

OPMERKELIJKE PRAKTIJKEN

Als wetenschappelijk onderzoek leidt tot een succesvolle behandeling voor bepaalde patiëntgroepen is dat een zegen. Maar soms gaan 'de markt' of beunhazen ermee aan de haal, of worden fantasieën verpakt als gewichtige wetenschap. De 'nieuwe therapie' wordt verkocht als panacee voor allerlei klachten die in het grensgebied liggen van de oorspronkelijke aandoening. Deze serie beproeft de zin en onzin van enkele opmerkelijke praktijken in de ggz.

Over kloppen en slangenolie

Door **Ronald van den Berg**
Psychiater en bestuurslid Vereniging tegen de kwakzalverij

Op het internet is een filmpje te zien, waarin een jongetje wordt behandeld tegen driftbuien door een alternatieve arts, tevens EFT-therapeut.¹ EFT staat voor Emotional Freedom Techniques, een op desensitisatie gerichte behandelwijze, waarbij gebruikgemaakt wordt van afleidingsmanoeuvres.

In het filmpje noemt de arts EFT 'een emotionele acupressuurtechniek'. Zij laat haar patiëntje zichzelf zachtjes met de vingers bekloppen op 'acupressuurpunten'. Zij noemt dat 'punten van energiemeridianen, punten van energie'. 'Door erop te kloppen', vertelt de arts, 'wordt wat energie toegevoegd zodat energieblokkades worden opgeheven'. Nonsens dus. Meridianen worden beschreven in acupunctuurbladen en worden bij dezelfde patiënt door verschillende behandelaars vaak geheel verschillend gelokaliseerd. En van de ene op de andere dag kan dezelfde behandelaar die meridianen bij dezelfde patiënt ook zomaar op een heel andere plaats aanwijzen. Ze wijten dat niet aan hun geheugen, maar aan het feit dat energiestromen, net als rivieren niet constant zijn. Het bestaan van meridianen is dan ook volgens serieuze medische en biologische vakbladen neuroanatomisch en neurofysiologisch nog nooit aangetoond. Voor acupressuurpunten geldt hetzelfde: ze bestaan niet.

Het jongetje in de film moet op plekken in zijn

gelaat, op zijn handen en elders op zijn lichaam (borst, keel) tikken met zijn vingertoppen. Onder tussen moet hij zeggen: 'Ik ben nu boos – ik ben nu wat minder boos – ik ben nu bijna niet meer boos,' et cetera. En daarna: 'Mama houdt van mij en papa ook en ik ben een leuke jongen.' Bij de behandeling wordt, althans in het filmpje, niet ingegaan op oorzaken en interactionele aspecten van de driftaanvallen.

Dwangsymptomen aanleren

EFT werd vanuit NLP (Neurolinguïstisch Programmeren) ontwikkeld door Gary Craig, 'NLP-master' en van huis uit makelaar.² De theorie van NLP is niet gefundeerd op gangbare medische en psychologische inzichten, en het effect ervan is niet wetenschappelijk aangetoond. NLP moet dus als pseudowetenschap worden beschouwd.³

De meeste reguliere therapeuten beijveren zich om dwangsymptomen te laten verdwijnen, bij EFT worden ze juist aangeleerd. De driftbuien (volgens de moeder: schoppen, slaan en bijten) maken bij deze behandeling plaats voor rituele stereotypieën. Er worden het jongetje dwangsymptomen voorgescreven (kloppen op bepaalde delen van zijn lichaam) waarover familie, vriendjes, zijn klasgenoten, zijn buurjongetjes en -meisjes zich zullen verbazen. Dat is schaamtevol.

Uiteraard krijgt de moeder nu wat tammere lichaamstaalsignalen als het ventje boos wordt, zodat ze aandacht kan geven aan hem of aan hun interactie. Zij is misschien met deze behandeling

beter af. Maar of het jongetje met zijn aangeleerde dwangsymptomen dat ook is, is de vraag.

Haarlemmerolie-effect

Het filmpje staat op de website van EFT-praktijk Actrom. Deze biedt volgens haar site ook workshops aan en claimt voor EFT een soort haarlemmerolie-effect; het helpt bij van alles. Ik citeer: 'emotionele en lichamelijke klachten zoals fobieën en angststoornissen, presentatieangst, traumatische ervaringen (PTSS), faalangst, hoofdpijn en migraine, rouw, blozen, rug- en nekklachten, depressie, eetstoornissen, slaapproblemen en stress'. Maar volgens Actrom zijn de workshops niet goed voor mensen met een persoonlijkheidsstoornis. Actrom hanteert, zoals de meeste alternatieve praktijken, bepaalde uitsluitingscriteria. En een 'persoonlijkheidsstoornis' is natuurlijk een zegel dat (ook vaak bij reguliere therapieën) nogal eens wordt opgeplakt als een behandeling niet helpt.

Verskil tussen 'helpen' en 'werken'

Ik wil u in de rubriek *Opmerkelijke praktijken* niet alleen maar verbazen met behandelwijzen die afwijken van reguliere therapieën. Zij is ook niet bedoeld om 'originale ideeën' uit de alternatieve hoek toe te passen in uw eigen werkring. En al helemaal niet om u aan te sporen goed geld weg te dragen naar opleidingen in ongefundeerde behandelvormen.

De rubriek is vooral bedoeld om te illustreren hoe vaag de grens in de ggz is tussen alternatieve behandelwijzen en reguliere geneeswijzen, en hoe gemakkelijk die grens uit het oog kan worden verloren. En ze dient als een waarschuwing voor verzekeraars, die zich immers beschouwen als bewakers van kwaliteit: verspil geen gemeenschappelijk opgebrachte financiële middelen aan onzinbehandelingen.

Een vuistregel is: alternatieve behandelwijzen kunnen soms *helpen* (via suggestie en placebo-effecten) maar de *werking* staat niet vast. Reguliere geneeswijzen *helpen én werken* bij een flink percentage van de patiënten. Een keuze daartussen is niet echt moeilijk.

Deze rubriek is tevens bedoeld om bij te dragen aan een kritische attitude van reguliere behandelaren ten opzichte van de eigen behandelactiviteiten en aan voorzichtigheid bij het signaleren van eigen successen.

Ook reguliere geneeswijzen in de ggz zijn mede



afhankelijk van het zelfvertrouwen van de behandelaar en dus van daaruit voortvloeiende suggestie- en placebo-effecten. Ons zelfvertrouwen behoort echter niet te berusten op nonsensideeën maar op gedegen theorieën die aansluiten bij contemporaine inzichten in de geneeskunde en de psychologie. En ook dienen we, al is de werkzaamheid van interventies in de ggz soms moeilijk bewijsbaar, zo veel mogelijk evidence-based behandelwijzen toe te passen. Of op zijn minst behandelwijzen die in de beroepskringen van de ggz breed aan-

Voorgescreven dwanggedrag: kloppen tegen driftbuien

vaard zijn, die protocollair verantwoord zijn en die in de loop der tijden ('time-proven') hun werkzaamheid hebben bewezen.

Slangenoliewetenschap

Een bijbel voor iedereen die zich wil wapenen tegen vermeende therapeutische successen is het boek *Snake Oil Science*, van R. Barker Bausell.⁴ De titel is ontleend aan hét wondermiddel in het voormalige Wilde Westen, toen de nog schaarse bevolking daar was aangewezen op periodieke markten en door reizende kwakzalvers verhandelde spullen. 'Snake oil' werd op geheimzinnige wijze en met gevaar voor eigen leven door moedige lieden gemaakt van het onderhuidse vet, het gif, en/of andere sappen van enge slangen. Het wondermiddel hielp natuurlijk tegen van alles, het was het

equivalent van de Nederlandse haarlemmerolie.

Barker Bausell is jarenlang verbonden geweest aan een onderzoekscentrum voor alternatieve behandelwijzen en doorkneed in de voortdurende onderzoeksvalkuilen die daarbij voorkomen. Hij hield het daar niet uit. Hij schetst ondubbelzinnig de vele fouten die er bij welgemeend, maar stuntelig onderzoek optraden.

Hij wijst bijvoorbeeld op het 'post aut propter'-effect: *na* veel behandelingen treedt verbetering op maar niet *erdoor*. Dat heeft te maken met allerlei factoren, onder meer met het natuurlijke beloop van veel klachten. Klachten zonder duidelijke somatische of psychiatrische oorzaken komen en gaan. Veel patiënten melden zich pas op het moment dat die klachten op het ergst zijn en dat is tevens vaak het tijdstip waarop verbetering begint.

Die verbetering wordt dan toegeschreven aan de behandeling.

Ook de gretigheid van uitvinders van nieuwe methoden om hun successen aan te tonen is een valkuil, evenals de beleefdheid van patiënten die zo'n enthousiaste behandelaar belonen voor diens aandacht en melden dat ze zich een stuk beter voelen of dat de klachten verdwenen zijn, terwijl dat niet het geval is. Of die van de behandeling af willen en als smoes gebruiken dat het veel beter gaat.

Dat zijn mechanismen die ons kunnen voortvoeren dat slangenolie, soortgelijke behandelwijzen en soms ook onze eigen interventies werkzaam zijn, terwijl dat niet het geval is.

Noten

- a www.eftpraktijkactrom.nl/page17.php
- b http://nl.wikipedia.org/wiki/Emotional_Freedom_Techniques
- c http://nl.wikipedia.org/wiki/Neurolingu%C3%AFstisch_programmeren
- d Barker Bausell, R. Snake Oil Science, The Truth About Complementary and Alternative Medicine. New York: Oxford University Press; 2007.