein 1, 2018 Antwerpen – RPR Antwerpen nr. 0432.306.234



go

LICENSE  PUBLISH



ciM internet

DM.
Start


Editie


Best gelezen


Zoeken


Rubrieken